



# 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>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205		7,20	8,30	35,00	262,40
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	40	40	4,46	0,50	26,35	127,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,85	2,45	4,71	53,06
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>10,56</b>	<b>12,40</b>	<b>50,52</b>	<b>360,40</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,80	66,30
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	170,4	150	0,60	0,60	14,70	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10		5,00	7,70	11,00	179,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	38,4	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,13	5,7	0,07	0,01	0,38	1,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	6,8	5,7	0,08	0,01	0,46	2,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,6	108,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,7	4,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,9	0,03	0,00	0,07	0,43
<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b>		<b>80</b>	<b>12,94</b>	<b>11,79</b>	<b>3,47</b>	<b>171,41</b>
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	71,7	69	10,71	0,40	0,00	46,18
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	20,5	20,5	0,57	0,49	0,95	10,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1	4,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>150</b>	<b>3,00</b>	<b>4,80</b>	<b>19,50</b>	<b>134,30</b>
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	138,67	104	2,02	0,41	16,44	77,68
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	40	32	0,41	0,03	2,14	10,86
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>23,60</b>	<b>96,84</b>
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	25,6	22,6	0,09	0,09	2,14	10,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,50</b>	<b>0,60</b>	<b>10,30</b>	<b>52,40</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			<b>24,64</b>	<b>25,21</b>	<b>79,35</b>	<b>691,45</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>200</b>	<b>21,39</b>	<b>26,03</b>	<b>33,19</b>	<b>452,36</b>
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	128,13	102,5	18,10	18,29	0,00	236,63
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	20,3	16,24	0,20	0,02	1,09	5,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	10,5	8,71	0,12	0,02	0,69	3,46
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	44,24	43,76	2,97	0,43	31,41	141,35
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1,06	1,06	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>



ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180		5,54	2,03	3,51	153,90
НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА СУХИЕ ИНСТАННЫЕ (БЫСТРОРАСТВОРИМЫЕ)	20,3	20,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50		5,49	2,66	23,90	141,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,8	2,8	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	8,9	8,9	1,55	0,78	0,26	14,59
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,01	0,30
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,01 шт.	0,4	0,05	0,05	0,00	0,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
			<b>34,12</b>	<b>30,92</b>	<b>71,20</b>	<b>798,90</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>69,92</b>	<b>69,13</b>	<b>215,87</b>	<b>1 917,05</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>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,07	8,10	27,90	205,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,66</b>	<b>17,80</b>	<b>51,50</b>	<b>351,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,50	0,13	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	93,73	70,3	1,37	0,27	11,12	52,51
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,75	0,09	4,79	22,95
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,75	7	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,9	122,9	0,00	0,00	0,00	0,00



СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	18,38	14,7	2,60	2,62	0,00	33,94
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ</b>		<b>200</b>	<b>19,30</b>	<b>21,00</b>	<b>22,00</b>	<b>355,00</b>
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	136,3	126,5	21,96	4,54	0,00	155,84
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	25,8	25,5	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	60,3	50,5	0,69	0,10	4,02	20,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,26 шт.	10,47	1,29	1,16	0,07	15,95
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>180</b>	<b>0,60</b>	<b>0,24</b>	<b>22,00</b>	<b>93,00</b>
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,50</b>	<b>0,60</b>	<b>10,30</b>	<b>52,40</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			<b>27,10</b>	<b>27,29</b>	<b>69,20</b>	<b>661,40</b>

### Полдник

<b>РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ</b>		<b>70</b>	<b>10,75</b>	<b>4,60</b>	<b>2,14</b>	<b>92,85</b>
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	66,61	64,1	9,95	0,37	0,00	42,90
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21	0,59	0,51	0,98	11,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	16,7	14	0,19	0,03	1,12	5,57
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>130</b>	<b>2,70</b>	<b>4,60</b>	<b>17,50</b>	<b>119,40</b>
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	148	111	2,15	0,43	17,55	82,91
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,4	4,4	0,02	3,52	0,04	31,92
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b>		<b>180</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>21,72</b>	<b>88,20</b>
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	40	36	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b>		<b>50</b>	<b>4,82</b>	<b>1,59</b>	<b>28,06</b>	<b>145,68</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			<b>19,39</b>	<b>11,03</b>	<b>75,82</b>	<b>477,13</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>58,15</b>	<b>56,12</b>	<b>196,52</b>	<b>1 489,53</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>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,50	2,70	3,00	40,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,40	21,00	2,90	149,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	2,86 шт.	115,12	14,18	12,84	0,79	175,32
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,20	1,04	2,00	22,47
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,1	7,1	0,00	6,88	0,00	61,92
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ В СВОЕМ СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНЫЙ КОФЕ)	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>21,10</b>	<b>28,20</b>	<b>34,40</b>	<b>341,50</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ, СРЕДНЕПЛОДНЫЕ, ДЛИННОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/5/1	1,40	4,06	6,16	69,60

КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	26	19,5	0,38	0,08	3,08	14,57
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	40,7	32,5	0,57	0,03	1,48	8,83
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	10,25	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,8	6,5	0,09	0,01	0,51	2,59
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
<b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА</b>		<b>70/70</b>	<b>9,10</b>	<b>11,30</b>	<b>14,90</b>	<b>196,80</b>
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	154	113	20,39	17,54	0,00	238,95
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	29,13	23,3	0,29	0,02	1,56	7,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	14	11,7	0,16	0,02	0,93	4,66
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>130</b>	<b>7,20</b>	<b>5,90</b>	<b>33,00</b>	<b>240,00</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА 1 СОРТ	60	60	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
<b>ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ</b>		<b>180/15</b>	<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>8,20</b>	<b>33,60</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,00</b>	<b>0,12</b>	<b>6,40</b>	<b>31,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,10</b>	<b>0,50</b>	<b>7,70</b>	<b>39,30</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
			<b>20,32</b>	<b>21,88</b>	<b>77,66</b>	<b>617,30</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>200</b>	<b>15,91</b>	<b>13,94</b>	<b>14,32</b>	<b>250,19</b>
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	133,3	106,7	1,86	0,11	4,86	28,98
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	79	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	9	8,9	0,60	0,09	6,39	28,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	17,4	14,7	0,20	0,03	1,17	5,85
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.15 шт.	6,04	0,75	0,67	0,04	9,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,16	0,90	0,21	12,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	2,2	2,2	0,11	0,00	0,41	2,17



СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180		0,12	0,01	16,90	64,80
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	14,4	14,4	0,13	0,01	0,42	4,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	125		3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			<b>22,33</b>	<b>17,78</b>	<b>55,15</b>	<b>475,92</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,35</b>	<b>68,36</b>	<b>182,71</b>	<b>1 505,22</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>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
МАННАЯ КРУПА, МАРКА М	29,7	29,7	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>13,04</b>	<b>15,30</b>	<b>49,60</b>	<b>372,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ЯБЛОКО	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,10	5,30	20,10	165,00
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	56,5	54,4	8,44	0,32	0,00	36,41
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	8,5	8,5	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/8 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,34	0,29	0,56	6,33



МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,80	7,60	6,00	96,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	49,33	37	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНый СВЕЖИЙ	9,5	7,5	0,10	0,01	0,23	1,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,26	6,42	8,18	110,23
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	31,25	25	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	15,6	12,5	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	16,67	12,5	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	9,75	7,8	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,50	2,00	9,80	67,00
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	69,13	55,3	0,70	0,06	3,71	18,78
РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ	30,9	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,41	0,05	2,65	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,32	1,86	0,44	25,58
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>21,24</b>	<b>22,27</b>	<b>75,98</b>	<b>589,23</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,01	11,83	20,93	283,30
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3	21,18	10,59	3,53	198,85
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00

МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М	8,7	8,7	0,87	0,09	5,96	27,76
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	8,7	8,7	0,00	0,00	8,42	33,67
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,67	0,00	3,10	15,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,28	3,00	26,00	111,00
ПЕЧЕНЬЕ	30	30	2,18	2,85	21,65	121,35
			<b>32,09</b>	<b>19,03</b>	<b>64,23</b>	<b>531,20</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,37</b>	<b>56,60</b>	<b>189,81</b>	<b>1 492,43</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>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		2,30	3,90	9,70	92,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	16	15	3,48	4,43	0,00	54,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200		6,20	10,00	26,80	209,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	10	10	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,70</b>	<b>16,70</b>	<b>50,10</b>	<b>378,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50
			<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	1,50	45,60
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20		5,60	5,31	11,87	117,98
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	88,13	66,1	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,25	6,6	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,9	6,6	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,5	21,3	3,84	3,31	0,00	45,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	2,2	1,8	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ</b>		<b>200</b>	<b>8,40</b>	<b>12,00</b>	<b>13,30</b>	<b>269,00</b>
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	106,87	90,2	16,28	14,00	0,00	190,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	198,67	149	2,89	0,58	23,56	111,29
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,075 шт.	3,02	0,37	0,34	0,02	4,60
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5	0,57	0,00	2,69	13,05
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		<b>50</b>	<b>1,00</b>	<b>2,00</b>	<b>3,00</b>	<b>37,30</b>
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,32	1,82	0,43	24,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,8	3,8	0,40	0,05	2,58	12,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>		<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>102,00</b>
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ. АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ ВЫСШИЙ СОРТ	18,9	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>12,90</b>	<b>66,00</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>19,74</b>	<b>23,16</b>	<b>60,17</b>	<b>688,88</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</b>		<b>50</b>	<b>0,60</b>	<b>0,10</b>	<b>1,90</b>	<b>12,00</b>
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	50,52	50	0,55	0,10	1,90	12,00
<b>МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ</b>		<b>150</b>	<b>5,30</b>	<b>8,40</b>	<b>28,90</b>	<b>242,00</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ. СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2	0,68	0,59	1,13	12,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51



СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70		8,54	5,42	30,15	204,05
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,67	0,45	23,74	113,39
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,9	1,9	0,00	0,00	1,84	7,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	22,2	22	3,84	1,92	0,64	36,06
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
			<b>14,56</b>	<b>13,92</b>	<b>69,47</b>	<b>494,05</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,60</b>	<b>54,28</b>	<b>195,24</b>	<b>1 631,43</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>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		205	7,20	8,30	35,00	226,40
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	38,8	38,8	4,33	1,02	26,50	132,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ В СВОЕМ СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНЫЙ КОФЕ)	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,40</b>	<b>12,80</b>	<b>63,50</b>	<b>378,40</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТЕ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ, СРЕДНЕПЛОДНЫЕ, ДЛИННОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	3,60	4,50	20,00	147,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	44	33	0,64	0,13	5,22	24,65
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ, 1 СОРТ	13,2	13,1	2,92	0,20	6,11	37,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	10,25	8,2	0,11	0,01	0,55	2,78



МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	16,3	16,3	1,18	0,46	8,13	41,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>80</b>	<b>8,50</b>	<b>16,10</b>	<b>7,90</b>	<b>161,30</b>
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	64	60	9,31	0,35	0,00	40,16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	12	12	0,87	0,34	5,98	30,50
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b>		<b>130</b>	<b>1,84</b>	<b>0,10</b>	<b>8,50</b>	<b>75,20</b>
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	35,75	28,6	0,36	0,03	1,91	9,71
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	35,87	26,9	0,52	0,11	4,25	20,09
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ	19,9	13	0,39	0,03	0,82	5,04
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	36,4	28,6	0,49	0,03	1,30	7,77
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22	0,62	0,53	1,03	11,52
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b>		<b>180</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>22,70</b>	<b>105,40</b>
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	30,6	27	0,11	0,11	2,57	12,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЫСШИЙ СОРТ	7,2	7,2	0,01	0,00	5,46	21,86
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>12,90</b>	<b>66,00</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>18,04</b>	<b>21,77</b>	<b>83,90</b>	<b>612,90</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)</b>		<b>70</b>	<b>12,50</b>	<b>12,60</b>	<b>10,20</b>	<b>104,00</b>
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	70	59	10,64	9,16	0,00	124,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	12,4	12,4	0,90	0,35	6,18	31,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>150</b>	<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>19,60</b>	<b>99,30</b>

КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	141,2	105,9	2,06	0,41	16,74	79,09
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	36	28,8	0,36	0,03	1,93	9,78
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	18,2	0,51	0,45	0,84	9,54
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4,06	3,23	28,71	159,85
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	35,56	35,56	3,72	0,45	24,11	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,56	0,56	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	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 ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,54	2,03	3,51	153,90
НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА СУХИЕ ИНСТАННЫЕ (БЫСТРОРАСТВОРИМЫЕ)	20,3	20,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			<b>30,20</b>	<b>23,69</b>	<b>78,25</b>	<b>638,68</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,64</b>	<b>58,26</b>	<b>225,65</b>	<b>1 629,98</b>





КРУПА ЯЧМЕННАЯ ПЕРЛОВАЯ №1	3,4	3,3	0,30	0,04	2,14	10,09
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,5	6,8	0,09	0,01	0,46	2,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	4	3,3	0,05	0,01	0,26	1,31
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ,КОРНИШОНЫ,ЗЕЛЕНЦЫ)	10,1	10,1	0,08	0,01	0,16	1,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,4	127,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,32	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
<b>КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>70</b>	<b>13,10</b>	<b>2,75</b>	<b>10,90</b>	<b>120,20</b>
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	64,75	51,8	9,15	9,24	0,00	119,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	12,6	12,6	0,92	0,36	6,29	32,02
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,51	0,45	0,84	9,54
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,2	4,2	0,00	4,07	0,00	36,63
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,23	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>		<b>150</b>	<b>2,40</b>	<b>5,60</b>	<b>15,60</b>	<b>121,80</b>
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	204,38	163,5	2,38	0,16	13,96	66,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	6,8	6,8	0,03	5,44	0,05	49,33
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>		<b>180</b>	<b>0,40</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>102,00</b>
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ "ИЗЮМ" ВЫСШИЙ СОРТ	18	18	0,40	0,09	11,48	49,06
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>12,90</b>	<b>66,00</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>25,41</b>	<b>13,85</b>	<b>64,94</b>	<b>667,30</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ</b>		<b>40</b>	<b>4,90</b>	<b>4,50</b>	<b>0,30</b>	<b>60,90</b>
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
<b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>		<b>150</b>	<b>2,20</b>	<b>2,00</b>	<b>9,80</b>	<b>88,00</b>
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	69,13	55,3	0,70	0,06	3,71	18,78
РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ	30,9	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,41	0,05	2,65	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,32	1,86	0,44	25,58
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	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	1,66	0,22	10,60	50,99
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,80	5,00	43,20	223,00
ПЕЧЕНЬЕ	50	50	3,64	4,75	36,08	202,25
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,09	0,04	8,20	34,10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	15	0,06	0,05	10,80	41,90
ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			<b>16,19</b>	<b>14,87</b>	<b>77,73</b>	<b>527,63</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,14</b>	<b>60,17</b>	<b>186,62</b>	<b>1 623,93</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>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,39	6,90	10,00	69,00
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	11	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М	29,7	29,7	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,20	2,80	13,60	77,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>12,59</b>	<b>17,70</b>	<b>50,60</b>	<b>349,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК АБРИКОСОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ АБРИКОС	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,38	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ,СРЕДНЕПЛОДНЫЕ,ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ)	53,63	50	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	93,6	70,2	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,75	6,2	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	17,5	14	2,47	2,50	0,00	32,32



СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48
<b>ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>80</b>	<b>17,92</b>	<b>7,84</b>	<b>7,20</b>	<b>172,80</b>
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	108,8	89,6	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	13,38	10,7	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	10,67	8	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,2 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>150</b>	<b>2,40</b>	<b>6,90</b>	<b>13,40</b>	<b>125,10</b>
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	64	48	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	20,25	16,2	0,20	0,02	1,09	5,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77
РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,29	1,69	0,40	23,18
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА</b>		<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>18,00</b>	<b>68,40</b>
КИСЕЛЬ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫМИ КОМПЛЕКСАМИ БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ И ИСКУССТВЕННЫХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК	22	22	0,00	0,00	16,98	67,95
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,04</b>	<b>0,24</b>	<b>12,72</b>	<b>61,20</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>12,88</b>	<b>65,90</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>30,62</b>	<b>20,13</b>	<b>81,50</b>	<b>660,30</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>		<b>100</b>	<b>17,70</b>	<b>9,00</b>	<b>16,10</b>	<b>221,00</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)</b>		<b>50</b>	<b>0,90</b>	<b>2,30</b>	<b>6,50</b>	<b>39,00</b>

МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	130	100	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,53	8,33	35,89	236,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6,6	6,6	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	8,9	8,9	0,04	7,12	0,07	64,57
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	1,1	1,1	0,14	0,02	0,02	0,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
			<b>29,93</b>	<b>23,83</b>	<b>75,79</b>	<b>633,24</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>73,14</b>	<b>61,66</b>	<b>207,89</b>	<b>1 642,54</b>





МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	15,73	0,59	0,46	69,82
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А	104,75	100,8	15,65	0,58	0,00	67,46
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ	4	3,2	0,04	0,00	0,21	1,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	4,8	3,2	0,04	0,01	0,25	1,27
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,20	5,00	21,30	147,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	170,67	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	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	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
			<b>27,19</b>	<b>13,81</b>	<b>61,46</b>	<b>487,75</b>
<b>Полдник</b>						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		180	14,28	12,53	12,87	224,86
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	120	96	1,68	0,10	4,37	26,07
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	71,1	60	10,83	9,31	0,00	126,88
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	8,1	8	0,54	0,08	5,74	25,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	15,7	13,2	0,17	0,03	1,05	5,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0.13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,15	0,81	0,19	11,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,12	0,12	21,70	88,20
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	40	36	0,14	0,11	3,60	16,41



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	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	0,99	0,13	6,36	30,59
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		75	4,91	3,38	30,00	170,10
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7	3,84	0,47	24,88	118,90
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,6	2,6	0,00	0,00	2,51	10,06
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	0,4	0,4	0,05	0,01	0,01	0,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,18	0,02	1,18	5,64
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,75	1,75	0,00	1,70	0,00	15,26
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,06 шт.	2,42	0,30	0,27	0,02	3,69
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25	0,01	0,00	0,02	0,12
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОТРИМЕНТЕ	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			<b>23,81</b>	<b>19,28</b>	<b>76,60</b>	<b>584,79</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,24</b>	<b>49,79</b>	<b>203,16</b>	<b>1 525,54</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>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,90	2,80	21,10	90,70
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	15	15	0,09	0,02	10,94	42,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,10	6,80	27,90	232,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>7,00</b>	<b>9,60</b>	<b>57,40</b>	<b>356,70</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТЕ ПЕРСИК	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,80	2,90	4,00	45,60
СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	59,38	47,5	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)	13,4	12	0,10	0,01	0,19	1,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00



СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
<b>СУФЛЕ КУРИНОЕ</b>		<b>70</b>	<b>10,40</b>	<b>4,00</b>	<b>9,30</b>	<b>135,30</b>
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	61,25	49	8,65	8,75	0,00	113,12
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	3/10 шт.	12,08	1,48	1,35	0,08	18,40
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,42	0,36	0,69	7,70
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>150</b>	<b>4,00</b>	<b>3,40</b>	<b>19,40</b>	<b>121,80</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ. СОРТ	50,8	50,8	5,42	0,64	34,74	166,55
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>		<b>180</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>21,72</b>	<b>88,20</b>
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ	40	36	0,14	0,11	3,60	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>10,60</b>	<b>51,00</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>12,90</b>	<b>66,00</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ. СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
			<b>24,60</b>	<b>18,87</b>	<b>91,02</b>	<b>629,10</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>		<b>40</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>5,60</b>
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ, СРЕДНЕПЛОДНЫЕ, ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ)	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>150</b>	<b>17,50</b>	<b>16,50</b>	<b>16,90</b>	<b>216,30</b>
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ	101,4	85,7	15,46	13,30	0,00	181,23
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ	136,53	102,4	1,99	0,40	16,19	76,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	10,5	8,9	0,12	0,02	0,71	3,54
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>		<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,00</b>	<b>25,00</b>	<b>102,00</b>
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ. АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ (КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ ВЫСШИЙ СОРТ	18,9	18	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,04</b>	<b>0,24</b>	<b>12,72</b>	<b>61,20</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		<b>50</b>	<b>4,06</b>	<b>3,23</b>	<b>28,71</b>	<b>159,85</b>

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,72	0,45	24,11	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ	0,56	0,56	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ	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 ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0,00	0,29	0,00	2,62
			<b>24,26</b>	<b>19,97</b>	<b>84,33</b>	<b>544,95</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,86</b>	<b>48,44</b>	<b>232,75</b>	<b>1 530,75</b>