

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная  
школа «Образовательный центр «Южный город»  
пос. Придорожный муниципального района Волжский  
Самарской Области Структурное подразделение  
«Детский сад «Лукоморье»

(ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город» пос. Придорожный СП «Детский сад «Лукоморье»)

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ

«ОЦ «Южный город» п. Придорожный

  
В.М. Кильдюшкин



## ПРИМЕРНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (САД)

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ГБОУ СОШ

«ОЦ «Южный город»

СП «ДС «Лукоморье»

п. Придорожный

  
Шчербан М.Н.  


**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 1**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ		190	5,4	5,5	19,4	150,6
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	19	19	2	0,2	13	62,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58	58	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,0	4,3	10,9	98,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,3	1,3	0,3	0,2	0,1	3,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			11,4	14,2	42,6	346,3
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		120	0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			0,6	0,1	12,1	51,6
<b>Обед</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		50	0,9	4,2	3,7	56,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	47,5	0,9	4,2	3,7	56,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		180	6,4	5,4	17,3	144,2
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	5,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)		130	16,2	19,5	9,2	276,9
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КРУПА РИСОВАЯ	9	6,91	0,6	0,1	6,4	28,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт	70,4	8,8	7,9	0,5	107,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ		70	0,5	1,8	2,6	30,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		47	3,1	0,4	19,9	95,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	47	3,1	0,4	19,9	95,9
			29,4	31,5	76,5	709,5
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		220	6,4	5,5	9,2	118,8
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,4	5,5	9,2	118,8
ГРЕНКИ С СЫРОМ		30	4,3	2,9	14,3	101,4
БАТОН	30	30	2,3	0,3	14,3	69,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2	2,6	0	32,1
			10,7	8,4	23,6	220,2
<b>Ужин</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ		180	19,8	16,4	22,5	312,4
ТВОРОГ 9%	95	95	15,7	8,3	2,8	144,7
КРУПА МАИНАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОРКОВЬ	98	75,95	1	0,1	5	25,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт	12,1	1,5	1,4	0,1	18,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	19	19	0,6	0,6	0,9	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ		70	0,2	0,8	1,2	14,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,7	57,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО		200			15,8	63,5
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4,3	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
			20,0	17,2	39,5	390,3
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>72,1</b>	<b>71,4</b>	<b>194,2</b>	<b>1 717,9</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		190	6,8	7,4	30,3	215,6
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	35	34,65	3,4	0,6	22	106,2
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,0	4,1	12,2	101,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	76,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,8</b>	<b>15,9</b>	<b>54,8</b>	<b>414,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	0,7	1,9	2,3	29,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22	18,48	0,3	0	1,5	7,4
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,8	10,1	15,8	188,5
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	128	89,6	1,7	0,4	14,2	66,9
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт	14	1,7	1,6	0,1	21,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ		200	8,3	11,4	8,1	170,0
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	9	6,96	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>21,3</b>	<b>24,0</b>	<b>64,4</b>	<b>564,0</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		220	6,4	5,5	9,2	118,8
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,4	5,5	9,2	118,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,7</b>	<b>8,4</b>	<b>31,5</b>	<b>243,9</b>
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		170	0,7	0,7	16,7	79,9
ЯБЛОКИ	193,2	170	0,7	0,7	16,7	79,9
ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С МОРКОВЬЮ		130	4,2	7,3	24,9	183,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	100	77,5	1	0,1	5,1	26,3
ПШЕНО	25	24,75	2,7	0,7	16,9	84,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт	3,85	0,5	0,4	0	5,8
ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ		30			3,2	12,9
ПОВИДЛО	9	5	0	0	3,2	12,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	11,0	48,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	5	5	0,2	0,1	2,3	13,6
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173	173	0	0	0	0,0
			<b>5,1</b>	<b>8,1</b>	<b>55,8</b>	<b>324,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,4</b>	<b>56,5</b>	<b>216,6</b>	<b>1 590,0</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 3**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ		150	17,8	14,2	13,0	246,9
ТВОРОГ 9%	90	90	14,8	7,9	2,6	137,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт	14	1,7	1,6	0,1	21,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КРУПА МАИНАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СОУС СЛАДКИЙ		30			6,4	25,8
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		190	4,0	4,3	10,9	98,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,3	1,3	0,3	0,2	0,1	3,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>23,8</b>	<b>22,9</b>	<b>42,6</b>	<b>468,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		130	0,5	0,5	12,9	62,0
ЯБЛОКИ	150	132	0,5	0,5	12,9	62,0
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,9</b>	<b>62,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		50	0,6	2,9	4,1	45,9
МОРКОВЬ	60	46,5	0,6	0	3,1	15,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,9	9,2	26,6	225,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА		150	2,1	5,7	12,6	110,7
СВЕКЛА	190	147,25	2,1	0,1	12,8	59,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНО-ОВОЩНОМ СОУСЕ		70	7,9	7,7	10,4	143,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45,6	34,2	6,2	5,3	0	72,4
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт	3,5	0,4	0,4	0	5,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>20,4</b>	<b>25,7</b>	<b>74,9</b>	<b>618,6</b>
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ		50	3,1	0,4	18,5	89,0
БАТОН	20	20	1,6	0,2	9,5	46,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	10	0,7	0,1	4,1	19,8
			<b>3,1</b>	<b>0,4</b>	<b>18,5</b>	<b>89,0</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ		70	0,9	1,4	6,0	39,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,7
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
МОРКОВЬ	22	17,05	0,2	0	1,2	5,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	10,1	15,0	2,8	185,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт	70	8,8	7,9	0,5	106,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		7,3	30,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	8,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>14,5</b>	<b>16,8</b>	<b>37,3</b>	<b>357,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,3</b>	<b>66,3</b>	<b>186,2</b>	<b>1 595,5</b>

## МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПЕРЛОВКОЙ		190	5,9	7,6	24,9	192,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	26	24,75	2,2	0,3	16,1	75,7
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,2	50,2	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,0	4,1	12,2	101,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,7</b>	<b>16,2</b>	<b>54,3</b>	<b>414,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,6	0,1	11,1	47,3
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	110	110	0,6	0,1	11,1	47,3
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11,1</b>	<b>47,3</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ		50	0,8	3,9	2,1	47,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	35	35	0,6	0	1,1	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	6,8	8,7	17,3	179,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	44	35,2	0,6	0	1,6	9,6
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,6
МОРКОВЬ	15,2	11,8	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,1	0,1	0	0,6	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,9	4,5	27,5	166,1
КАРТОФЕЛЬ	240	168	3,3	0,7	26,6	125,5
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		70	6,1	7,7	3,6	108,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>22,3</b>	<b>25,3</b>	<b>90,3</b>	<b>684,7</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	7,8	102,8
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,4	1,1	24,7	125,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ДРОЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0	0	0	0,0
			<b>10,0</b>	<b>6,0</b>	<b>32,5</b>	<b>228,2</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		220	18,7	7,9	6,9	174,8
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	150	112,5	17,4	1	0	78,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	54	45,36	0,6	0,1	3,6	18,0
МОРКОВЬ	57	44,18	0,6	0	2,9	15,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ		200	0,3	0,2	14,3	64,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	5	5	0,2	0,1	2,3	13,6
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183	183	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	40	35,2	0,1	0,1	3,3	16,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			<b>21,0</b>	<b>8,4</b>	<b>33,9</b>	<b>300,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,6</b>	<b>56,0</b>	<b>222,1</b>	<b>1 675,3</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		190	5,5	7,4	20,1	170,8
ПШЕНО	19	18,81	2,1	0,5	12,9	64,2
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,2</b>	<b>16,2</b>	<b>48,2</b>	<b>389,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ		50	0,7	2,5	3,8	40,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	57	47,88	0,7	0,1	3,8	19,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,3	10,6	22,3	217,5
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,6	4,6	29,4	177,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	43	43	4,6	0,6	29,4	140,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ		70	21,0	6,2	2,0	173,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	128	119,04	20,7	4,3	0	146,7
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>40,3</b>	<b>24,6</b>	<b>110,0</b>	<b>852,7</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ		150	4,3	4,7	22,5	149,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	5	20,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	14	14	0	0	10,6	42,5
ПЕЧЕНЬЕ		18	1,4	1,8	13,4	75,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	18	18	1,4	1,8	13,4	75,1
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	15,5	74,4
ЯБЛОКИ	180	158,4	0,6	0,6	15,5	74,4
			<b>6,3</b>	<b>7,1</b>	<b>51,4</b>	<b>299,3</b>
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ		130	1,3	4,1	6,1	67,8
МОРКОВЬ	70	54,25	0,7	0,1	3,6	18,4
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КРУАССАН С СЫРОМ		130	8,9	11,5	39,6	298,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт	5,2	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2	2,6	0	32,1
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		9,2	37,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙЖОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187	187	0	0	0	0,0
			<b>10,4</b>	<b>15,6</b>	<b>54,9</b>	<b>404,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>69,7</b>	<b>63,6</b>	<b>274,6</b>	<b>1 988,6</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 6**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		190	6,0	7,2	26,1	193,3
КРУПА МАННАЯ	26	26	2,6	0,3	17,8	82,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	25,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,6	0,3	16,2	78,5
БАТОН	33	33	2,6	0,3	16,2	78,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>12,5</b>	<b>15,9</b>	<b>53,2</b>	<b>407,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,1</b>	<b>51,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ		50	0,8	3,9	2,1	47,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	35	35	0,6	0	1,1	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,6	8,9	25,2	216,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	18	13,95	0,2	0	1	4,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	9	9	1	0,1	6,1	29,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ		130	2,0	6,0	11,9	109,8
СВЕКЛА	180	139,5	2	6,1	11,9	56,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
"БЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		70	7,2	6,5	8,1	119,1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,47	0,7	0,6	0	8,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		43	3,3	0,3	21,6	101,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	43	3,3	0,3	21,6	101,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,3	97,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	48	3,2	0,4	20,3	97,9
			<b>24,1</b>	<b>26,0</b>	<b>97,9</b>	<b>727,5</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ		220	6,2	5,3	8,9	115,2
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,2	5,3	8,9	115,2
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,5</b>	<b>8,2</b>	<b>31,2</b>	<b>240,3</b>
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159,1	140	0,6	0,6	13,7	65,8
РАСТЕГАЙ С РЫБОЙ		130	15,4	12,8	48,4	371,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	57	57	6	0,7	36,6	184,7
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,52 шт.	18,2	2,2	2	0,1	27,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,5	1,5	0,2	0	0	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,4	5,4	0	5,2	0	47,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	16,3	16,3	0,5	0,5	0,8	9,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	11,2	0,2	0	0,9	4,5
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	50	37,5	5,8	0,3	0	26,2
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,5	0,1	4,9	22,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		9,1	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174	174	0	0	0	0,0
			<b>16,2</b>	<b>13,4</b>	<b>71,2</b>	<b>474,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,9</b>	<b>63,6</b>	<b>265,6</b>	<b>1 901,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 8**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		190	7,6	9,0	28,3	226,1
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	35	35	4,2	2,1	21	119,5
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ПОРЦИЯМИ		12	2,0	2,6		32,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,05	2	2,6	0	32,1
			<b>15,5</b>	<b>20,3</b>	<b>51,5</b>	<b>453,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,1</b>	<b>51,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ		50	0,7	3,0	4,2	47,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	63	52,92	0,7	0,1	4,2	21,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	28,2
СУП ХАРЧО НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,4	9,0	25,1	215,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,2	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЧЕСНОК	1	0,9	0,1	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,3	1,5	0,4	20,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ		150	17,1	17,8	31,0	352,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45,6	34,2	6,2	5,3	0	72,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	45	45	4,9	0,6	30,7	147,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,4 шт	49	6	5,4	0,3	74,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,4	1,9	2,6	29,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		43	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>30,7</b>	<b>32,2</b>	<b>104,8</b>	<b>837,3</b>
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,8	1,0	28,0	139,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,5	0,8	9,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0	0	0	0,0
			<b>4,8</b>	<b>1,0</b>	<b>28,0</b>	<b>139,3</b>
<b>Ужин</b>						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,4	4,9	0,3	66,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт	43,75	5,4	4,9	0,3	66,6
РАГУ ОВОЩНОЕ		190	3,6	8,6	20,3	174,6
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	86	68,8	1,2	0,1	3,1	18,7
МОРКОВЬ	31,9	24,72	0,3	0	1,6	8,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,9	26,8	0,4	0,1	2,1	10,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ГОРСЧЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200/10	0,2		7,2	29,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168	168	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>10,9</b>	<b>13,7</b>	<b>38,4</b>	<b>321,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,5</b>	<b>67,3</b>	<b>234,8</b>	<b>1 802,9</b>



**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 7**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,3	6,6	30,1	209,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	35	34,65	3,9	0,5	22,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,0	4,1	12,2	101,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>13,3</b>	<b>15,1</b>	<b>54,6</b>	<b>408,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,6	0,1	12,1	51,6
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,1</b>	<b>51,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ		50	0,6	1,9	3,1	33,0
МОРКОВЬ	54	41,65	0,5	0	2,8	14,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	6,6	7,3	19,8	175,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	164	114,8	2,2	0,5	18,1	85,7
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134	134	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ		200	10,3	12,0	19,3	229,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	258,8	207,1	3,6	0,2	9,4	56,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	15,96	0,2	0	1,3	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОРКОВЬ	21	16,28	0,2	0	1,1	5,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,2	0,4	20,8	99,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	49	3,2	0,4	20,8	99,9
			<b>23,0</b>	<b>21,8</b>	<b>86,8</b>	<b>643,8</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
ГРЕНКИ С СЫРОМ		50	4,4	2,9	14,7	103,5
БАТОН	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,99	2	2,6	0	32,1
			<b>10,2</b>	<b>7,9</b>	<b>23,1</b>	<b>211,5</b>
<b>Ужин</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ		150	1,9	0,6	26,9	122,9
БАНАН	183	128	1,9	0,6	26,9	122,9
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА		130	18,0	15,7	15,3	269,8
ТВОРОГ 9%	90	90	14,8	7,9	2,6	137,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
КРУПА МАИНАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт	14	1,7	1,6	0,1	21,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18	16	0,5	0,5	0,8	9,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ		15	1,1	1,3	8,3	49,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,3	49,2
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО		180			14,4	58,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
			<b>21,0</b>	<b>17,6</b>	<b>64,9</b>	<b>499,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>68,1</b>	<b>62,5</b>	<b>241,5</b>	<b>1 815,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА		160	19,3	15,1	19,0	284,7
ТВОРОГ 9%	95	95	15,7	8,9	2,8	144,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,4	0,6	7,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	8,75	1,1	1	0,1	13,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		200	4,0	4,1	12,2	101,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>26,1</b>	<b>23,7</b>	<b>48,4</b>	<b>507,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>64,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		50	0,5	2,2	2,0	31,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	36	36	0,3	0	0,6	4,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21	17,64	0,2	0	1,4	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,6	9,0	22,8	208,5
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СВЕКЛА	30	23,25	0,3	0	1,9	9,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЕРЛОВКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ		130	4,5	4,5	32,1	187,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	50	49,5	4,5	0,5	32,1	151,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПОДЛИВКА КУРИНАЯ		70	6,1	6,7	2,8	96,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>21,9</b>	<b>22,8</b>	<b>89,4</b>	<b>658,9</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		220	6,4	5,5	9,2	118,8
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,4	5,5	9,2	118,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,2	2,8	21,6	121,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,2	2,8	21,6	121,3
			<b>8,6</b>	<b>8,3</b>	<b>30,8</b>	<b>240,1</b>
<b>Ужин</b>						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		180	20,5	10,2	7,9	204,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,7	1	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАИ ОБЕЗЖИВЛЕННАЯ	150	112,5	17,4	1	0	78,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,94	1,4	1,3	0,1	16,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ		50	0,7	1,9	3,2	33,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,2	0,1	11,5	51,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	6	6	0,2	0,1	2,8	16,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>22,7</b>	<b>12,4</b>	<b>31,1</b>	<b>329,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>80,1</b>	<b>67,4</b>	<b>214,9</b>	<b>1 800,3</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 10**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА		190	6,0	7,4	26,8	198,7
КРУПА РИСОВАЯ	14	13,86	1	0,1	10	44,8
ПШЕНО	14	13,86	1,6	0,4	9,5	47,3
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		35	1,6	0,2	9,8	47,6
БАТОН	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>11,5</b>	<b>16,0</b>	<b>47,5</b>	<b>381,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		160				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150	150	0	0	0	0,0
<b>Обед</b>						
СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ СО СМЕТАНОЙ		180/10	6,4	9,0	17,8	182,3
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,3
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		170	22,5	8,6	7,2	221,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	128	119,04	20,7	4,3	0	146,7
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	8,75	1,1	1	0,1	13,3
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,4	2,9	2,5	38,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,6	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>34,6</b>	<b>21,1</b>	<b>70,8</b>	<b>640,8</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ МОЛОЛЧНЫЙ		200	5,0	5,6	24,4	169,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	15	15	0	0	11,3	45,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ		50	3,1	0,4	18,8	90,4
БАТОН	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	10	0,7	0,1	4,1	19,8
			<b>8,1</b>	<b>6,0</b>	<b>43,2</b>	<b>260,2</b>
<b>Ужин</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ		150	1,9	0,6	27,0	123,6
БАНАН	184	128,8	1,9	0,6	27	123,6
ПИРОЖОК С МОРКОВЬЮ		130	8,0	9,0	47,4	302,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	5,25	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖИ	1,5	1,5	0,2	0	0	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОРКОВЬ	86	66,65	0,9	0,1	4,5	22,6
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,5	0,8	9,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		9,1	37,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	6,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174	174	0	0	0	0,0
			<b>10,1</b>	<b>9,6</b>	<b>83,5</b>	<b>463,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,3</b>	<b>52,7</b>	<b>245,0</b>	<b>1 746,0</b>

МЕНЮ  
Сад 12 часов  
ДЕНЬ 11



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190		6,7	8,0	27,6	210,7
КРУПА ОВСЯНАЯ	15	14,78	1,7	0,9	8,5	49,0
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	15	14,85	1,6	0,2	9,8	47,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	5	0	4,1	0	37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>13,4</b>	<b>16,8</b>	<b>55,7</b>	<b>429,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50		0,6	2,1	3,7	36,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	55	46,2	0,6	0,1	3,7	18,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8		7,0	8,5	19,3	187,0
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150		16,2	20,7	9,2	287,0
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,91	0,6	0,1	8,4	28,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт	70,4	8,6	7,9	0,5	107,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50		0,4	1,9	2,6	30,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44		3,4	0,3	22,1	104,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	44	3,4	0,3	22,1	104,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	49	3,2	0,4	20,8	99,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	49	3,2	0,4	20,8	99,9
			<b>30,8</b>	<b>33,9</b>	<b>86,4</b>	<b>779,5</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	220		6,2	5,3	8,5	113,1
КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,2	5,3	8,5	113,1
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,5</b>	<b>8,2</b>	<b>30,8</b>	<b>238,2</b>
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130		2,0	3,6	11,0	88,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3,7	3,7	0,4	0	2,5	12,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	136,3	106,6	1,4	0,1	7,1	35,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	150		20,3	15,4	25,3	316,0
ТВОРОГ 9%	95	95	15,7	8,3	2,8	144,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	28	28	2,9	0,4	19	90,7
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт	10,94	1,4	1,3	0,1	16,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	15		1,1	1,3	8,3	49,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,3	49,2
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВО-ЯГОДНОГО	180				13,4	54,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ФЛОВО-ЯГОДНОМ	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
			<b>23,4</b>	<b>20,3</b>	<b>58,0</b>	<b>507,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>76,6</b>	<b>79,3</b>	<b>241,0</b>	<b>1 997,7</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 12**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		190	6,8	7,4	30,3	215,6
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	35	34,65	3,4	0,5	22	105,2
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,0	4,1	12,2	101,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ПОРЦИЯМИ		12	2,4	3,1		38,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	12	10,9	2,4	3,1	0	38,5
			<b>15,2</b>	<b>19,0</b>	<b>54,8</b>	<b>452,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО И СОЛЕННОГО ОГУРЦА		50	0,8	1,6	1,5	24,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	23	14,95	0,5	0	1	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	32	32	0,3	0	0,5	4,1
СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,5	8,9	25,3	215,9
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	9,9	0,9	0,1	6,4	30,3
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ		200	9,4	11,6	12,0	192,9
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	240	192	3,4	0,2	8,7	52,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	14	10,65	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>21,7</b>	<b>22,5</b>	<b>73,2</b>	<b>590,3</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
ГРЕНКИ С СЫРОМ		50	6,0	5,5	11,9	121,9
БАТОН	25	25	1,9	0,3	11,9	57,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	18,18	4,1	5,2	0	64,2
			<b>11,8</b>	<b>10,5</b>	<b>20,3</b>	<b>229,9</b>
<b>Ужин</b>						
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ		200	3,7	3,9	30,2	171,4
КАРТОФЕЛЬ	260	182	3,5	0,7	28,8	135,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83	83	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ		50	8,4	6,1	7,0	115,5
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАИ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	50	37,5	5,8	0,3	0	26,2
ЯИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,94	1,4	1,3	0,1	16,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КРУПА РИСОВАЯ	4	3,96	0,3	0	2,8	12,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	12,0	54,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	7	7	0,2	0,1	3,3	19,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173	173	0	0	0	0,0
			<b>14,0</b>	<b>10,3</b>	<b>59,8</b>	<b>392,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>63,2</b>	<b>62,4</b>	<b>218,2</b>	<b>1 708,0</b>

## МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 13



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ		190	5,0	5,5	18,6	145,2
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56	56	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	10,9	97,9
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			10,9	14,2	41,8	340,0
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ		50	0,4	2,5	4,7	44,5
МОРКОВЬ	34,2	26,51	0,3	0	1,7	9,0
ЯБЛОКИ	24,5	21,56	0,1	0,1	2	9,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	10,3	12,0	19,0	229,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,8 шт	28,16	3,5	3,1	0,2	42,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		130	2,4	5,9	14,5	120,6
СВЕКЛА	218	168,95	2,4	0,2	14,5	68,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		70	7,8	7,7	9,2	137,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45,6	34,2	6,2	5,3	0	72,4
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт	3,87	0,5	0,4	0	5,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РУЖАНОЙ		37	2,4	0,3	15,7	75,5
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	37	37	2,4	0,3	15,7	75,5
			25,2	28,6	84,3	702,0
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				0,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			3,8	4,9	37,2	208,5
<b>Ужин</b>						
БАНАН СВЕЖИИ		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		150	19,4	16,2	33,5	352,4
ТВОРОГ 9%	90	90	14,8	7,9	2,8	137,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	28	28	2,9	0,4	19	90,7
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт	10,84	1,4	1,3	0,1	16,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	29,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЛХОВСКИЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178	178	0	0	0	0,0
			21,9	17,0	72,2	625,9
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,3</b>	<b>64,8</b>	<b>245,6</b>	<b>1 819,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 14**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		190	6,7	7,7	27,6	208,0
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,6	3,7	10,7	91,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
БАТОН		34	2,7	0,3	16,7	80,9
БАТОН	34	34	2,7	0,3	16,7	80,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>13,0</b>	<b>15,8</b>	<b>55,0</b>	<b>417,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ		50	0,8	2,0	3,7	36,6
СВЕКЛА	52	40,3	0,6	0	3,4	16,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	10	10	0,2	0	0,3	2,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	6,9	6,9	18,6	169,3
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52	41,6	0,7	0	1,9	11,3
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КУРОЙ		200	9,2	10,5	29,0	249,4
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	5	5	0	0	0,1	0,7
КАРТОФЕЛЬ	230	161	3,1	0,6	25,4	120,3
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,1	0,1	11,2	46,8
ЯБЛОКИ	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		43	3,3	0,3	21,6	101,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	43	3,3	0,3	21,6	101,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>22,0</b>	<b>20,0</b>	<b>94,7</b>	<b>654,9</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ		50	3,1	0,4	18,5	89,0
БАТОН	20	20	1,6	0,2	9,5	46,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	10	0,7	0,1	4,1	19,8
			<b>8,9</b>	<b>5,4</b>	<b>26,9</b>	<b>197,0</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		225	18,5	7,2	6,8	167,7
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	150	112,5	17,4	1	0	78,6
МОРКОВЬ	44	34,1	0,4	0	2,3	11,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35	29,4	0,4	0,1	2,3	11,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,3	0,1	12,9	59,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	9	9	0,3	0,1	4,2	24,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183	183	0	0	0	0,0
			<b>20,5</b>	<b>7,5</b>	<b>30,3</b>	<b>278,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,9</b>	<b>48,8</b>	<b>217,0</b>	<b>1 591,1</b>

**МЕНЮ**  
Сад 12 часов  
ДЕНЬ 15



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДКА" МОЛОЧНАЯ		190	6,1	7,4	25,6	193,0
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,5	0,3	17,2	79,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	0,3		6,3	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН		34	2,7	0,3	16,7	80,9
БАТОН	34	34	2,7	0,3	16,7	80,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>9,1</b>	<b>11,8</b>	<b>48,6</b>	<b>337,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
ИКРА МОРКОВНАЯ		50	0,5	1,0	3,2	24,3
МОРКОВЬ	43	33,33	0,4	0	2,2	11,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,89	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/9	9,6	9,0	38,8	279,0
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,6	0,2	10,3	49,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,5	4,5	28,7	174,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	42	42	4,5	0,5	29,7	137,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70	20,9	7,2	1,0	178,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,8	29,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	128	119,04	20,7	4,3	0	146,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9,2	9,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>39,1</b>	<b>22,1</b>	<b>103,5</b>	<b>800,9</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ		200	5,0	5,6	23,7	166,7
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	14	14	0	0	10,6	42,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			<b>8,8</b>	<b>10,5</b>	<b>60,9</b>	<b>375,2</b>
<b>Ужин</b>						
БАНАН СВЕЖИЙ		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		130	10,9	10,8	46,5	328,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,067	23,48	2,9	2,6	0,2	36,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,4	0,1	3,7	21,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	6,8
МОРКОВЬ	19	14,73	0,2	0	1	5,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,6	3,7	12,6	99,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			<b>16,8</b>	<b>16,3</b>	<b>90,6</b>	<b>671,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>74,3</b>	<b>59,8</b>	<b>313,7</b>	<b>2 128,0</b>



**МЕНЮ**  
Сад 12 часов  
ДЕНЬ 16



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ		190	4,4	7,0	19,3	159,1
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
КРУПА РИСОВАЯ	14	13,86	1	0,1	10	44,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	12,8	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>10,3</b>	<b>15,7</b>	<b>44,4</b>	<b>361,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ЗИМНИЙ"		50	0,8	2,9	5,2	50,6
КАРТОФЕЛЬ	32,8	22,96	0,5	0,1	3,6	17,2
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,8	0	25,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	5	5	0	0	0,1	0,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		180	10,3	8,3	24,7	216,2
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,5	0,3	9,3	57,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ		200	12,6	13,7	41,8	341,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ )	0,167 шт	5,85	0,7	0,7	0	8,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,4	0,6	7,0
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,9	4,8	0	65,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		24	1,8	0,1	12,0	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	24	1,8	0,1	12	56,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>28,1</b>	<b>25,4</b>	<b>109,4</b>	<b>781,2</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ		50	3,1	0,4	18,5	89,0
БАТОН	20	20	1,6	0,2	9,5	46,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	16	0,8	0,1	4,9	23,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	10	0,7	0,1	4,1	19,8
			<b>8,9</b>	<b>5,4</b>	<b>26,9</b>	<b>197,0</b>
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,7	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ		150	19,8	16,4	19,3	299,4
ТВОРОГ 9%	95	95	15,7	8,3	2,8	144,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ )	0,25 шт	10,94	1,4	1,3	0,1	16,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ		50	0,3	1,2	1,3	20,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	0,3		6,3	26,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
			<b>20,8</b>	<b>18,0</b>	<b>36,7</b>	<b>392,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>68,6</b>	<b>64,6</b>	<b>227,5</b>	<b>1 775,7</b>

**МЕНЮ**  
Сад 12 часов  
ДЕНЬ 17



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ		80	4,9	5,3	17,1	136,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	25	25	2,7	0,3	17,1	82,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182	182	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,2	2,9	0	35,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,4	3,9	0,2	53,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт	35,2	4,4	3,9	0,2	53,6
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		50	0,9	4,2	3,7	56,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	47,5	0,9	4,2	3,7	56,5
ЧАЙ С МОЛОКОМ		190	3,6	3,7	10,7	91,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>15,8</b>	<b>21,5</b>	<b>44,0</b>	<b>435,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ		50	0,6	1,9	3,3	34,1
МОРКОВЬ	63	48,63	0,6	0	3,3	18,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,8	9,3	22,7	210,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	9	9	1	0,1	6,1	29,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт	3,87	0,5	0,4	0	5,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ		200	10,4	11,9	17,7	220,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	220	176	3,1	0,2	8,1	47,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт	4,38	0,6	0,5	0	6,7
МОРКОВЬ	18	13,95	0,2	0	1	4,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,1	0,1	11,2	46,8
ЯБЛОКИ	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>21,2</b>	<b>23,4</b>	<b>70,0</b>	<b>582,3</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО		200			13,4	54,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ГРЕНКИ С СЫРОМ		50	5,0	4,2	11,9	105,8
БАТОН	25	25	1,9	0,3	11,9	57,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3,1	3,9	0	48,1
			<b>5,0</b>	<b>4,2</b>	<b>25,3</b>	<b>160,0</b>
<b>Ужин</b>						
СУП РЫБНЫЙ		200	7,8	3,8	15,2	127,2
РЫБА МИНТАИ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	50	37,5	5,8	0,3	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	88	61,6	1,2	0,2	9,7	46,0
МОРКОВЬ	11	8,53	0,1	0	0,6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,3	0,1	12,9	59,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	9	9	0,3	0,1	4,2	24,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187	187	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>11,4</b>	<b>4,3</b>	<b>49,3</b>	<b>288,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,9</b>	<b>53,6</b>	<b>198,7</b>	<b>1 609,6</b>

## МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		190	7,6	9,0	29,3	229,9
ОБСЯЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	35	35	4,2	2,1	21	119,5
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	4,3	12,8	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>14,3</b>	<b>17,8</b>	<b>59,3</b>	<b>456,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ		50	0,8	3,4	4,6	52,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	68	57,12	0,8	0,1	4,6	22,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3,3	0	29,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	6,8	9,1	19,8	194,0
КАРТОФЕЛЬ	117	81,9	1,6	0,3	12,9	61,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
МОРКОВЬ	14,4	11,2	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9,1	0,1	0	0,7	3,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ		130	13,3	5,8	27,8	216,7
ГОРОХ ПУЩЕНЫЙ	60	59,7	13,3	1	27,8	173,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ		70	21,0	7,2	2,0	182,4
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	128	119,04	20,7	4,3	0	146,7
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>48,6</b>	<b>26,2</b>	<b>106,7</b>	<b>888,9</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ		150	4,3	4,7	21,6	146,1
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	14	14	0	0	10,8	42,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
БАНАН СВЕЖИЙ		150	1,8	0,6	25,6	116,9
БАНАН	174	121,8	1,8	0,6	25,6	116,9
			<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>47,2</b>	<b>263,0</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		120	1,5	2,1	5,2	46,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	98	78,4	1,4	0,1	3,6	21,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МОРКОВЬ	11	8,53	0,1	0	0,6	2,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЕЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ		130	8,7	10,2	55,9	350,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55	55	5,7	0,7	37,2	178,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,167 шт.	5,85	0,7	0,7	0	8,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,5	1,5	0,2	0	0	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КАРТОФЕЛЬ	132	92,4	1,7	0,4	14,6	69,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОЛОКО ПАСТЕР 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
			<b>10,2</b>	<b>12,3</b>	<b>61,1</b>	<b>396,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>79,7</b>	<b>61,7</b>	<b>284,4</b>	<b>2 048,0</b>

**МЕНЮ**  
Сад 12 часов  
**ДЕНЬ 19**



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	18,2	13,5	11,7	236,4
ТВОРОГ 9%	95	95	15,7	8,3	2,8	144,7
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,94	1,4	1,3	0,1	16,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,8	2,2	4,2	40,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		5,3	21,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАИХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			<b>22,0</b>	<b>20,2</b>	<b>38,4</b>	<b>419,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ		50	0,6	1,7	4,5	36,6
СВЕКЛА	43,3	33,6	0,5	0	2,9	13,7
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/10	7,2	9,9	25,7	224,9
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ		200	10,4	11,4	34,4	282,8
БРОИЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	42,5	30,6	5,5	4,8	0	65,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	50	49,5	4,5	0,5	32,1	151,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>23,3</b>	<b>23,5</b>	<b>106,5</b>	<b>736,7</b>
<b>Полдник</b>						
РЖЕНКА		220	6,4	5,5	9,2	118,8
РЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	220	220	6,4	5,5	9,2	118,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,7</b>	<b>8,4</b>	<b>31,5</b>	<b>243,9</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ		180	24,4	10,3	5,8	212,4
РЫБА МИНТАЙ ОБЕЗЖИРЕННАЯ	150	112,5	17,4	1	0	78,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	5,7	5,7	0,6	0,1	3,9	18,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	43,75	5,4	4,9	0,3	66,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	34	34	1	1,1	1,6	19,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,4	3,2	2,6	41,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,2	0,1	12,0	54,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	7	7	0,2	0,1	3,3	19,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187	187	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>26,7</b>	<b>13,8</b>	<b>31,0</b>	<b>358,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>81,2</b>	<b>66,0</b>	<b>217,5</b>	<b>1 801,8</b>



## МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,5	8,2	32,5	234,6
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	37	36,63	4,1	0,5	24,2	116,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3,7	5,4	69,8
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,0	4,1	14,1	109,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,7	2,7	0,3	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,1	5,9	75,7
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
БАТОН	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			13,9	16,7	61,3	452,9
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
<b>Обед</b>						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ		50	0,5		2,8	14,2
МОРКОВЬ	53,9	41,6	0,5	0	2,8	14,2
СУП ОВСЯНАЯ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/9	7,7	10,3	22,5	217,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
КРУПА ОВСЯНАЯ	13	12,81	1,6	0,8	7,4	42,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
МАКАРОНИК С ЯЙЦОМ		130	6,4	8,5	27,5	213,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт	17,5	2,1	1,9	0,1	26,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	6,2	7,2	0,2	90,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45,6	34,2	6,2	5,3	0	72,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,52	0	0	0,2	1,0
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ		50	0,4	2,5	2,1	35,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,8	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			23,1	28,7	76,3	664,8
<b>Полдник</b>						
КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ		180	5,0	4,4	7,0	92,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	7	92,5
БАНАН СВЕЖИИ		130	1,8	0,6	25,2	115,2
БАНАН	171,4	120	1,8	0,6	25,2	115,2
			6,8	5,0	32,2	207,7
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ		70	1,3	2,3	3,0	40,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	63	63	1,1	0,1	1,8	14,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,8
СУХАРНИК		150	12,0	16,6	14,7	254,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт	70	8,6	7,9	0,5	106,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН	25	25	1,9	0,3	11,9	57,7
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		7,2	29,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			16,8	19,3	46,1	426,2
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,1</b>	<b>69,8</b>	<b>226,0</b>	<b>1 794,6</b>