



# МЕНЮ

## Ясли 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 ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                         | 155       |          | 5,04              | 6,20         | 26,30        | 189,30                        |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"  | 30        | 30       | 3,35              | 0,38         | 19,76        | 95,74                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 50        | 50       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 76        | 76       | 2,13              | 1,84         | 3,54         | 39,81                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                      | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| 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                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 25,9      | 25,9     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 8         | 7        | 0,06              | 0,01         | 0,20         | 2,31                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                      | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 156       | 156      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|  |           |          | <b>8,40</b>       | <b>10,30</b> | <b>41,82</b> | <b>287,30</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 150       |          | 0,60              | 0,60         | 14,80        | 66,30                         |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 171       | 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 СОЛЕННЫЙ  | 40        |          | 0,30              | 0,00         | 0,70         | 5,20                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)                     | 44        | 40       | 0,32              | 0,04         | 0,68         | 5,20                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ        | 150/10/10 |          | 4,09              | 4,53         | 7,81         | 88,41                         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                              | 40        | 30       | 0,58              | 0,12         | 4,74         | 22,41                         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                             | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,40         | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                     | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |

|  |          |              |              |              |              |               |
|--|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 3,1      | 3,1          | 0,32         | 0,04         | 2,10         | 10,04         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 0,4      | 0,4          | 0,00         | 0,32         | 0,00         | 2,90          |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 0.02 шт. | 0,81         | 0,10         | 0,09         | 0,01         | 1,23          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 4,83     | 4,83         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3      | 0,3          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                   | 21,6     | 16           | 2,89         | 2,48         | 0,00         | 33,83         |
| ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,1      | 1            | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,48          |
| <b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b>   |          | <b>60</b>    | <b>4,60</b>  | <b>4,80</b>  | <b>2,50</b>  | <b>91,50</b>  |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ<br>КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А            | 57       | 55           | 8,54         | 0,32         | 0,00         | 36,81         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 15       | 15           | 0,43         | 0,37         | 0,70         | 7,86          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 2,6      | 2,6          | 0,01         | 2,09         | 0,02         | 18,87         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 2,6      | 2,6          | 0,27         | 0,03         | 1,77         | 8,42          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 3        | 3            | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,2      | 0,2          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/5 шт.  | 8,05         | 0,99         | 0,90         | 0,06         | 12,26         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 2        | 2            | 0,00         | 1,94         | 0,00         | 17,44         |
| <b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ</b>                                |          | <b>120</b>   | <b>2,32</b>  | <b>3,92</b>  | <b>15,60</b> | <b>107,40</b> |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ                             | 110,4    | 82,8         | 1,61         | 0,32         | 13,10        | 61,85         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ                            | 31,25    | 25           | 0,32         | 0,03         | 1,68         | 8,49          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 15,1     | 14,4         | 0,41         | 0,35         | 0,67         | 7,55          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 4,2      | 4,2          | 0,02         | 3,37         | 0,03         | 30,48         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,4      | 0,4          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>  |          | <b>150</b>   | <b>0,10</b>  | <b>0,10</b>  | <b>19,70</b> | <b>80,70</b>  |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 21,3     | 18,8         | 0,08         | 0,08         | 1,78         | 8,57          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 156      | 156          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5        | 5            | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>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.<br>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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 15       | 15           | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|  |          |              | <b>13,51</b> | <b>13,97</b> | <b>60,41</b> | <b>443,51</b> |
| <b>Полдник</b>   |          |              |              |              |              |               |
| <b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>   |          | <b>160</b>   | <b>6,50</b>  | <b>9,80</b>  | <b>17,70</b> | <b>209,20</b> |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ                                   | 102,5    | 82           | 14,47        | 14,64        | 0,00         | 189,31        |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 6        | 6            | 0,03         | 4,80         | 0,05         | 43,53         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ                            | 16,25    | 13           | 0,16         | 0,01         | 0,87         | 4,41          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                       | 8,4      | 7            | 0,10         | 0,01         | 0,55         | 2,78          |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ   | 35,4     | 35           | 2,38         | 0,34         | 25,12        | 113,05        |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,8      | 0,8          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>   |          | <b>150/5</b> | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>  | <b>7,00</b>  | <b>28,00</b>  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ  | 0,2      | 0,2          | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,49          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 21,6     | 21,6         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 130      | 130          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5        | 5            | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |

|  |          |       |              |              |               |                 |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                |          | 15    | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                     | 15       | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"  |          | 50    | 6,59         | 3,74         | 25,88         | 163,67          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 29,3     | 29,3  | 3,07         | 0,37         | 19,87         | 94,92           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 1,6      | 1,6   | 0,16         | 0,02         | 1,09          | 5,18            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 4,2      | 4,2   | 0,00         | 0,00         | 4,06          | 16,26           |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 1        | 1     | 0,01         | 0,81         | 0,01          | 7,26            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/8 шт.  | 5,03  | 0,62         | 0,56         | 0,04          | 7,66            |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 8,6      | 8,6   | 0,24         | 0,21         | 0,40          | 4,50            |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ   | 13,27    | 13,27 | 2,32         | 1,15         | 0,39          | 21,76           |
| ДРОЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                   | 0,3      | 0,3   | 0,04         | 0,01         | 0,01          | 0,22            |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3      | 0,3   | 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<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/40 шт. | 1,01  | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,54            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,5      | 0,5   | 0,00         | 0,49         | 0,00          | 4,37            |
|  |          |       | <b>14,09</b> | <b>13,66</b> | <b>56,98</b>  | <b>431,87</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |          |       | <b>36,60</b> | <b>38,53</b> | <b>174,01</b> | <b>1 228,98</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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                                     | 10,6      | 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                              |           | 155      | 3,80              | 6,10         | 20,90        | 154,00                        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ  | 23        | 23       | 1,56              | 0,22         | 16,51        | 74,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 53        | 53       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                       | 79        | 79       | 2,22              | 1,92         | 3,68         | 41,38                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ             | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ   |           | 180      | 3,20              | 1,80         | 13,60        | 77,00                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ   | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 32,4      | 32,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5         | 5        | 0,00              | 0,00         | 4,84         | 19,35                         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                       | 92        | 90       | 2,53              | 2,18         | 4,19         | 47,14                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|   |           |          | <b>10,39</b>      | <b>14,80</b> | <b>44,50</b> | <b>300,00</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ  |           | 150      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК                  | 150       | 150      | 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  |           | 40       | 0,40              | 0,10         | 1,50         | 9,60                          |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ   | 42,3      | 40       | 0,44              | 0,08         | 1,52         | 9,60                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 150/10/1 | 3,20              | 4,00         | 5,00         | 92,40                         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                                 | 60        | 45       | 0,87              | 0,17         | 7,12         | 33,61                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ                              | 6         | 6        | 0,64              | 0,08         | 4,10         | 19,67                         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                                | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,40         | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ     | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5      | 0,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ                                    | 17,5     | 14         | 2,47         | 2,50         | 0,00         | 32,32         |
| ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)  | 1,1      | 1          | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,48          |
| <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ</b>                                  |          | <b>160</b> | <b>15,50</b> | <b>17,00</b> | <b>17,60</b> | <b>216,00</b> |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ   | 121      | 100        | 17,36        | 3,59         | 0,00         | 123,19        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ  | 20,3     | 20,3       | 1,38         | 0,19         | 14,57        | 65,57         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 48       | 40,5       | 0,55         | 0,08         | 3,22         | 16,11         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ          | 4,3      | 4,3        | 0,02         | 3,44         | 0,03         | 31,20         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                       | 1/5 шт.  | 8,05       | 0,99         | 0,90         | 0,06         | 12,26         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                       | 1/20 шт. | 2,01       | 0,25         | 0,22         | 0,01         | 3,07          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,9      | 0,9        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>                                  |          | <b>150</b> | <b>0,50</b>  | <b>0,20</b>  | <b>18,30</b> | <b>77,30</b>  |
| ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ   | 15       | 15         | 0,49         | 0,20         | 7,03         | 41,32         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5        | 5          | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 150      | 150        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>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.<br>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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ | 15       | 15         | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|   |          |            | <b>21,70</b> | <b>21,92</b> | <b>56,50</b> | <b>465,60</b> |
| <b>Полдник</b>  |          |            |              |              |              |               |
| <b>РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ</b>                                   |          | <b>50</b>  | <b>7,70</b>  | <b>3,29</b>  | <b>1,53</b>  | <b>66,43</b>  |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ<br>КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А             | 47,59    | 45,8       | 7,11         | 0,26         | 0,00         | 30,65         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                    | 15       | 15         | 0,43         | 0,37         | 0,70         | 7,86          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 11,9     | 10         | 0,14         | 0,02         | 0,80         | 3,98          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ          | 3,3      | 3,3        | 0,02         | 2,64         | 0,03         | 23,94         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3      | 0,3        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>  |          | <b>110</b> | <b>2,38</b>  | <b>3,70</b>  | <b>15,70</b> | <b>107,00</b> |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ                              | 125,47   | 94,1       | 1,82         | 0,37         | 14,88        | 70,29         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                    | 17,4     | 17,4       | 0,49         | 0,43         | 0,81         | 9,12          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ          | 3,9      | 3,9        | 0,02         | 3,12         | 0,03         | 28,29         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,2      | 0,2        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b>                                       |          | <b>150</b> | <b>0,10</b>  | <b>0,10</b>  | <b>18,10</b> | <b>75,00</b>  |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ   | 33,33    | 30         | 0,12         | 0,12         | 2,85         | 13,68         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 125      | 125        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5        | 5          | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ  | 0,15     | 0,15       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>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.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                      | 15       | 15         | 0,99         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |
| <b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b>   |          | <b>50</b>  | <b>4,78</b>  | <b>1,58</b>  | <b>28,05</b> | <b>145,39</b> |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ. СОРТ                          | 38,5     | 38,5       | 4,04         | 0,49         | 26,10        | 124,73        |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ. СОРТ                          | 1,5      | 1,5        | 0,16         | 0,02         | 1,02         | 4,86          |
| ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                   | 0,12     | 0,12       | 0,02         | 0,00         | 0,00         | 0,09          |

|  |     |     |              |              |               |                 |
|--|-----|-----|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 20  | 20  | 0,56         | 0,49         | 0,93          | 10,48           |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,5 | 0,5 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,6 | 0,6 | 0,00         | 0,58         | 0,00          | 5,23            |
|  |     |     | <b>15,96</b> | <b>8,79</b>  | <b>69,78</b>  | <b>424,82</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |     |     | <b>48,05</b> | <b>45,51</b> | <b>170,78</b> | <b>1 190,42</b> |



## МЕНЮ

### Ясли 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  | 13,3      | 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                                |           | 30       | 0,90              | 1,60         | 1,80         | 24,30                         |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 43,9      | 28,5     | 0,88              | 0,06         | 1,85         | 11,40                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,50         | 0,00         | 13,49                         |
| ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)   | 0,4       | 0,3      | 0,01              | 0,00         | 0,02         | 0,15                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  |           | 120      | 12,30             | 16,70        | 2,30         | 119,00                        |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                                 | 2,3 шт.   | 92,58    | 11,41             | 10,33        | 0,63         | 140,99                        |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 34,3      | 34,3     | 0,96              | 0,83         | 1,60         | 17,96                         |
| 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            | 5,7       | 5,7      | 0,00              | 5,52         | 0,00         | 49,70                         |
| 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>17,40</b>      | <b>22,80</b> | <b>32,60</b> | <b>295,30</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  |           | 40       | 0,30              | 0,00         | 1,00         | 5,60                          |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ, СРЕДНЕПЛОДНЫЕ, ДЛИННОПЛОДНЫЕ) | 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 | 4,18              | 6,24         | 5,72         | 98,47                         |

|  |          |               |              |              |              |               |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                                  | 24       | 18            | 0,35         | 0,07         | 2,84         | 13,44         |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                                 | 37,5     | 30            | 0,52         | 0,03         | 1,37         | 8,15          |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                                 | 9,38     | 7,5           | 0,10         | 0,01         | 0,50         | 2,55          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 7,2      | 6             | 0,08         | 0,01         | 0,48         | 2,39          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ      | 3        | 3             | 0,00         | 2,91         | 0,00         | 26,16         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 120      | 120           | 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                        | 21,6     | 16            | 2,89         | 2,48         | 0,00         | 33,83         |
| 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          |
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА" | 1,5      | 1,5           | 0,07         | 0,00         | 0,28         | 1,48          |
| <b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА</b>                                       |          | <b>50/50</b>  | <b>15,10</b> | <b>15,30</b> | <b>3,50</b>  | <b>134,00</b> |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ                        | 110      | 80,8          | 14,58        | 12,54        | 0,00         | 170,86        |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                                 | 20,88    | 16,7          | 0,21         | 0,02         | 1,12         | 5,67          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 10       | 8,3           | 0,12         | 0,02         | 0,66         | 3,30          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 3,3      | 3,3           | 0,02         | 2,64         | 0,03         | 23,94         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ                              | 2,5      | 2,5           | 0,26         | 0,03         | 1,70         | 8,10          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 33,3     | 33,3          | 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>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>                                    |          | <b>110</b>    | <b>5,80</b>  | <b>4,78</b>  | <b>26,80</b> | <b>174,00</b> |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА 1 СОРТ  | 50,1     | 50,1          | 6,12         | 1,60         | 27,75        | 149,68        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 75,8     | 75,8          | 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          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 4,8      | 4,8           | 0,02         | 3,84         | 0,04         | 34,82         |
| <b>ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ</b>  |          | <b>150/10</b> | <b>0,08</b>  | <b>0,04</b>  | <b>6,83</b>  | <b>28,00</b>  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ  | 0,2      | 0,2           | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,49          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 21,6     | 21,6          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 130      | 130           | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ В АССОРТИМЕНТЕ                               | 10       | 10            | 0,04         | 0,03         | 7,20         | 27,94         |
| <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>26,46</b> | <b>26,48</b> | <b>50,25</b> | <b>471,07</b> |
| <b>Полдник</b>   |          |               |              |              |              |               |
| <b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>   |          | <b>170</b>    | <b>13,54</b> | <b>13,32</b> | <b>12,19</b> | <b>226,01</b> |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                                 | 113,3    | 90,7          | 1,58         | 0,09         | 4,13         | 24,64         |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ                        | 67,1     | 56,7          | 10,23        | 8,80         | 0,00         | 119,90        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ   | 7,7      | 7,6           | 0,51         | 0,08         | 5,45         | 24,55         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 14,8     | 12,5          | 0,17         | 0,03         | 1,00         | 4,98          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 3,7      | 3,7           | 0,02         | 2,96         | 0,03         | 26,85         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                           | 0.13 шт. | 5,23          | 0,64         | 0,58         | 0,04         | 7,96          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 5,2      | 5,2           | 0,14         | 0,76         | 0,17         | 10,39         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ                              | 1,5      | 1,5           | 0,16         | 0,02         | 1,02         | 4,86          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 15,1     | 15,1          | 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          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,3      | 0,3           | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |



|  |          |      |              |              |               |                 |
|--|----------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА" | 1,9      | 1,9  | 0,09         | 0,00         | 0,35          | 1,88            |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ   |          | 50   | 3,75         | 6,97         | 29,94         | 197,05          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ                               | 32,1     | 32,1 | 3,37         | 0,41         | 21,77         | 103,99          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ                               | 1,8      | 1,8  | 0,18         | 0,02         | 1,22          | 5,83            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5,5      | 5,5  | 0,00         | 0,00         | 5,33          | 21,29           |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,6      | 1,6  | 0,00         | 0,00         | 1,55          | 6,19            |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 7,4      | 7,4  | 0,04         | 5,93         | 0,06          | 53,69           |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                           | 1/40 шт. | 1,01 | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,54            |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,3      | 0,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ДРОЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                     | 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 ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5      | 0,5  | 0,00         | 0,49         | 0,00          | 4,37            |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ   |          | 150  | 0,10         | 0,01         | 14,10         | 54,00           |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 12       | 12   | 0,11         | 0,01         | 0,35          | 3,96            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 161      | 161  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 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   | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ                                     |          | 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>21,89</b> | <b>23,55</b> | <b>68,26</b>  | <b>578,69</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |          |      | <b>66,35</b> | <b>73,33</b> | <b>166,61</b> | <b>1 415,56</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                | 155       |          | 5,00              | 7,30         | 18,30        | 158,00                        |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС"  | 23        | 23       | 2,75              | 1,39         | 13,78        | 78,53                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 53        | 53       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 79        | 79       | 2,22              | 1,92         | 3,68         | 41,38                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                      | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| 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       | 110      | 3,09              | 2,67         | 5,12         | 57,62                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 78        | 78       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|  |           |          | <b>12,04</b>      | <b>14,60</b> | <b>40,90</b> | <b>327,00</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 150       |          | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ЯБЛОКО               | 150       | 150      | 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ   | 40        |          | 0,60              | 6,10         | 4,80         | 76,80                         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                              | 38,4      | 28,8     | 0,56              | 0,12         | 4,55         | 21,51                         |
| ЛУК ЗЕЛЕНый СВЕЖИЙ   | 7,6       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,19         | 1,20                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 6         | 6        | 0,00              | 5,99         | 0,00         | 53,94                         |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ               | 150/10/5  |          | 4,20              | 6,22         | 7,93         | 107,18                        |
| СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ                               | 30        | 24       | 0,35              | 0,02         | 2,05         | 9,78                          |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                             | 15        | 12       | 0,21              | 0,01         | 0,54         | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                              | 16        | 12       | 0,23              | 0,05         | 1,90         | 8,96                          |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                             | 9,38      | 7,5      | 0,10              | 0,01         | 0,50         | 2,55                          |

|   |         |              |              |              |              |               |
|---|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 7,2     | 6            | 0,08         | 0,01         | 0,48         | 2,39          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ      | 3       | 3            | 0,00         | 2,91         | 0,00         | 26,16         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 1,5     | 1,5          | 0,00         | 0,00         | 1,46         | 5,81          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 120     | 120          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                        | 21,6    | 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<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,5     | 0,5          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ<br>ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА" | 4,5     | 4,5          | 0,21         | 0,00         | 0,83         | 4,45          |
| <b>ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ</b>   |         | <b>60</b>    | <b>7,60</b>  | <b>4,00</b>  | <b>15,10</b> | <b>114,00</b> |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ<br>КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А                 | 43,2    | 40,8         | 6,33         | 0,23         | 0,00         | 27,31         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ      | 6,4     | 6,4          | 0,47         | 0,18         | 3,19         | 16,27         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                        | 9,6     | 9,6          | 0,27         | 0,23         | 0,45         | 5,02          |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                           | 0,1 шт. | 4,03         | 0,49         | 0,45         | 0,03         | 6,14          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 2,4     | 2,4          | 0,01         | 1,92         | 0,02         | 17,41         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,2     | 0,2          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                        | 9,1     | 9,1          | 0,25         | 0,22         | 0,43         | 4,76          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 1,6     | 1,6          | 0,01         | 1,28         | 0,01         | 11,61         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                               | 1,6     | 1,6          | 0,16         | 0,02         | 1,09         | 5,18          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 1,9     | 1,9          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,1     | 0,1          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br/>СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>                         |         | <b>120</b>   | <b>2,00</b>  | <b>1,60</b>  | <b>7,80</b>  | <b>53,50</b>  |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ                                 | 22,75   | 18,2         | 0,23         | 0,02         | 1,22         | 6,18          |
| РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ   | 24,7    | 18,2         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ  | 14,8    | 9,6          | 0,29         | 0,02         | 0,60         | 3,72          |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                                    | 24      | 19,2         | 0,34         | 0,02         | 0,87         | 5,22          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 1       | 1            | 0,00         | 0,00         | 0,97         | 3,87          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                               | 3,1     | 3,1          | 0,32         | 0,04         | 2,10         | 10,04         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 29,6    | 29,6         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  | 10,1    | 10,1         | 0,25         | 1,47         | 0,34         | 20,19         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,5     | 0,5          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>  |         | <b>150/5</b> | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>  | <b>7,00</b>  | <b>28,00</b>  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ   | 0,2     | 0,2          | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,49          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 21,6    | 21,6         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 130     | 130          | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5       | 5            | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>ОБОГАЩЕННЫЙ</b>                             |         | <b>25</b>    | <b>1,63</b>  | <b>0,20</b>  | <b>10,63</b> | <b>51,63</b>  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                          | 25      | 25           | 1,66         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |
| <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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ      | 15      | 15           | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|   |         |              | <b>17,13</b> | <b>18,62</b> | <b>60,96</b> | <b>470,41</b> |
| <b>Полдник</b>  |         |              |              |              |              |               |
| <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>   |         | <b>100</b>   | <b>17,70</b> | <b>9,10</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<br>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            |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ  |          | 150  | 4,40         | 3,00         | 7,30          | 74,20           |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 159      | 158  | 4,44         | 3,83         | 7,35          | 82,76           |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ   |          | 100  | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |
| МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ                                   | 136      | 100  | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ  |          | 20   | 2,80         | 3,60         | 14,90         | 94,40           |
| ПЕЧЕНЬЕ   | 20       | 20   | 1,50         | 1,96         | 14,88         | 83,40           |
|   |          |      | <b>25,70</b> | <b>15,90</b> | <b>45,80</b>  | <b>427,60</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |          |      | <b>54,87</b> | <b>49,12</b> | <b>147,66</b> | <b>1 225,01</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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   |           | 30       | 3,39              | 6,90         | 10,00        | 69,00                         |
| СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ                                 | 10,6      | 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 ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"                   |           | 150      | 2,60              | 2,50         | 18,50        | 128,00                        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ  | 7,5       | 7,5      | 0,51              | 0,08         | 5,38         | 24,23                         |
| ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ                                   | 7,5       | 7,5      | 0,83              | 0,19         | 5,12         | 25,61                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 18        | 18       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 112,5     | 112,5    | 3,16              | 2,73         | 5,24         | 58,93                         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 4,5       | 4,5      | 0,02              | 3,60         | 0,04         | 32,65                         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                     | 4,5       | 4,5      | 0,00              | 0,00         | 4,36         | 17,42                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ   |           | 180      | 3,20              | 1,80         | 13,60        | 77,00                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ                                       | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 32,4      | 32,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                     | 5         | 5        | 0,00              | 0,00         | 4,84         | 19,35                         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 92        | 90       | 2,53              | 2,18         | 4,19         | 47,14                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|   |           |          | <b>9,19</b>       | <b>11,20</b> | <b>42,10</b> | <b>274,00</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   |           | 40       | 0,60              | 2,30         | 1,20         | 36,50                         |
| СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ                              | 47,5      | 38       | 0,55              | 0,04         | 3,24         | 15,48                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 2,4       | 2,4      | 0,00              | 2,40         | 0,00         | 21,58                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                        |           | 150/15   | 4,62              | 4,48         | 10,79        | 102,13                        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                             | 80        | 60       | 1,16              | 0,23         | 9,49         | 44,81                         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                            | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,40         | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                    | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,6       | 0,6        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                                   | 23,2      | 17,1       | 3,08         | 2,66         | 0,00         | 36,16         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 1,8       | 1,5        | 0,02         | 0,00         | 0,12         | 0,60          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 1,5       | 1,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                                      | 0,024 шт. | 0,96       | 0,12         | 0,11         | 0,01         | 1,46          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,1       | 0,1        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ<br>ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА"            | 1,6       | 1,6        | 0,08         | 0,00         | 0,29         | 1,58          |
| <b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br/>МЯСОМ</b>  |           | <b>150</b> | <b>6,30</b>  | <b>9,00</b>  | <b>10,00</b> | <b>224,00</b> |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                                   | 67,5      | 50         | 9,02         | 7,76         | 0,00         | 105,73        |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ                         | 2,5       | 2,5        | 0,01         | 2,00         | 0,02         | 18,14         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ   | 191,67    | 143,75     | 2,79         | 0,56         | 22,73        | 107,37        |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 12,5      | 10         | 0,14         | 0,02         | 0,80         | 3,98          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ                         | 1,25      | 1,25       | 0,01         | 1,00         | 0,01         | 9,07          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ                         | 1,25      | 1,25       | 0,01         | 1,00         | 0,01         | 9,07          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ  | 2,5       | 2,5        | 0,32         | 0,00         | 1,49         | 7,25          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,2       | 0,2        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>  |           | <b>20</b>  | <b>0,30</b>  | <b>0,80</b>  | <b>1,20</b>  | <b>14,90</b>  |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 5         | 5          | 0,13         | 0,73         | 0,17         | 9,99          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>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<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,2       | 0,2        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>  |           | <b>150</b> | <b>0,30</b>  | <b>0,00</b>  | <b>5,80</b>  | <b>85,00</b>  |
| ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ. АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ<br>(КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ ВЫСШИЙ<br>СОРТ | 15        | 15         | 0,76         | 0,05         | 7,42         | 33,76         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5         | 5          | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ   | 0,15      | 0,15       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 153       | 153        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>ОБОГАЩЕННЫЙ</b>  |           | <b>25</b>  | <b>1,63</b>  | <b>0,20</b>  | <b>10,63</b> | <b>51,63</b>  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                     | 25        | 25         | 1,66         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |
|  |           |            | <b>13,75</b> | <b>16,78</b> | <b>39,62</b> | <b>514,16</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  | 52,9      | 50         | 0,55         | 0,10         | 1,90         | 12,00         |
| <b>МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ</b>  |           | <b>120</b> | <b>4,20</b>  | <b>6,70</b>  | <b>23,10</b> | <b>192,00</b> |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А,<br>ВЫСШ. СОРТ   | 32,5      | 32,5       | 3,47         | 0,41         | 22,22        | 106,55        |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ                         | 1,5       | 1,5        | 0,01         | 1,20         | 0,01         | 10,88         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                                      | 0,4 шт.   | 16,1       | 1,98         | 1,79         | 0,11         | 24,52         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                                   | 19,4      | 19,4       | 0,54         | 0,48         | 0,90         | 10,17         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ                 | 1,5       | 1,5        | 0,00         | 1,46         | 0,00         | 13,09         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ                         | 3,9       | 3,9        | 0,02         | 3,12         | 0,03         | 28,29         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,5       | 0,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>   |           | <b>158</b> | <b>0,07</b>  | <b>0,01</b>  | <b>7,10</b>  | <b>29,00</b>  |

|  |          |       |              |              |               |                 |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ  | 0,2      | 0,2   | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 21,6     | 21,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 4        | 3,5   | 0,03         | 0,00         | 0,11          | 1,15            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5        | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84          | 19,35           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 130      | 130   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                |          | 15    | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                     | 15       | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ  |          | 50    | 6,04         | 3,18         | 21,16         | 137,58          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 25       | 25    | 2,62         | 0,32         | 16,96         | 81,00           |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,3      | 1,3   | 0,00         | 0,00         | 1,26          | 5,03            |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ         | 1        | 1     | 0,01         | 0,81         | 0,01          | 7,26            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/31 шт. | 1,29  | 0,16         | 0,15         | 0,01          | 1,97            |
| ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                  | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,4      | 0,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ   | 16       | 16    | 2,79         | 1,40         | 0,47          | 26,23           |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,8      | 1,8   | 0,00         | 0,00         | 1,75          | 6,96            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/25 шт. | 1,61  | 0,19         | 0,18         | 0,01          | 2,45            |
| ВАНИЛИН  | 0,002    | 0,002 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 1        | 1     | 0,11         | 0,01         | 0,68          | 3,24            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/40 шт. | 1,01  | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,54            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,19         | 0,00          | 1,75            |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |          |       | <b>11,91</b> | <b>10,11</b> | <b>59,66</b>  | <b>401,58</b>   |
|  |          |       | <b>35,45</b> | <b>38,59</b> | <b>156,88</b> | <b>1 260,24</b> |





|   |         |       |              |              |              |               |
|---|---------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 3       | 3     | 0,00         | 2,91         | 0,00         | 26,16         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105     | 105   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 19      | 16    | 1,16         | 0,45         | 7,97         | 40,66         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5     | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ                                     |         | 60    | 6,40         | 12,10        | 5,90         | 121,00        |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А            | 48      | 45    | 6,98         | 0,26         | 0,00         | 30,12         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 9       | 9     | 0,66         | 0,25         | 4,49         | 22,87         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                      | 1/7 шт. | 5,76  | 0,71         | 0,64         | 0,04         | 8,77          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 2       | 2     | 0,01         | 1,60         | 0,02         | 14,51         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 9       | 9     | 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          |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ  |         | 120   | 1,70         | 0,10         | 7,80         | 69,40         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                            | 33      | 26,4  | 0,33         | 0,03         | 1,77         | 8,96          |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                             | 33,07   | 24,8  | 0,49         | 0,10         | 3,92         | 18,53         |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ                                    | 18,4    | 12    | 0,36         | 0,02         | 0,76         | 4,66          |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                            | 33,6    | 26,4  | 0,47         | 0,03         | 1,20         | 7,17          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,2     | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 20      | 20    | 0,56         | 0,49         | 0,93         | 10,48         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 4,8     | 4,8   | 0,02         | 3,84         | 0,04         | 34,82         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ                          | 4,8     | 4,8   | 0,50         | 0,06         | 3,26         | 15,55         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 0,3     | 0,3   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК   |         | 150   | 0,10         | 0,10         | 18,90        | 87,80         |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ                                       | 25,5    | 22,5  | 0,09         | 0,09         | 2,14         | 10,26         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                     | 5       | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЫСШИЙ СОРТ                                | 6       | 6     | 0,01         | 0,00         | 4,55         | 18,22         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ  | 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    | 0,99         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |
| 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         |
|   |         |       | <b>13,30</b> | <b>16,32</b> | <b>62,70</b> | <b>479,20</b> |
| <b>Полдник</b>  |         |       |              |              |              |               |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                    |         | 60    | 8,93         | 6,74         | 8,97         | 205,10        |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ                   | 60      | 50,5  | 9,11         | 7,84         | 0,00         | 106,79        |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 10,7    | 10,7  | 0,78         | 0,30         | 5,34         | 27,19         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 14,3    | 14,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ   | 6       | 6     | 0,77         | 0,00         | 3,58         | 17,39         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 3,7     | 3,7   | 0,02         | 2,96         | 0,03         | 26,85         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,6     | 0,6   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                                    |         | 120   | 2,32         | 3,92         | 15,60        | 107,40        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                             | 110,4   | 82,8  | 1,61         | 0,32         | 13,10        | 61,85         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                            | 31,25   | 25    | 0,32         | 0,03         | 1,68         | 8,49          |

|   |      |       |              |              |               |                 |
|---|------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                  | 15,1 | 14,4  | 0,41         | 0,35         | 0,67          | 7,55            |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ          | 4,2  | 4,2   | 0,02         | 3,37         | 0,03          | 30,48           |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,4  | 0,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                               |      | 15    | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 15   | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |      | 15    | 1,10         | 0,50         | 7,70          | 39,30           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ | 15   | 15    | 1,13         | 0,44         | 7,71          | 39,30           |
| ЧАЙ С САХАРОМ   |      | 150/5 | 0,00         | 0,00         | 7,00          | 28,00           |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ   | 0,2  | 0,2   | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 21,6 | 21,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 130  | 130   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                       | 5    | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84          | 19,35           |
|   |      |       | <b>13,35</b> | <b>11,28</b> | <b>45,67</b>  | <b>410,80</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |      |       | <b>34,27</b> | <b>36,80</b> | <b>150,57</b> | <b>1 184,00</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 7

| Наименование блюда   | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| 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                         |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО                      |           | 40       | 1,20              | 2,10         | 2,40         | 32,40                         |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ, ВЫСШИЙ СОРТ                                      | 58,5      | 38       | 1,18              | 0,08         | 2,47         | 15,20                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 2         | 2        | 0,00              | 2,00         | 0,00         | 17,98                         |
| ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)   | 0,5       | 0,4      | 0,01              | 0,00         | 0,03         | 0,20                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  |           | 100      | 10,30             | 13,92        | 1,92         | 93,20                         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                       | 1.92 шт.  | 77,28    | 9,52              | 8,62         | 0,52         | 117,69                        |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 28,6      | 28,6     | 0,81              | 0,70         | 1,33         | 14,98                         |
| 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  | 4,7       | 4,7      | 0,00              | 4,56         | 0,00         | 40,98                         |
| 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       | 110      | 3,09              | 2,67         | 5,12         | 57,62                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 78        | 78       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|  |           |          | <b>18,54</b>      | <b>23,32</b> | <b>26,92</b> | <b>294,60</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| ГРУША СВЕЖАЯ   |           | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50                         |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ           | 166,67    | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50                         |
|  |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,45</b>  | <b>15,45</b> | <b>70,50</b>                  |
| <b>Обед</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК   |           | 40       | 0,34              | 0,04         | 3,15         | 33,00                         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                             | 26,5      | 21,2     | 0,27              | 0,02         | 1,42         | 7,20                          |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 20        | 17,6     | 0,07              | 0,07         | 1,72         | 8,27                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 2         | 2        | 0,00              | 2,00         | 0,00         | 17,98                         |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ                  |           | 150/10/5 | 4,10              | 3,40         | 3,00         | 107,00                        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                              | 60        | 45       | 0,87              | 0,17         | 7,12         | 33,61                         |

|  |       |            |              |              |              |               |
|--|-------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КРУПА ЯЧМЕННАЯ ПЕРЛОВАЯ №1   | 3     | 3          | 0,27         | 0,03         | 1,95         | 9,17          |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                               | 7,5   | 6          | 0,08         | 0,01         | 0,40         | 2,04          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                       | 3,6   | 3          | 0,04         | 0,01         | 0,24         | 1,19          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ<br>(ПИКУЛИ,КОРНИШОНЫ,ЗЕЛЕНЦЫ)                      | 10,1  | 9          | 0,07         | 0,01         | 0,15         | 1,13          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5   | 0,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                   | 21,6  | 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>60</b>  | <b>11,22</b> | <b>2,36</b>  | <b>9,33</b>  | <b>103,00</b> |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ                                   | 55    | 44         | 7,77         | 7,86         | 0,00         | 101,58        |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 11    | 11         | 0,81         | 0,31         | 5,48         | 27,96         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 16    | 16         | 0,45         | 0,39         | 0,75         | 8,38          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 2     | 2          | 0,01         | 1,60         | 0,02         | 14,51         |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ  | 6     | 6          | 0,77         | 0,00         | 3,58         | 17,39         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,2   | 0,2        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>  |       | <b>110</b> | <b>1,80</b>  | <b>4,10</b>  | <b>11,40</b> | <b>89,00</b>  |
| СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ                                 | 150   | 120        | 1,75         | 0,12         | 10,24        | 48,89         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 5     | 5          | 0,03         | 4,01         | 0,04         | 36,28         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,1   | 1,1        | 0,00         | 0,00         | 1,07         | 4,26          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,3   | 0,3        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>   |       | <b>150</b> | <b>0,30</b>  | <b>0,00</b>  | <b>5,80</b>  | <b>85,00</b>  |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ "ИЗЮМ" ВЫСШИЙ<br>СОРТ                             | 15    | 15         | 0,34         | 0,08         | 9,57         | 40,89         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5     | 5          | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ   | 0,15  | 0,15       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 153   | 153        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>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.<br>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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ  | 15    | 15         | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|  |       |            | <b>19,86</b> | <b>10,52</b> | <b>46,78</b> | <b>487,30</b> |
| <b>Полдник</b>   |       |            |              |              |              |               |
| <b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ</b>  |       | <b>40</b>  | <b>4,90</b>  | <b>4,50</b>  | <b>0,30</b>  | <b>63,00</b>  |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1 шт. | 40,25      | 4,96         | 4,49         | 0,27         | 61,29         |
| <b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br/>СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>                    |       | <b>120</b> | <b>2,00</b>  | <b>1,60</b>  | <b>7,80</b>  | <b>53,50</b>  |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ                            | 22,75 | 18,2       | 0,23         | 0,02         | 1,22         | 6,18          |
| РЕПА СВЕЖАЯ СОЛОВАЯ  | 24,7  | 18,2       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ,ВЫСШИЙ СОРТ                                       | 14,8  | 9,6        | 0,29         | 0,02         | 0,60         | 3,72          |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                               | 24    | 19,2       | 0,34         | 0,02         | 0,87         | 5,22          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1     | 1          | 0,00         | 0,00         | 0,97         | 3,87          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 3,1   | 3,1        | 0,32         | 0,04         | 2,10         | 10,04         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 29,6  | 29,6       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 10,1  | 10,1       | 0,25         | 1,47         | 0,34         | 20,19         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5   | 0,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |

|  |      |        |              |              |               |                 |
|--|------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ              |      | 25     | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 25   | 25     | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ                           |      | 30     | 4,20         | 5,40         | 22,40         | 152,00          |
| ПЕЧЕНЬЕ  | 30   | 30     | 2,25         | 2,94         | 22,32         | 125,10          |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                   |      | 150/10 | 0,08         | 0,04         | 6,83          | 28,00           |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ                        | 0,2  | 0,2    | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                    | 21,6 | 21,6   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                    | 130  | 130    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ В<br>АССОРТИМЕНТЕ        | 10   | 10     | 0,04         | 0,03         | 7,20          | 27,94           |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ              |      | 125    | 3,50         | 3,13         | 5,63          | 70,63           |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В<br>АССОРТИМЕНТЕ | 125  | 125    | 3,50         | 3,13         | 5,64          | 70,64           |
|  |      |        | <b>16,38</b> | <b>14,87</b> | <b>53,56</b>  | <b>418,13</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                            |      |        | <b>55,38</b> | <b>49,16</b> | <b>142,71</b> | <b>1 270,53</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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   | 10,6      | 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 СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                                    |           | 155      | 4,20              | 5,60         | 18,70        | 142,10                        |
| МАННАЯ КРУПА ,МАРКА М   | 23        | 23       | 2,30              | 0,22         | 15,75        | 73,40                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 50        | 50       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                             | 76        | 76       | 2,13              | 1,84         | 3,54         | 39,81                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ,82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ                      | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ   |           | 180      | 3,20              | 1,80         | 13,60        | 77,00                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ   | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 32,4      | 32,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5         | 5        | 0,00              | 0,00         | 4,84         | 19,35                         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                             | 92        | 90       | 2,53              | 2,18         | 4,19         | 47,14                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
|   |           |          | <b>10,79</b>      | <b>14,30</b> | <b>42,30</b> | <b>288,10</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ   |           | 150      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОКИ ФРУТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ АБРИКОС                        | 150       | 150      | 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   |           | 40       | 0,30              | 0,00         | 1,00         | 5,60                          |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА (КОРОТКОПЛОДНЫЕ,СРЕДНЕПЛОДНЫЕ,ДЛИНН ОПЛОДНЫЕ) | 42,9      | 40       | 0,32              | 0,04         | 1,00         | 5,60                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ                     |           | 150/10/5 | 4,50              | 3,30         | 11,90        | 96,10                         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                                       | 90        | 67,5     | 1,31              | 0,26         | 10,67        | 50,42                         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                                      | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,40         | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,46         | 0,00         | 13,09                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105       | 105      | 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<br>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          |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ  |          | 50    | 11,20        | 4,90         | 4,50         | 108,00        |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ  | 68       | 56    | 9,72         | 2,01         | 0,00         | 68,99         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 6        | 5     | 0,07         | 0,01         | 0,40         | 1,99          |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ  | 10       | 8     | 0,10         | 0,01         | 0,53         | 2,72          |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ   | 6,67     | 5     | 0,10         | 0,02         | 0,80         | 3,73          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ   | 3        | 3     | 0,02         | 2,41         | 0,02         | 21,77         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ  | 1/8 шт.  | 5,03  | 0,62         | 0,56         | 0,04         | 7,66          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ   | 1        | 1     | 0,01         | 0,81         | 0,01         | 7,26          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ   | 0,5      | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)   |          | 150   | 2,40         | 6,90         | 13,40        | 125,00        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ   | 64       | 48    | 0,93         | 0,18         | 7,59         | 35,85         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ<br>СОРТ  | 28,04    | 22,43 | 0,28         | 0,02         | 1,50         | 7,61          |
| 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%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ   | 6        | 6     | 0,03         | 4,80         | 0,05         | 43,53         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ. СОРТ   | 3,4      | 3,4   | 0,36         | 0,04         | 2,31         | 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         | 0,38         | 22,48         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ   | 0,5      | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ   | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА<br>ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ<br>ЭКСТРАКТАХ   |          | 150   | 0,00         | 0,00         | 15,00        | 57,00         |
| КИСЕЛЬ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИННО-<br>МИНЕРАЛЬНЫМИ КОМПЛЕКСАМИ БЕЗ<br>КОНСЕРВАНТОВ И ИСКУССТВЕННЫХ ПИЩЕВЫХ<br>ДОБАВОК | 18       | 18    | 0,00         | 0,00         | 13,90        | 55,59         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5        | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ   | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 142,5    | 142,5 | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ  |          | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60        | 51,00         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ  | 20       | 20    | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40         |
|  |          |       | <b>21,60</b> | <b>15,90</b> | <b>66,70</b> | <b>495,10</b> |
| <b>Полдник</b>   |          |       |              |              |              |               |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА   |          | 80    | 14,20        | 7,30         | 12,90        | 177,00        |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ   | 75,8     | 74,6  | 13,03        | 6,51         | 2,17         | 122,29        |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ   | 0,7      | 0,7   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МАННАЯ КРУПА, МАРКА М  | 5,4      | 5,4   | 0,54         | 0,05         | 3,70         | 17,24         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5,4      | 5,4   | 0,00         | 0,00         | 5,23         | 20,90         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ  | 0.06 шт. | 2,42  | 0,30         | 0,27         | 0,02         | 3,69          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ   | 2,2      | 2,2   | 0,00         | 2,13         | 0,00         | 19,19         |

|  |          |      |              |              |               |                 |
|--|----------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ  | 3,2      | 3,2  | 0,41         | 0,00         | 1,91          | 9,27            |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 3,2      | 3,2  | 0,08         | 0,47         | 0,11          | 6,39            |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ   |          | 150  | 4,40         | 3,00         | 7,30          | 74,20           |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                   | 159      | 158  | 4,44         | 3,83         | 7,35          | 82,76           |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ  |          | 100  | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |
| МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ                                      | 136      | 100  | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ   |          | 50   | 3,75         | 6,97         | 29,94         | 197,05          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 32,1     | 32,1 | 3,37         | 0,41         | 21,77         | 103,99          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 1,8      | 1,8  | 0,18         | 0,02         | 1,22          | 5,83            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5,5      | 5,5  | 0,00         | 0,00         | 5,33          | 21,29           |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,6      | 1,6  | 0,00         | 0,00         | 1,55          | 6,19            |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ         | 7,4      | 7,4  | 0,04         | 5,93         | 0,06          | 53,69           |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 1/40 шт. | 1,01 | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,54            |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,3      | 0,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                  | 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<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,5      | 0,5  | 0,00         | 0,49         | 0,00          | 4,37            |
|  |          |      | <b>23,15</b> | <b>17,47</b> | <b>57,64</b>  | <b>486,25</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |          |      | <b>55,54</b> | <b>47,67</b> | <b>166,64</b> | <b>1 269,45</b> |





# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 9

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  |           | 30       | 1,40              | 2,10         | 15,80        | 68,00                         |
| ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                               | 13,3      | 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                 |           | 155      | 5,00              | 7,30         | 18,30        | 128,00                        |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС"   | 23        | 23       | 2,75              | 1,39         | 13,78        | 78,53                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 53        | 53       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                     | 79        | 79       | 2,22              | 1,92         | 3,68         | 41,38                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ       | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                       | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| 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>9,20</b>       | <b>11,80</b> | <b>46,80</b> | <b>280,00</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| БАНАН СВЕЖИЙ  |           | 100      | 1,50              | 0,50         | 21,00        | 96,00                         |
| БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС                                     | 143       | 100      | 1,50              | 0,50         | 21,00        | 96,00                         |
|   |           |          | <b>1,50</b>       | <b>0,50</b>  | <b>21,00</b> | <b>96,00</b>                  |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ   |           | 40       | 0,30              | 0,00         | 0,70         | 5,20                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)                      | 44        | 40       | 0,32              | 0,04         | 0,68         | 5,20                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ                |           | 150/10/5 | 4,20              | 6,22         | 7,93         | 107,18                        |
| СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ                                | 30        | 24       | 0,35              | 0,02         | 2,05         | 9,78                          |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                              | 15        | 12       | 0,21              | 0,01         | 0,54         | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                               | 16        | 12       | 0,23              | 0,05         | 1,90         | 8,96                          |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                              | 9,38      | 7,5      | 0,10              | 0,01         | 0,50         | 2,55                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                      | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |

|  |          |       |              |              |              |               |
|--|----------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА" | 4,5      | 4,5   | 0,21         | 0,00         | 0,83         | 4,45          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ      | 3        | 3     | 0,00         | 2,91         | 0,00         | 26,16         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,5      | 1,5   | 0,00         | 0,00         | 1,46         | 5,81          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 120      | 120   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ                        | 21,6     | 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   |          | 60    | 11,98        | 0,45         | 0,35         | 53,16         |
| ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕННОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГОРИЯ, КАТЕГОРИЯ А                 | 79,81    | 76,8  | 11,92        | 0,45         | 0,00         | 51,40         |
| МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ                                 | 3        | 2,4   | 0,03         | 0,00         | 0,16         | 0,81          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 3,6      | 2,4   | 0,03         | 0,00         | 0,19         | 0,95          |
| 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  |          | 120   | 2,60         | 4,00         | 17,10        | 117,00        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                                  | 136,8    | 102,6 | 1,99         | 0,40         | 16,22        | 76,63         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                        | 19       | 18    | 0,50         | 0,44         | 0,83         | 9,43          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 4,2      | 4,2   | 0,02         | 3,37         | 0,03         | 30,48         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  |          | 158   | 0,07         | 0,01         | 7,10         | 29,00         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ  | 0,2      | 0,2   | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,49          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 21,6     | 21,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ  | 4        | 3,5   | 0,03         | 0,00         | 0,11         | 1,15          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5        | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 130      | 130   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                     |          | 20    | 1,30         | 0,13         | 8,50         | 41,00         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ                          | 20       | 20    | 1,32         | 0,18         | 8,48         | 40,79         |
| 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         |
|  |          |       | <b>21,85</b> | <b>12,31</b> | <b>50,58</b> | <b>406,64</b> |
| <b>Полдник</b>   |          |       |              |              |              |               |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ  |          | 170   | 13,54        | 13,32        | 12,19        | 226,01        |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                                 | 113,3    | 90,7  | 1,58         | 0,09         | 4,13         | 24,64         |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) ЗАМОРОЖЕННАЯ                        | 67,1     | 56,7  | 10,23        | 8,80         | 0,00         | 119,90        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ   | 7,7      | 7,6   | 0,51         | 0,08         | 5,45         | 24,55         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС   | 14,8     | 12,5  | 0,17         | 0,03         | 1,00         | 4,98          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ              | 3,7      | 3,7   | 0,02         | 2,96         | 0,03         | 26,85         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИЯ                           | 0.13 шт. | 5,23  | 0,64         | 0,58         | 0,04         | 7,96          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 5,2      | 5,2   | 0,14         | 0,76         | 0,17         | 10,39         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ                               | 1,5      | 1,5   | 0,16         | 0,02         | 1,02         | 4,86          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 15,1     | 15,1  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ТОМАТ-ПАСТА СОДЕРЖАНИЕ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТЕГОРИЯ "ЭКСТРА" | 1,9      | 1,9   | 0,09         | 0,00         | 0,35         | 1,88          |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ          | 0,1      | 0,1   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |

|  |           |      |              |              |               |                 |
|--|-----------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 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           |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ<br>СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ          | 33,33     | 30   | 0,12         | 0,09         | 3,00          | 13,68           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 129       | 129  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 5         | 5    | 0,00         | 0,00         | 4,84          | 19,35           |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ   | 0,15      | 0,15 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                | 15        |      | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                     | 15        | 15   | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И<br>ЯЙЦОМ                              | 50        |      | 3,44         | 5,08         | 17,35         | 128,92          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 20,5      | 20,5 | 2,14         | 0,26         | 13,90         | 66,42           |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ  | 1,5       | 1,5  | 0,00         | 0,00         | 1,46          | 5,81            |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, 82,5%<br>ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ         | 2,2       | 2,2  | 0,01         | 1,77         | 0,02          | 15,97           |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,3       | 0,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 0,05 шт.  | 2,01 | 0,25         | 0,22         | 0,01          | 3,07            |
| ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ПРЕССОВАННЫЕ                                  | 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 ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 1         | 1    | 0,11         | 0,01         | 0,68          | 3,24            |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС                               | 33,8      | 27   | 0,48         | 0,03         | 1,23          | 7,33            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 1,6       | 1,6  | 0,00         | 1,55         | 0,00          | 13,95           |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 0,056 шт. | 2,26 | 0,28         | 0,25         | 0,02          | 3,44            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,7       | 0,7  | 0,00         | 0,68         | 0,00          | 6,10            |
| ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ (ЗЕЛЕНЬ)   | 0,3       | 0,3  | 0,01         | 0,00         | 0,02          | 0,15            |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ     | 0,3       | 0,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,2       | 0,2  | 0,00         | 0,19         | 0,00          | 1,75            |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 0,025 шт. | 1,01 | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,54            |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ                                | 125       |      | 3,50         | 3,13         | 5,63          | 70,63           |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В<br>АССОТРИМЕНТЕ                   | 125       | 125  | 3,50         | 3,13         | 5,64          | 70,64           |
|  |           |      | <b>21,58</b> | <b>21,75</b> | <b>59,67</b>  | <b>530,06</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |           |      | <b>54,13</b> | <b>46,36</b> | <b>178,05</b> | <b>1 312,70</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                           | 155       |          | 3,80              | 6,10         | 20,90        | 154,10                        |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ 1 СОРТ   | 23        | 23       | 1,56              | 0,22         | 16,51        | 74,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 53        | 53       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 79        | 79       | 2,22              | 1,92         | 3,68         | 41,38                         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ                                      | 3         | 3        | 0,00              | 0,00         | 2,90         | 11,61                         |
| 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         | 33,60                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ  | 0,4       | 0,4      | 0,08              | 0,00         | 0,16         | 0,96                          |
| 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>7,04</b>       | <b>10,20</b> | <b>36,30</b> | <b>249,70</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ   | 150       |          | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА В АССОРТИМЕНТ ПЕРСИК               | 150       | 150      | 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  | 40        |          | 0,60              | 2,30         | 3,20         | 36,50                         |
| СВЕКЛА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ ВЫСШИЙ СОРТ                               | 47,5      | 38       | 0,55              | 0,04         | 3,24         | 15,48                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 2,4       | 2,4      | 0,00              | 2,40         | 0,00         | 21,58                         |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ                                | 150/10/5  |          | 4,30              | 5,60         | 9,80         | 97,40                         |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ                              | 60        | 45       | 0,87              | 0,17         | 7,12         | 33,61                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС                                     | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ (ПИКУЛИ, КОРНИШОНЫ, ЗЕЛЕНЦЫ)                     | 10,1      | 9        | 0,07              | 0,01         | 0,15         | 1,13                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ  | 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 ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ, ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,9       | 0,9      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |

|   |         |       |              |              |              |               |
|---|---------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                                  | 21,6    | 16    | 2,89         | 2,48         | 0,00         | 33,83         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  | 5       | 5     | 0,13         | 0,73         | 0,17         | 9,99          |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ   |         | 60    | 10,24        | 5,12         | 1,84         | 94,00         |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖЕННЫЕ  | 51,88   | 41,5  | 7,32         | 7,41         | 0,00         | 95,81         |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                                     | 1/4 шт. | 10,06 | 1,24         | 1,13         | 0,07         | 15,32         |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ                          | 2,2     | 2,2   | 0,01         | 1,77         | 0,02         | 15,97         |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕРИЗОВАННОЕ<br>2,5% ЖИРНОСТИ                                  | 12,3    | 12,3  | 0,35         | 0,30         | 0,57         | 6,44          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ                          | 2,1     | 2,1   | 0,01         | 1,68         | 0,02         | 15,24         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>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<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,1     | 0,1   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ   |         | 120   | 3,20         | 2,70         | 15,50        | 97,40         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А,<br>ВЫСШ.СОРТ   | 40,6    | 40,6  | 4,34         | 0,51         | 27,76        | 133,11        |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,8     | 0,8   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ                          | 3,9     | 3,9   | 0,02         | 3,12         | 0,03         | 28,29         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ   |         | 150   | 0,10         | 0,10         | 18,10        | 73,50         |
| ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ<br>СОЗРЕВАНИЯ 1 ГРУППА 1 СОРТ                         | 33,33   | 30    | 0,12         | 0,09         | 3,00         | 13,68         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 129     | 129   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5       | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ  | 0,15    | 0,15  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ   |         | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,70        | 51,70         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>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<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ,ВИТАМИНАМИ                 | 15      | 15    | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|   |         |       | <b>21,24</b> | <b>16,52</b> | <b>66,84</b> | <b>489,80</b> |
| <b>Полдник</b>  |         |       |              |              |              |               |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   |         | 40    | 0,30         | 0,00         | 1,00         | 5,60          |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА<br>(КОРОТКОПЛОДНЫЕ,СРЕДНЕПЛОДНЫЕ,ДЛИНН<br>ОПЛОДНЫЕ)   | 42,9    | 40    | 0,32         | 0,04         | 1,00         | 5,60          |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ   |         | 120   | 14,00        | 13,20        | 13,50        | 144,00        |
| МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)<br>ЗАМОРОЖЕННАЯ                                  | 93,2    | 68,5  | 12,36        | 10,63        | 0,00         | 144,85        |
| КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ<br>ПОЗДНИЙ  | 109,2   | 81,9  | 1,59         | 0,32         | 12,95        | 61,17         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС  | 8,4     | 7,1   | 0,10         | 0,01         | 0,56         | 2,82          |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ,82,5%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ                          | 2,8     | 2,8   | 0,01         | 2,24         | 0,02         | 20,31         |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ                     | 0,5     | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ  |         | 150   | 0,30         | 0,00         | 20,80        | 85,00         |
| ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ.АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ<br>(КУРАГА-ПОЛОВИНКИ) БЕЗ КОСТОЧКИ ВЫСШИЙ<br>СОРТ | 15      | 15    | 0,76         | 0,05         | 7,42         | 33,76         |
| САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ   | 5       | 5     | 0,00         | 0,00         | 4,84         | 19,35         |
| КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ  | 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<br>ОБОГАЩЕННЫЙ   |         | 15    | 1,00         | 0,12         | 6,40         | 31,00         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                    | 15      | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |

|  |           |       |              |              |               |                 |
|--|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ   |           | 50    | 4,06         | 3,18         | 28,71         | 159,41          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>ВЫСШ.СОРТ                          | 35,56     | 35,56 | 3,72         | 0,45         | 24,11         | 115,21          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ<br>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%<br>ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ           | 1,11      | 1,11  | 0,01         | 0,89         | 0,01          | 8,05            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 1,48      | 1,48  | 0,00         | 1,44         | 0,00          | 12,91           |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1<br>КАТЕГОРИЯ                      | 3/100 шт. | 1,21  | 0,15         | 0,14         | 0,01          | 1,84            |
| СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ<br>ЙОДИРОВАННАЯ,ПОМОЛ №1, ВЫСШИЙ СОРТ      | 0,6       | 0,6   | 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<br>ДЕЗОДАРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ | 0,25      | 0,25  | 0,00         | 0,24         | 0,00          | 2,18            |
|  |           |       | <b>19,66</b> | <b>16,50</b> | <b>70,41</b>  | <b>425,01</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |           |       | <b>47,94</b> | <b>43,22</b> | <b>173,55</b> | <b>1 164,51</b> |