

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,81	7,37	11,72	121,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,05	6,60	0,06	59,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,76	0,77	11,66	61,60
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,52	4,59	22,15	143,92
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30,3	30	3,49	0,58	19,21	96,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	75,9	75,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,11	0,01	6,19	25,19
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	7,7	7	0,07	0,01	0,20	1,09
САХАР ПЕСОК	6,1	6,1	0,00	0,00	5,91	23,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,3	157,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,44	11,97	40,06	290,55
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,60	0,60	14,86	66,57
ЯБЛОКИ	171	150	0,60	0,60	15,00	70,50
			0,60	0,60	14,86	66,57
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/10	3,75	3,56	8,72	79,41
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	5,56	23,57
МОРКОВЬ	8	6	0,06	0,01	0,41	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,31	0,03	2,12	10,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,44
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	9,81	5,28	1,86	211,71

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	62,5	55	8,54	0,32	0,00	154,72
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,6	2,6	0,02	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,26	0,03	1,78	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	1,87	3,55	17,07	101,84
КАРТОФЕЛЬ	103,5	82,8	1,61	0,32	15,34	65,06
МОРКОВЬ	33,33	25	0,24	0,03	1,70	7,76
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,10	0,10	19,70	80,70
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,82	8,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,38	30,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,68	39,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
		17,93	13,11	62,11	548,98	

Полдник

ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	19,61	7,93	29,52	535,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЗАМОР.	83,67	82	16,95	1,99	0,00	358,73
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
МОРКОВЬ	17,33	13	0,13	0,01	0,88	4,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,11	0,01	0,63	2,78
КРУПА РИСОВАЯ	35,3	35	2,42	0,11	28,01	117,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,04	0,00	4,92	19,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,95	2,96	25,69	152,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	2,93	0,31	20,07	94,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,10	5,18
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,06	0,64	0,39	15,58
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
		26,60	11,01	66,53	738,82	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,57	36,69	183,56	1 644,92	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,92	3,65	10,60	92,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	1,61	4,08	21,35	124,86
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,58	0,07	18,41	76,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	79	79	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,22	2,62	10,90	79,70
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	108	108	3,14	2,62	4,93	55,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72	72	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
			8,75	10,35	42,85	296,96
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,75	0,15	15,15	69,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ.	150	150	0,75	0,15	15,15	69,00
			0,75	0,15	15,15	69,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,40	0,10	1,50	9,60
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	42,3	40	0,28	0,08	1,04	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	4,72	2,08	13,56	134,76
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	8,34	35,36
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,76	0,09	4,19	20,37
МОРКОВЬ	8	6	0,06	0,01	0,41	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЗАМОР.	14,29	14	2,89	0,34	0,00	61,25
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,44
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	17,26	7,80	20,01	481,32
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	86,02	80	13,97	3,10	0,00	350,75
КРУПА РИСОВАЯ	20,5	20,3	1,40	0,06	16,25	67,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48,2	40,5	0,63	0,08	3,66	16,11

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,3	4,3	0,03	3,44	0,03	31,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2003 шт.	8,06	0,99	0,90	0,06	12,27
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,24	0,22	0,01	3,05
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,50	0,20	18,30	77,30
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
			24,98	10,80	67,47	773,28

Полдник

РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	7,73	3,29	1,62	164,47
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	52,1	45,8	7,11	0,26	0,00	128,84
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,44	0,37	0,69	7,71
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,16	0,02	0,90	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,34	3,92	18,26	111,16
КАРТОФЕЛЬ	117,63	94,1	1,82	0,37	17,43	73,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,50	0,43	0,80	8,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,10	0,10	18,10	75,00
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,91	13,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,49	1,49	27,63	141,95
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,5	37,5	3,74	0,40	25,69	121,49
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,15	0,02	1,03	4,86
ДРОЖЖИ	0,12	0,12	0,02	0,00	0,00	0,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,58	0,49	0,91	10,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			15,66	8,92	72,01	523,58
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,14	30,22	197,48	1 662,82

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,37	3,05	16,52	98,48
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,28	0,56	8,48	44,80
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,90	1,60	1,80	24,30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,86	0,00	1,71	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,14
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	11,42	19,99	1,97	233,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,12 шт.	85,5	10,53	9,54	0,58	130,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,5	29,5	0,86	0,72	1,35	15,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0,00	5,33	0,00	47,97
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0,03	4,40	0,04	39,91
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,86	2,25	12,79	81,36
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,07	1,72	7,22
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,62	2,18	4,10	46,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,55	26,89	33,08	437,40
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,56	70,77
ГРУША	166,7	150	0,00	0,00	16,50	63,00
			0,60	0,50	15,56	70,77
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	3,78	5,28	6,33	87,06
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,35	0,07	3,34	14,14
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,46	9,02
МОРКОВЬ	10	7,5	0,08	0,01	0,51	2,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,00	0,00	0,23	0,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,44
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	13,49	10,39	3,63	161,22	
ГОВЯДИНА Б/К	93,95	80,8	12,93	7,68	0,00	120,70
МОРКОВЬ	22,27	16,7	0,16	0,02	1,13	5,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,88	8,3	0,13	0,02	0,75	3,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,25	0,03	1,72	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,34	5,05	33,09	204,91	
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,61	50,1	6,31	1,21	33,05	170,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,03	3,84	0,04	34,82
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,03	7,28	28,43	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
		24,99	20,87	57,73	518,22	

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,32	9,85	13,18	191,30	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,58	0,09	4,40	27,28
ГОВЯДИНА Б/К	65,93	56,7	9,08	5,39	0,00	84,70
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,52	0,02	6,08	25,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,19	0,03	1,13	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,18	8,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,15	0,02	1,03	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,12	0,01	5,19	21,21	
ЛИМОН	12	12	0,12	0,01	0,35	1,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,78	6,93	31,53	203,51	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,1	34,1	3,40	0,37	23,35	110,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,23	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1	0,13	0,12	0,01	1,52
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
		20,02	19,41	60,80	503,52	

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	62,16	67,67	167,17	1 529,91
-----------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,65	7,30	10,66	115,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,05	6,60	0,06	59,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
КАША ОВСЯННАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,01	7,27	17,92	157,66
ОВСЯННЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,68	1,34	11,38	69,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,30	1,92	3,60	40,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,79	2,95	11,51	87,65
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,59	0,28	0,69	7,88
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,20	2,67	5,01	56,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
		10,45	17,52	40,09	361,15	
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,75	0,15	15,15	69,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ.	150	150	0,75	0,15	15,15	69,00
		0,75	0,15	15,15	69,00	
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,60	6,10	4,80	76,80
КАРТОФЕЛЬ	36	28,8	0,56	0,12	5,34	22,63
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,6	6	0,08	0,01	0,25	1,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,66	5,26	8,28	94,15
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,11	10,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,58	3,61
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	2,22	9,43
МОРКОВЬ	10	7,5	0,08	0,01	0,51	2,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,00	0,00	0,69	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	8,03	4,56	5,31	182,10
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	46,36	40,8	6,33	0,23	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,49	0,21	3,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,28	0,23	0,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,26	0,22	0,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,51	0,82	7,01	41,11
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,17	0,02	1,23
РЕПА	24,7	18,2	0,28	0,02	1,03
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,28	0,00	0,56
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,93
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,31	0,03	2,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	4,92	19,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,63	0,25	11,25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95
		16,57	17,44	48,65	504,93

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	16,01	8,15	16,63	203,34
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3	14,48	4,53	2,72
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,65	0,07	4,62
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,43	0,04	2,64
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,60	3,83	7,21
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,48	37,92
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88
		24,01	14,95	46,31	409,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		51,78	50,06	150,20	1 344,94

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,92	3,65	10,60	92,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"		150	4,65	6,59	20,37	157,89
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,02	6,00	25,10
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,24	4,84	24,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,28	2,73	5,13	57,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0,03	3,60	0,04	32,65
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,70	2,18	9,10	66,58
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,62	2,18	4,10	46,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
			11,27	12,42	40,07	316,87
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,56	70,77
ГРУША	166,7	150	0,00	0,00	16,50	63,00
			0,60	0,50	15,56	70,77
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,60	2,30	1,20	36,50
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,36	15,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	4,19	3,44	12,22	91,99
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,16	0,23	11,12	47,14
МОРКОВЬ	8	6	0,06	0,01	0,41	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	19,88	17,1	2,74	1,63	0,00	25,54
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,14	0,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,11	0,10	0,01	1,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	11,26	9,36	29,23	235,66
ГОВЯДИНА Б/К	58,14	50	8,00	4,75	0,00	74,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0,02	2,00	0,02	18,14
КАРТОФЕЛЬ	179,69	143,75	2,79	0,56	26,64	112,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,16	0,02	0,90	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,27	0,03	1,65	7,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	0,80	1,20	14,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,15	0,02	1,03	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	5,80	85,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,28	0,09	8,29	33,90
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,63	0,25	11,25	55,00
			18,28	16,10	60,28	515,68

Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,35	0,10	1,30	7,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	6,67	8,53	23,73	197,09
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	4,10	0,48	22,70	110,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,56	0,48	0,88	9,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5/3	0,07	0,00	4,73	19,19
ЛИМОН	3,597	3,3	0,03	0,00	0,10	0,51
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0,00	0,00	4,55	18,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,5	138,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	5,60	2,51	21,33	130,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,50	0,27	17,12	81,00
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,288	0,16	0,15	0,01	1,96
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,48	0,78	0,47	18,78
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,10	0,01	0,69	3,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,94	11,26	58,09	389,39

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	44,09	40,28	174,00	1 292,71
-----------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,28	0,56	8,48	44,80
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,38	4,97	22,29	147,41
ПШЕНО	30	30	3,35	0,96	19,35	99,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	75,9	75,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	0,24	0,07	7,53	30,44
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,07	1,72	7,22
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
		5,02	7,14	45,62	245,85	
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,75	0,15	15,15	69,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ.	150	150	0,75	0,15	15,15	69,00
		0,75	0,15	15,15	69,00	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	4,68	3,77	21,59	137,49
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	5,56	23,57
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,2	12	2,68	0,18	6,75	39,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
МОРКОВЬ	10	7,5	0,08	0,01	0,51	2,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,24	0,54	8,23	43,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	8,40	2,81	4,69	174,31
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	51,14	45	6,98	0,26	0,00	126,59
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,70	0,31	4,63	24,44

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,756	0,71	0,64	0,04	8,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	2,07	4,05	11,70	90,06
МОРКОВЬ	35,2	26,4	0,25	0,03	1,79	8,20
КАРТОФЕЛЬ	31	24,8	0,49	0,10	4,60	19,49
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,4	12	0,35	0,00	0,70	4,07
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,6	26,4	0,47	0,03	1,28	7,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,8	4,8	0,03	3,84	0,04	34,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,48	0,05	3,29	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,10	0,09	11,72	48,44
ЯБЛОКИ	25,5	22,5	0,09	0,09	2,18	10,26
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,2	6,2	0,01	0,00	4,70	18,83
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
		17,65	11,34		64,80	526,20

Полдник

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	9,57	8,18	9,49	149,97
ГОВЯДИНА Б/К	58,72	50,5	8,08	4,80	0,00	75,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,83	0,36	5,50	29,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,64	0,06	3,96	18,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	1,88	3,72	17,07	103,30
КАРТОФЕЛЬ	103,5	82,8	1,61	0,32	15,34	65,06
МОРКОВЬ	33,33	25	0,24	0,03	1,70	7,76
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,2	4,2	0,03	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,08	0,00	5,00	20,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
		13,63	12,52	45,66	343,88	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		37,05	31,15	171,23	1 184,93	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,92	3,65	10,60	92,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	2,26	4,23	18,78	121,51
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,23	0,22	15,84	73,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5%	75,9	75,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,66	2,18	9,02	66,11
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,62	2,18	4,10	46,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92	92	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
			8,84	10,06	38,40	280,02
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,75	0,15	15,15	69,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ.	150	150	0,75	0,15	15,15	69,00
			0,75	0,15	15,15	69,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,53	2,81	13,70	139,83
КАРТОФЕЛЬ	84,38	67,5	1,31	0,26	12,50	53,04
МОРКОВЬ	8	6	0,06	0,01	0,41	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЗАМОР.	14,29	14	2,89	0,34	0,00	61,25
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,44
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		50	8,73	5,56	2,00	241,52
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	48,17	44,8	7,82	1,74	0,00	196,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,08	0,01	0,46	1,99
МОРКОВЬ	10,67	8	0,08	0,01	0,54	2,48
КАРТОФЕЛЬ	6,25	5	0,10	0,02	0,93	3,93

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,87	6,75	17,09	136,73
КАРТОФЕЛЬ	60	48	0,93	0,18	8,89	37,71
МОРКОВЬ	29,91	22,43	0,21	0,02	1,52	6,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,18	0,02	1,09	4,77
РЕПА	32,3	23,9	0,37	0,02	1,35	6,26
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,46	9,02
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0,04	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,34	0,04	2,33	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,40	17,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,00	0,00	0,00	0,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,28	0,09	8,29	33,90
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,63	0,25	11,25	55,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
			19,63	15,92	54,69	627,08

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	12,82	6,57	13,37	163,52
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	74,6	74,6	11,58	3,62	2,17	87,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,52	0,05	3,72	17,29
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,34	0,03	2,11	9,93
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,12	4,97
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,40	3,00	7,30	74,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,60	3,83	7,21	81,23
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,48	37,92
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,48	6,89	29,48	193,80
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,1	31,1	3,10	0,33	21,30	100,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,23	5,83
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
			21,50	16,66	57,63	469,44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,72	42,79	165,87	1 445,54	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,65	7,30	10,66	115,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8	8	0,05	6,60	0,06	59,84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1,20	2,10	2,40	32,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,14	0,00	2,28	13,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕТЬ)	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,18
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,35	13,88	1,82	173,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	1,92 шт.	77,28	9,52	8,62	0,52	117,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,83	0,70	1,30	14,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,7	4,7	0,00	4,56	0,00	40,98
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,66	2,84	11,30	85,28
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,59	0,28	0,69	7,88
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105,4	105,4	3,07	2,56	4,80	54,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,86	26,12	26,18	406,90
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,53	70,64
ГРУША	166,7	150	0,00	0,00	16,50	63,00
			0,60	0,50	15,53	70,64
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,34	0,04	3,15	33,00
МОРКОВЬ	28,27	21,2	0,20	0,02	1,44	6,58
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,07	0,07	1,76	8,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,00	5,39	11,49	107,25
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	8,34	35,36
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,26	0,03	2,15	9,89
МОРКОВЬ	8	6	0,06	0,01	0,41	1,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,05	0,01	0,27	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,06	3,50	10,37	263,73
ФИЛЕ ГРУДКИ ЗАМОР.	44,9	44	9,09	1,07	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,85	0,38	5,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,47	0,39	0,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,64	0,06	3,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,78	4,13	11,70	90,59
СВЕКЛА	160	120	1,75	0,12	10,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,08	9,57
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95
		19,58	13,68	56,61	649,87

Полдник

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40	4,93	4,46	0,27
ОВОЦЫ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,63	1,56	7,19	49,03
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,17	0,02	1,23
РЕПА	24,7	18,2	0,28	0,02	1,03
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,28	0,00	0,56
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,93
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,31	0,03	2,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,63	0,25	11,25
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,22	5,43	22,52	152,76
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32
ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	150/10	0,08	0,03	7,28	28,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,6	151,6	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНИЕ	10	10	0,04	0,03	7,20
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51
		15,36	14,18	52,36	398,64
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		52,40	54,48	150,68	1 526,05

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,38	3,05	17,91	103,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,28	0,56	8,48	44,80
ДЖЕМ	13,3	13,3	0,08	0,01	9,41	36,64
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,00	6,06	17,91	146,77
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,68	1,34	11,38	69,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,30	1,92	3,60	40,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,86	2,25	11,63	76,71
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,07	1,72	7,22
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,62	2,18	4,10	46,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
		9,24	11,36	47,45	327,36	
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,50	0,50	20,96	95,80
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00
		1,50	0,50	20,96	95,80	
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,66	5,26	8,28	94,15
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,11	10,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,58	3,61
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,23	0,05	2,22	9,43
МОРКОВЬ	10	7,5	0,08	0,01	0,51	2,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,00	0,00	0,69	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		60	12,00	0,45	0,48	218,23

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	87,27	76,8	11,92	0,45	0,00	216,04
МОРКОВЬ	5,33	4	0,04	0,00	0,27	1,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,04	0,00	0,21	0,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,15	0,02	1,03	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,54	4,21	19,84	120,27
КАРТОФЕЛЬ	128,13	102,5	1,99	0,40	18,99	80,54
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,52	0,44	0,82	9,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,2	4,2	0,03	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0,08	0,00	5,03	20,38
ЛИМОН	3,85	3,5	0,04	0,00	0,11	0,54
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,6	151,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,30	0,20	9,00	44,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
		21,28	11,55	51,73	553,33	

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	12,32	9,85	13,18	191,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,58	0,09	4,40	27,28
ГОВЯДИНА Б/К	65,93	56,7	9,08	5,39	0,00	84,70
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,52	0,02	6,08	25,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,19	0,03	1,13	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,18	8,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,15	0,02	1,03	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУША	33,33	30	0,00	0,00	3,20	12,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,34	5,04	17,58	129,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,05	0,22	14,04	66,42
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,10	0,01	0,69	3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,31	8,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,254	0,28	0,25	0,02	3,43

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100		2,80	2,50	4,50	56,50
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
			19,56	17,61	59,76	481,98
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,58	41,02	179,90	1 458,47

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,66	8,95	10,68	130,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,06	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,60	0,70	10,60	56,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,91	6,00	24,95	165,47
КРУПА РИСОВАЯ	23,2	23	1,58	0,07	18,41	76,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,30	1,92	3,60	40,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,04	0,00	5,89	23,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
			5,61	14,95	41,52	319,98
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,75	0,15	15,15	69,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ.	150	150	0,75	0,15	15,15	69,00
			0,75	0,15	15,15	69,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,60	2,30	3,20	36,50
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,36	15,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,73	5,35	9,20	96,70
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,87	0,17	8,34	35,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,10	0,01	0,54	2,39
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,6	16	2,56	1,52	0,00	23,90
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
СУФЛЕ КУРИНОЕ		60	10,40	5,91	2,11	241,21
ФИЛЕ ГРУДКИ ЗАМОР.	42,35	41,5	8,57	1,01	0,00	181,55
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,063	1,24	1,13	0,07	15,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,36	0,30	0,56	6,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,21	0,02	1,44	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	5,14	3,64	28,38	165,41
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	5,12	0,59	28,35	137,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,10	0,10	18,10	73,50
ГРУША	33,33	30	0,00	0,00	3,20	12,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,70	51,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,63	0,25	11,25	55,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,20	0,53	7,95	42,00
		22,77	18,00	79,39	704,32	

Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,30	0,00	1,00	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	12,68	9,08	15,83	189,81
ГОВЯДИНА Б/К	79,65	68,5	10,96	6,51	0,00	102,33
КАРТОФЕЛЬ	102,38	81,9	1,59	0,32	15,17	64,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,11	0,01	0,64	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,02	2,24	0,02	20,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,30	0,00	20,80	85,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,28	0,09	8,29	33,90
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,98	0,15	6,75	33,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,88	3,11	28,97	159,41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,55	0,38	24,36	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,15	0,02	1,01	4,79
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	0,14	0,14	0,02	0,00	0,00	0,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18
		18,16	12,31	73,00	470,82	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,29	45,41	209,06	1 564,12	