

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180		6,0	7,5	23,5	186,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	27,6	27,6	3,3	1,6	16,6	94,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,6	81,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	94,8	94,8	2,6	2,9	4,4	55,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12		0,1	9,9	0,1	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		9,0	36,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9,1	9,1	0	0	8,8	35,2
			14,3	23,2	53,5	480,0
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	3,0	4,1	45,5
СВЕКЛА	61,3	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180		6,6	2,9	11,8	99,5
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	28,8	28,8	5,1	0	0	20,5
КАРТОФЕЛЬ	72	50,4	1	0,2	8	37,6
МОРКОВЬ	14,9	11,5	0,1	0	0,8	3,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,8	5,8	0,1	0	0,5	2,3
КРУПА РИСОВАЯ	3,6	3,6	0,3	0	2,6	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		3,6	3,9	22,8	140,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	33,2	33,2	3,6	0,4	22,7	108,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70		12,3	10,6	0,6	146,4

ГОВЯДИНА Б/К	70,95	63,86	11,5	9,9	0	135,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,64	0,7	0,6	0	8,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,64	0,64	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			11,6	46,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			26,5	20,8	72,1	580,6
Полдник						
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП *ДРУЖБА*		150	4,8	6,4	23,6	171,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,2	51,2	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	12,9	12,8	0,9	0,1	9,2	41,3
ПШЕНО	11	10,9	1,3	0,3	7,5	37,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,9	4,4	55,3
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН, ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРН,		200	5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			13,4	11,6	52,1	376,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,2	55,6	177,7	1 437,4

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200		3,6	5,2	15,5	124,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,4	110,4	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	12	12	0,8	0,1	8,6	38,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	40/15		3,1	1,2	30,5	144,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,9	39,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		1,8	1,7	15,3	83,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	54	54	1,6	1,6	2,4	31,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,8	2,8	0,3	0	1,5	7,0
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0	0	11,3	45,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
			8,5	8,1	61,3	352,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,6	2,1	34,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	49,5	39,5	0,7	0	1,8	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
МОРКОВЬ	6,5	5	0,1	0	0,3	1,7
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180		5,1	8,1	11,2	141,9
СВЕКЛА	46,8	36,3	0,5	0	3,1	14,7
КАРТОФЕЛЬ	51,4	36	0,7	0,1	5,7	26,9
МОРКОВЬ	11,6	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,7	4,7	18,5	127,8
КАРТОФЕЛЬ	158,8	111,2	2,1	0,4	17,6	83,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,6	0,9	11,3

МОРКОВЬ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70		19,6	7,3	10,9	186,9
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	101,69	90	17,9	5,7	0	122,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	12,6	12,6	1	0,1	6,1	28,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				11,6	46,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			31,1	19,0	68,8	570,6
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/15		24,4	18,2	22,7	356,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	120	120	21	10,5	3,5	196,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	9	9	0,9	0,1	6,2	28,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,1	47,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 1 СОРТ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,2	3,2	8,7	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
КАКАО-ПОРОШОК	2,7	2,7	0,7	0,4	0,3	7,6
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
			30,6	21,6	50,9	525,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,0	60,6	190,3	1 604,2



Утверждаю
заведующий
Е.А. Петрова

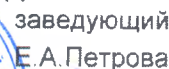
МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200		6,9	7,6	36,3	241,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	42,7	42,7	4,2	0,6	27,1	129,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	97,6	97,6	2,7	3	4,5	56,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12		0,1	9,9	0,1	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		1,3	1,3	13,6	71,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7	0	0	11,3	45,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	41,9	41,9	1,2	1,3	1,9	24,3
			11,3	20,0	70,6	507,9
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50		1,0	0,1	2,1	12,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	50	32,5	1	0,1	2	12,6
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ	180		4,9	6,3	10,9	120,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,6	0,2	9,9	47,2
МОРКОВЬ	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130		2,3	4,9	12,1	102,5
КАРТОФЕЛЬ	57,2	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	26	20,8	0,3	0	1,4	7,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,4	0,1	0	0,9	4,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	57,2	45,8	0,8	0	2,1	12,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,9	16,9	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	37	28,7	0,4	0	1,9	9,7
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				11,6	46,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
			23,7	24,2	71,9	604,5
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	75		8,0	9,5	1,4	123,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	21,2	21,2	0,6	0,7	1	12,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,4	1,5	2,4	24,7
СВЕКЛА	36,8	28,5	0,4	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180				19,5	77,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	16,2	16,2	0	0	12,5	50,1
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ	40		3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			11,4	14,9	53,1	392,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,8	46,7	192,7	1 376,7



ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		4,5	4,6	17,1	128,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	35/13		2,7	1,0	26,6	126,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ПОВИДЛО	13,1	13,1	0,1	0	8,6	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		2,0	1,9	14,1	81,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,8	2,7	34,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,2	3,2	0,3	0	1,6	8,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
			9,2	7,5	57,8	336,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	3,2	16,3
МОРКОВЬ	61,9	48	0,6	0	3,2	16,3
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180		4,7	8,0	7,2	123,1
СВЕКЛА	37,2	28,8	0,4	0	2,4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	19,2	15,36	0,3	0	0,7	4,2
КАРТОФЕЛЬ	19,2	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	9,4	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ПЛОВ	150		15,1	15,7	28,7	316,7
ГОВЯДИНА Б/К	75	67,5	12,2	10,5	0	142,8
КРУПА РИСОВАЯ	37	36,6	2,5	0,4	26,3	118,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		11,3	11,5	2,5	158,5
ГОВЯДИНА Б/К	66,67	60	10,9	9,3	0	126,9
МОРКОВЬ	8,47	6,56	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,29	6,13	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,19	2,19	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,19	2,19	0	2,1	0	19,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,75	1,75	0,2	0	1,2	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,19	23,19	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				11,6	46,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
			23,2	27,3	67,1	611,5
Полдник						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		6,8	7,0	25,7	194,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	29,3	29	3,6	1	16,1	86,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,8	19,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	46	35,65	0,5	0	2,4	12,1
БАНАН СВЕЖИЙ	160		2,4	0,8	33,6	153,6
БАНАН	228,57	160	2,4	0,8	33,6	153,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,1	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			17,3	13,6	87,0	544,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,5	49,1	225,3	1 551,8



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	180		5,5	6,9	25,9	187,9
КРУПА МАННАЯ	27,3	27,3	2,7	0,3	18,7	87,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	99	99	2,8	3,1	4,6	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,5	61,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,2		12,2	50,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОН	7,4	4,4	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,1	178,1	0	0	0	0,0
			11,8	12,3	56,1	384,5
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ДО 01.03./ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ С 01.03.	50		0,7	1,5	4,4	34,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	20,65	16	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180		4,1	3,9	13,6	106,0
КАРТОФЕЛЬ	51,4	36	0,7	0,1	5,7	26,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,5	14,4	3,2	0,2	6,7	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	11,6	9	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150		14,4	13,0	12,6	225,1
ГОВЯДИНА Б/К	77,78	70	12,6	10,9	0	148,0

МОРКОВЬ	19,35	15	0,2	0	1	5,1
КАРТОФЕЛЬ	78,57	55	1,1	0,2	8,7	41,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,3	0	1,8	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,9	38,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			22,5	18,8	65,7	523,2
Полдник						
САЛАТ ЯБЛОЧНО- МОРКОВНЫЙ		40	0,3	1,1	3,1	24,2
МОРКОВЬ	28,1	21,8	0,3	0	1,5	7,4
ЯБЛОКИ	19,5	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	9,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		140	0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159,1	140	0,6	0,6	13,7	65,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		70	5,8	4,1	40,2	220,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	49,78	49,78	5,2	0,6	33,8	161,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,07	2,07	0,2	0	1,4	6,7
САХАР ПЕСОК	5,18	5,18	0	0	5	20,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,55	1,54	0	1,3	0	11,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,07	2,07	0	2	0	18,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,78	0,78	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,84	21,84	0	0	0	0,0
СНЕЖОК СЛАДКИЙ		200	10,0	6,4	17,0	174,0
СНЕЖОК 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ	200	200	10	6,4	17	174,0
			16,7	12,2	74,0	484,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,0	43,3	195,8	1 392,2



Утверждаю

заведующий

Е.А.Петрова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200		3,6	5,2	15,5	124,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,4	110,4	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	12	12	0,8	0,1	8,6	38,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12		0,1	9,9	0,1	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		1,6	1,4	16,7	85,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	45	1,3	1,4	2	26,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,8	2,8	0,3	0	1,5	7,0
САХАР ПЕСОК	13,6	13,6	0	0	13,2	52,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
			7,9	17,5	50,3	391,7
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50		1,1	3,0	2,2	39,7
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	50	35	1,1	0,1	2,2	13,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180		8,1	8,3	14,3	164,1
КАРТОФЕЛЬ	77,1	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,3	7,2	0,7	0,1	4,7	22,0
МОРКОВЬ	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48,61	35	6,2	6,2	0	80,8
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120		2,3	2,6	12,7	84,3
МОРКОВЬ	54,4	42,2	0,5	0	2,8	14,4
КАРТОФЕЛЬ	54,4	38	0,8	0,2	6	28,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,2	41,7	0,8	0	1,9	11,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70		13,4	11,7	11,1	203,1
ГОВЯДИНА Б/К	72,22	65	11,7	10,1	0	137,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	13	13	1	0,1	6,3	29,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			28,2	26,0	75,4	648,9
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/15		24,4	16,0	26,7	352,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	120	120	21	10,5	3,5	196,7
КРУПА МАННАЯ	9,2	9,2	0,9	0,1	6,3	29,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,1	47,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 1 СОРТ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180				21,2	84,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	16,2	16,2	0	0	12,5	50,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			27,4	16,2	67,4	529,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,5	59,7	193,1	1 569,8



Утверждаю

заведующий

Е.А. Петрова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180		6,0	7,5	24,4	189,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	27,6	27,6	3,3	1,6	16,6	94,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,6	81,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	94,8	94,8	2,6	2,9	4,4	55,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	35/13		2,7	1,0	26,4	125,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ПОВИДЛО	13,1	13,1	0,1	0	8,3	33,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,1	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			13,8	14,1	59,0	419,8
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	62	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180		4,6	8,0	8,2	127,1
СВЕКЛА	37,3	28,8	0,4	0	2,4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	19,3	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	9,4	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,5	4,3	17,1	117,6
КАРТОФЕЛЬ	146,6	102,6	2	0,4	16,2	76,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,6	0,8	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70		13,0	6,9	1,2	118,7

РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	70	61,95	12,3	3,9	0	84,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	11,4	0,2	0	0,9	4,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5,3	5,3	0,2	0,2	0,2	3,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		20	0,4	2,0	1,5	24,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6
МОРКОВЬ	1,7	1,3	0	0	0,1	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
			24,4	21,7	68,7	571,6
Полдник						
СУП-ПЮРЕ ОВОЩНОЙ		150	1,8	3,3	7,4	66,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27	21,6	0,4	0	1	5,8
КАРТОФЕЛЬ	18,4	13,8	0,3	0,1	2,1	10,3
МОРКОВЬ	11,4	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,8	22,8	0,7	0,7	1,1	13,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,5	0,3	23,0	108,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	47,3	47,3	3,5	0,3	23	108,6
БАНАН СВЕЖИЙ		160	2,4	0,8	33,6	153,6
БАНАН	228,57	160	2,4	0,8	33,6	153,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		9,0	36,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9,1	9,1	0	0	8,8	35,2
			7,8	4,4	73,0	365,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,5	40,3	210,6	1 399,5

заведующий

Е.А.Петрова

[Signature]

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		6,6	7,4	32,0	221,1
ПШЕНО	35,7	35,7	4	1	24,3	121,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,8	4,2	52,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12		0,1	9,9	0,1	89,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	9,9	0,1	89,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		1,3	1,3	13,7	72,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	41,9	41,9	1,2	1,3	1,9	24,3
			11,0	19,8	66,4	487,7
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ДО 01.03./ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ С 01.03.	50		0,7	1,5	4,4	34,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	20,65	16	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180		5,1	5,6	13,1	123,4
КАРТОФЕЛЬ	46,3	32,4	0,6	0,1	5,1	24,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10,1	10,1	1,1	0,1	6,9	33,1
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5

ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180		19,6	25,3	15,7	369,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	137,5	99	17,5	17,7	0	228,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КАРТОФЕЛЬ	96,5	67,6	1,4	0,3	10,7	50,5
МОРКОВЬ	27,8	21,5	0,3	0	1,5	7,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,4	10,3	0,1	0	0,8	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,3	69,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,6	1,2	0	0	0,1	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			28,7	32,8	68,3	684,5
Полдник						
КАША ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МОРКОВЬЮ	150		5,8	5,9	27,6	186,5
КРУПА МАННАЯ	25,8	25,8	2,6	0,3	17,7	82,4
МОРКОВЬ	30	23,25	0,3	0	1,6	7,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	102,8	102,8	2,9	3,2	4,7	59,8
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРН,	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 1 СОРТ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 .СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			14,4	11,1	56,1	391,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,1	63,7	190,8	1 563,6



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200		8,4	9,0	31,5	241,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	46	46	4,9	0,6	31,4	150,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	404,7	404,7	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	17,1	15,3	3,4	4,4	0	54,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1	0	4,1	0	37,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	35/13		2,7	1,0	26,6	126,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ПОВИДЛО	13,1	13,1	0,1	0	8,6	34,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,1	3,2	15,8	105,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,3	7,0
САХАР ПЕСОК	11,8	11,8	0	0	11,4	45,7
			19,3	17,8	74,2	536,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,4
СВЕКЛА	61,94	48	0,7	0	4,1	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180		4,7	8,0	6,5	120,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
КАРТОФЕЛЬ	31	21,6	0,4	0,1	3,4	16,1
МОРКОВЬ	11,7	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ГАРНИР ГРЕЧНЕВЫЙ С ОВОЩАМИ	110		4,2	3,2	19,1	122,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	32,5	32,2	4	1,1	17,8	96,2
МОРКОВЬ	16,7	12,9	0,2	0	0,9	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,3	0,1	0	0,4	2,1

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		70	18,4	9,4	9,3	194,9
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	96,05	85	16,9	5,3	0	115,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	9,8	9,8	0,7	0,1	4,8	22,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,6	9,8	0,1	0	0,8	3,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6	0,6	0,1	3,8	18,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
			31,3	23,5	74,1	637,1
Полдник						
КАША ПОЛТАВСКАЯ ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	6,0	5,7	27,0	183,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,4	0,4	19,8	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,8	93,8	2,6	2,9	4,3	54,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
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
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,1	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			13,4	14,2	57,5	413,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,5	55,6	215,7	1 630,2



Утверждаю
заведующий
Е.А.Петрова

July -

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		4,4	6,7	26,8	185,8
КРУПА РИСОВАЯ	26,7	26,7	1,8	0,3	19,2	86,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,6	2,8	4,2	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35		2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12		2,8	3,5		43,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,9	12	2,8	3,5	0	43,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,2		14,3	58,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
САХАР ПЕСОК	14,2	14,2	0	0	13,8	55,0
ЛИМОН	7,5	4,5	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,1	178,1	0	0	0	0,0
			10,0	11,2	59,1	379,8
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	10	10	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,6	26,0
МОРКОВЬ	61,9	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180		4,7	8,0	8,1	127,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	48	36	0,7	0,1	5,7	26,9
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	8,6	5,8	0,2	0	0,4	2,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170		13,7	13,6	18,0	248,9
ГОВЯДИНА Б/К	70,3	63,27	11,4	9,8	0	133,8
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,1	13,5	0,2	0	1,1	5,3

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0	0,3	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				13,9	55,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
			22,3	22,1	66,8	559,9
Полдник						
БУЛОЧКА АЛТАЙСКАЯ	70		6,1	3,6	37,4	205,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	53,2	53,2	5,5	0,7	36,1	172,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
МОРКОВЬ	6,9	5,3	0,1	0	0,4	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,6	19,6	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140		0,6	0,6	13,7	65,8
ЯБЛОКИ	159,1	140	0,6	0,6	13,7	65,8
САЛАТ ЯБЛОЧНО-СВЕКОЛЬНЫЙ	50		0,5	1,3	5,6	37,1
СВЕКЛА	44,1	34,2	0,5	0	2,9	14,0
ЯБЛОКИ	14,9	13,1	0,1	0,1	1,3	6,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
СНЕЖОК СЛАДКИЙ	200		10,0	6,4	17,0	174,0
СНЕЖОК 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ	200	200	10	6,4	17	174,0
			17,2	11,9	73,7	482,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,5	45,2	199,6	1 422,5