

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ на сгущеном молоке	200/5		4,7	8,1	30,1	213,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	35	35	2,4	2,9	18,8	111,4
ГЕРКУЛЕС	20	19,7	2,3	1,2	11,3	65,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		10,8	43,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ЧАЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
БУЛКА	30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			4,8	12,2	40,9	293,8
II Завтрак						
СОК	125		0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40		0,8	1,9	4,3	38,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10		4,9	6,4	9,0	117,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0

ПЛОВ		160	10,5	14,0	26,4	274,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КРУПА РИСОВАЯ	35	34,65	2,3	0,3	24,8	111,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,4	0,2	15,3	71,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	12	12	0,4	0,2	5,6	33,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,2	22,9	72,0	584,2
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ/со сгущенным молоком		120/12	18,0	11,5	26,3	282,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,7	0,9	11,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,9	1	6,5	38,2
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	4,93	0,6	0,6	0	7,5
МАНКА	6	6	0,6	0,1	4,1	19,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	13,2
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,5	5,4	7,3	93,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	5,4	7,3	93,1
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			22,5	16,9	33,6	375,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,1	52,1	158,7	1 305,6

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200/4	6,3	8,3	26,1	201,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ПШЕНО	24	23,8	2,6	0,6	16,3	81,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		150	3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			9,7	16,3	43,1	353,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,7	2,4	4,0	40,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и сметаной		200/9	7,9	6,6	16,1	160,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ФАСОЛЬ	16	16	3,3	0,3	7,3	46,3
КАРТОФЕЛЬ	65	45,5	0,9	0,2	7,2	34,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150/5	11,9	14,9	20,1	261,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,9	1,2	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,88	1	0,9	0,1	12,0
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,6		17,5	73,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	12	12	0,6	0	5,9	27,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			23,7	24,3	74,7	618,2
Полдник						
ИКРА МОРКОВНАЯ		60	0,9	2,0	4,6	40,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	65	50,38	0,7	0,1	3,4	17,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		120	20,0	9,0	8,7	194,1
РЫБА ПИКША Б/Г	105,37	100,1	16,7	0,5	0	70,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	45	45	1,3	1,6	2	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,88	1	0,9	0,1	12,0
МАНКА	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ		150	2,3	2,7	14,5	89,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	2,7	3,7	46,6
ЧАЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			24,7	15,7	42,7	407,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,7	56,9	175,2	1 449,6

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200		5,8	8,3	21,5	181,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	145	145	4,1	4,9	6,6	84,4
ВЕРМИШЕЛЬ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,7	4,2	17,0	119,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
БУЛКА	30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			9,5	16,6	38,5	337,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	50		0,7	2,9	7,8	61,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЧЕРНОСЛИВ	4	4	0,1	0	2,2	9,9
СВЕКЛА	55	42,63	0,6	0	3,7	17,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ со сметаной	200/9		5,5	6,4	14,6	141,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КРУПА РИСОВАЯ	4	4	0,3	0	2,9	12,9
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ОГУРЦЫ консервированные на лимонной кислоте	20	20	0,2	0	0,3	2,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		140	11,5	13,4	14,8	227,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,100 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
КРУПА РИСОВАЯ	12	11,88	0,8	0,1	8,5	38,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,4	0,2	15,3	71,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	12	12	0,4	0,2	5,6	33,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,7	23,3	69,5	584,2
Полдник						
ТВОРОЖНОЕ ПИРОЖНОЕ		135	17,9	11,6	33,0	309,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,7	0,9	11,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,88	1	0,9	0,1	12,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАНКА	4	4	0,4	0	2,7	12,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38,6
ПЕЧЕНЬЕ	8	8	0,6	0,8	5,8	32,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,5	5,4	7,3	93,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	5,4	7,3	93,1
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			22,4	17,0	40,3	402,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,2	57,5	163,0	1 394,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА» с маслом	200/4		5,9	8,1	26,4	199,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
КРУПА РИСОВАЯ	12	11,9	0,8	0,1	8,5	38,4
ПШЕНО	12	11,9	1,4	0,3	8,1	40,6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА	30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			9,3	16,1	43,4	351,0
II Завтрак						
СОК	125		0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	35		1,1	0,1	2,2	13,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	54	35,1	1,1	0,1	2,2	13,6
СВЕКОЛЬНИК на курином бульоне со сметаной	200/9		5,3	6,3	10,9	124,9
КУРА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,3	2,8	0	38,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ТОМАТЫ на лимонной кислоте	22	22	0,2	0	0,5	3,0
СВЕКЛА	65	50,38	0,8	0,1	4,3	20,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ с курой	150		10,2	13,3	17,6	230,8
КУРА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	43,2	7,9	6,8	0	92,2

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	135	94,5	1,8	0,4	14,9	70,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,01	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	14,6	60,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ГРУША	33	29,7	0,1	0,1	3	13,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,3	20,2	62,3	511,0
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,5	6,4	12,4	123,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	190	152	2,6	0,2	6,9	41,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		150			21,7	86,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КИСЕЛЬ	18	18	0	0	13,9	55,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»		70	5,7	6,2	37,6	228,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	21	21	0,6	0,7	1	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39	39	4,1	0,5	26,5	126,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ИЗЮМ	7	7	0,2	0	4,5	19,1
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН пакетики	0 шт.	0,03	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
			9,2	12,6	71,7	437,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,4	49,0	189,6	1 351,9

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40		1,2	0,1	2,4	15,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	60	39	1,2	0,1	2,4	15,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90		9,1	12,0	3,4	156,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	65	65	1,8	2,2	3	37,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	59,06	7,3	6,6	0,4	89,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА	30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			13,7	20,1	22,8	323,6
II Завтрак						
СОК	125		0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40		0,8	1,9	4,3	38,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СУП РИСОВЫЙ	200		5,0	4,9	14,6	123,1
КУРА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,3	2,8	0	38,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
КРУПА РИСОВАЯ	12	11,9	0,8	0,1	8,5	38,4
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60		11,0	12,0	3,4	165,4

КУРА мясо бескостное	60	57,6	10,5	9	0	122,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	8	8	0	0	0	0,0
ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ)		110	2,2	4,2	12,1	95,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,8	1	12,8
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	45	34,88	0,5	0	2,3	11,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	14,6	60,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ГРУША	33	29,7	0,1	0,1	3	13,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,7	23,5	66,0	563,8
Полдник						
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ		30/30	6,9	7,4	2,8	106,5
КУРА мясо бескостное	37	35,52	6,4	5,5	0	75,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	3,2	4,4	20,6	134,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОНЫ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,7	4,2	17,0	119,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
БУЛОЧКА АЛТАЙСКАЯ		60	6,4	6,4	37,6	232,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	26	26	0,8	0,9	1,2	15,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,54	0,4	0,4	0	5,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН пакетики	0,1 шт.	0,15	0	0	0	0,0
			20,2	22,4	78,0	592,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,2	66,1	179,0	1 532,3

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ на сгущенном молоке		200/5	4,6	7,2	31,8	210,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	35	35	2,4	2,9	18,8	111,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		10,8	43,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ЧАЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			4,7	11,3	42,6	291,5
II Завтрак						
СОК		125	0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ		200/9	6,8	7,0	20,2	175,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,8	0,2	12,2	58,3
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ		120/40	10,4	13,9	14,3	225,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2

КАРТОФЕЛЬ	85	59,5	1,2	0,2	9,4	44,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23	19,32	0,3	0	1,6	7,7
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		150			21,7	86,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КИСЕЛЬ	18	18	0	0	13,9	55,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,8	21,3	73,2	568,8
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ И ПОВИДЛО		120/16	11,5	7,7	34,1	250,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,9	1,2	14,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	50	50	8,7	4,4	1,5	82,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	4,93	0,6	0,6	0	7,5
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
ПОВИДЛО	16	16	0,1	0	10,3	41,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23	23	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,5	5,4	7,3	93,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	5,4	7,3	93,1
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			16,0	13,1	41,4	343,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,1	45,8	169,4	1 256,4

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ с маслом		200/4	5,3	7,9	26,9	197,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
КРУПА РИСОВАЯ	24	23,8	1,6	0,2	17,1	76,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,7	4,2	17,0	119,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			9,0	16,2	43,9	353,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		35	1,1	0,1	2,2	13,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	54	35,1	1,1	0,1	2,2	13,6
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной		200/9	5,2	6,2	8,5	114,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	25	17,5	0,4	0,1	2,8	13,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТЫ на лимонной кислоте	20	20	0,2	0	0,5	2,7
СВЕКЛА	40	31	0,5	0	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		160	10,3	15,3	18,0	250,6

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,3	0,1	18,3	76,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧЕРНОСЛИВ	12	12	0,3	0,1	6,7	29,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,5	22,1	64,0	536,6
Полдник						
РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		80/80	16,9	4,8	4,3	129,1
РЫБА ПИКША Б/Г	101,68	96,6	16,1	0,5	0	68,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МОРКОВЬ	45	34,88	0,5	0	2,3	11,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		150	3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		65	6,0	6,4	39,5	239,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,9	1,2	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,4	0,5	28,5	136,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН пакетики	0 шт.	0	0	0	0	0,0
			26,3	15,1	60,8	482,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,4	54,0	183,4	1 443,1

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ с маслом	200/5		6,6	9,3	23,0	198,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ГРЕЧА	24,04	23,8	2,9	0,8	13,2	71,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56	56	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150		3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА	30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			10,0	17,3	40,0	350,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40		0,8	1,9	4,3	38,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200/9		5,4	6,5	15,7	147,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	130	91	1,7	0,4	14,4	68,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0

«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ		85/80	10,2	11,8	14,7	206,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
КРУПА РИСОВАЯ	13	12,87	0,9	0,1	9,2	41,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ЧЕСНОК	2	1,7	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,4	0,2	15,3	71,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	12	12	0,4	0,2	5,6	33,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,4	20,8	67,0	544,8
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА с повидлом		100/16	18,0	10,7	39,5	327,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21	21	2,2	0,3	14,3	68,0
МАНКА	4	4	0,4	0	2,7	12,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ПОВИДЛО	16	16	0,1	0	10,3	41,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ		150	4,5	5,4	7,3	93,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	160	160	4,5	5,4	7,3	93,1
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			22,5	16,1	46,8	420,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,5	54,8	168,5	1 386,6

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ с маслом		200/5	6,1	9,7	23,8	203,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	24	24	2,4	1,2	14	75,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,7	4,2	17,0	119,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			9,8	18,0	40,8	359,6
II Завтрак						
СОК		125	0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,7	2,4	4,0	40,7
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ		200/9	5,8	6,4	15,5	146,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ВЕРМИШЕЛЬ	14	14	1,5	0,2	9,6	45,9
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ		160	13,5	14,3	15,3	243,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,7	0,9	11,6
СЫР	5	4,8	1,1	1,5	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,88	1	0,9	0,1	12,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140	112	1,9	0,1	5,1	30,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,8	17,8	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	14,4	60,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЯБЛОКИ	34	29,92	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			22,7	23,6	66,2	572,7
Полдник						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,4	3,0		37,5
СЫР	10,42	10	2,4	3	0	37,5
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		35	1,1	0,1	2,1	13,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	53	34,45	1,1	0,1	2,1	13,4
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ		80	12,2	4,1	5,5	107,1
РЫБА МИНТАЙ с/м б/г	73,68	70	10,8	0,6	0	48,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,94	0,5	0,5	0	6,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	8	8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		110	2,7	4,7	16,3	117,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1,1	1,4	17,5
КАРТОФЕЛЬ	135	94,5	1,8	0,4	14,9	70,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		150	3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			21,8	15,8	40,9	389,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,9	57,5	160,1	1 374,0

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,4	3,0		37,5
СЫР	10,42	10	2,4	3	0	37,5
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ		200	5,7	7,9	23,5	184,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	4,5	5,9	75,7
МАНКА	20	20	2	0,2	13,7	63,8
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		150	3,4	3,9	17,0	114,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0	0	0	0,0
БУЛКА		30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0	0	0	0,0
			11,5	18,9	40,5	373,3
II Завтрак						
СОК		125	0,6	0,1	12,2	52,2
СОК 0,125	125	125	0,6	0,1	12,2	52,2
			0,6	0,1	12,2	52,2
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		40	0,8	1,9	4,3	38,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и сметаной		200/9	5,2	6,2	8,6	115,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,25	3,3	2,8	0	38,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3

МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		60	8,4	9,8	3,5	135,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60	43,8	7,9	6,8	0	92,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ЧЕСНОК	0,7	0,6	0	0	0,2	0,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6	6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		100	3,2	4,4	20,6	134,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОНЫ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		150			21,7	86,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КИСЕЛЬ	18	18	0	0	13,9	55,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,2	22,7	75,7	592,2
Полдник						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		40	1,2	0,1	2,4	15,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	60	39	1,2	0,1	2,4	15,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		90	9,1	12,0	3,4	156,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	65	65	1,8	2,2	3	37,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	59,06	7,3	6,6	0,4	89,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,7	4,2	17,0	119,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	3,9	5,2	66,9
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		70	5,9	7,3	38,5	241,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,8% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,9	1,2	14,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,97	0,3	0,2	0	3,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,97	0,3	0,2	0	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН пакетики	0 шт.	0,02	0	0	0	0,0
			19,9	23,6	61,3	532,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,2	65,3	189,7	1 550,4