

**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>						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120		4,96	6,10	14,39	132,99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	21	21	2,24	0,26	14,37	68,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	12	2,70	3,43	0,00	42,37
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30		0,57	2,67	2,31	35,70
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,57	2,67	2,31	35,70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
ЧАЙ С САХАРОМ	170		0,12	0,00	5,76	23,51
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,3	124,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,7	5,7	0,00	0,00	5,52	22,06
			<b>7,73</b>	<b>12,58</b>	<b>35,11</b>	<b>285,53</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	43,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	43,00
			<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150		1,09	3,00	7,27	60,97
СВЕКЛА	27,38	21,9	0,32	0,02	1,87	8,92
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	14,67	11	0,21	0,04	1,74	8,22
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,7	3,7	0,17	0,00	0,68	3,66
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60		10,03	12,75	9,59	193,06
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	59,2	44,4	8,01	6,89	0,00	93,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,44	0,38	0,73	8,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,82	4,82	27,59	172,63
ПШЕНО	42,3	42,3	4,71	1,12	28,89	144,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,13	0,05	11,36	46,98
СЛИВА САДОВАЯ	16,67	15	0,12	0,05	1,40	7,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75	0,01	0,00	5,12	20,50
			<b>16,83</b>	<b>20,68</b>	<b>60,83</b>	<b>497,32</b>
<b>Полдник</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	11,35	21,93	2,06	251,11
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	96,8 шт.	84,7	10,44	9,45	0,57	128,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,5	29,5	0,83	0,72	1,38	15,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0,03	4,40	0,04	39,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,2	9,2	0,05	7,36	0,07	66,76
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30	0,57	2,67	2,31	35,70
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,57	2,67	2,31	35,70
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,39	0,39	9,51	45,59
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>12,80</b>	<b>25,19</b>	<b>30,59</b>	<b>412,42</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,88	4,24	8,08	90,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	169	168	4,72	4,07	7,82	88,00
			<b>7,53</b>	<b>4,59</b>	<b>25,04</b>	<b>171,98</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,39</b>	<b>63,14</b>	<b>161,67</b>	<b>1 410,25</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>						
КАША КУКУРУЗНАЯ	150		4,37	5,76	17,28	138,91
КУКУРУЗА	16,5	16,5	1,65	0,79	9,60	52,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,8	95,8	2,70	2,33	4,46	50,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,61	2,21	8,99	66,78
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,21	0,14	0,09	2,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>9,06</b>	<b>11,78</b>	<b>38,92</b>	<b>299,02</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ	150		1,02	0,09	6,32	30,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	12	0,89	0,07	5,84	27,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,6	0,04	0,01	0,20	1,04
МОРКОВЬ	3,25	2,6	0,03	0,00	0,17	0,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,9	1,5	0,06	0,01	0,11	0,72
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	110		10,65	7,80	12,57	164,14
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,6	7,6	0,35	0,00	1,40	7,52
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,9	22,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	67	48,3	8,76	7,55	0,00	103,07
КАРТОФЕЛЬ	62,67	47	0,91	0,18	7,43	35,10
МОРКОВЬ	24,38	19,5	0,24	0,02	1,31	6,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,15	0,02	0,87	4,37
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30		0,24	0,03	0,75	4,19
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,2	29,9	0,24	0,03	0,75	4,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10		0,76	0,06	5,02	23,68

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,09	7,63	33,61
СЛИВА САДОВАЯ	33,33	30	0,23	0,09	2,79	14,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>12,90</b>	<b>8,07</b>	<b>32,29</b>	<b>255,83</b>
<b>Полдник</b>						
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		60	7,97	7,88	3,37	125,51
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	51,4	42,9	7,45	1,54	0,00	52,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,01 шт.	6,9	0,51	0,04	3,36	15,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,1	5,1	0,00	4,94	0,00	44,47
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	2,46	3,60	11,11	86,60
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20,2	20	2,44	0,64	11,08	59,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		30	0,42	1,20	1,92	20,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,19	1,13	0,26	15,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		10	0,66	0,09	4,24	20,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,03 шт.	10	0,66	0,09	4,24	20,40
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,08	0,00	4,03	16,44
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,6	32,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,4	131,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
			<b>11,59</b>	<b>12,77</b>	<b>24,67</b>	<b>269,33</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КЕФИР		160	4,80	0,16	6,40	49,60
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	166,4	160	4,64	4,00	6,40	84,80
			<b>7,45</b>	<b>0,51</b>	<b>23,36</b>	<b>131,18</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,49</b>	<b>33,23</b>	<b>129,04</b>	<b>997,07</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>						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		3,74	4,58	17,55	126,32
КРУПА МАННАЯ	16,5	16,5	1,65	0,16	11,30	52,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73,5	73,5	2,07	1,78	3,42	38,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,63	2,07	12,80	80,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,3	2,3	0,23	0,00	1,20	5,71
САХАР ПЕСОК	7,9	7,9	0,00	0,00	7,64	30,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>8,45</b>	<b>10,46</b>	<b>43,00</b>	<b>300,45</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150		1,47	1,74	11,55	67,94
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60		7,86	8,95	7,75	142,78
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	42,2	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,34	0,05	3,59	16,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21	18	0,24	0,04	1,44	7,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,31	3,82	15,68	106,50
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,47	0,40	0,77	8,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,06	0,01	12,30	50,52
ЛИМОН	10,8	6,5	0,06	0,01	0,19	2,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
			<b>12,46</b>	<b>14,58</b>	<b>52,30</b>	<b>391,42</b>
<b>Полдник</b>						
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		60	7,34	5,32	8,12	109,75
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	44,7	39,6	6,11	0,35	0,00	27,65
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,4	8,4	0,61	0,23	4,19	21,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368		30	0,78	3,30	3,24	46,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0,02	2,88	0,03	26,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ		120	2,06	3,25	21,56	123,75
КРУПА РИСОВАЯ	30,3	30	2,04	0,29	21,53	96,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,43</b>	<b>12,13</b>	<b>54,65</b>	<b>383,35</b>
<b>Ужин</b>						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		40	3,00	3,92	29,76	166,80
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,50	3,88	7,45	83,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,50	3,88	7,45	83,81
			<b>7,50</b>	<b>7,80</b>	<b>37,21</b>	<b>250,61</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>40,33</b>	<b>45,07</b>	<b>196,96</b>	<b>1 367,54</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>						
КАША РИСОВАЯ	150		3,85	5,13	19,13	138,64
КРУПА РИСОВАЯ	16,7	16,5	1,13	0,16	11,84	53,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,8	95,8	2,70	2,33	4,46	50,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,22
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,61	2,21	8,99	66,78
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,21	0,14	0,09	2,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,5	93,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>8,54</b>	<b>11,15</b>	<b>40,77</b>	<b>298,75</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150		2,67	3,39	15,09	101,49
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,9	13,9	1,46	0,17	9,43	45,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,07 шт.	3,7	0,46	0,42	0,03	5,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,7	21,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		12,18	14,61	9,59	218,67
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	77,7	56	10,16	8,75	0,00	119,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,44	0,38	0,73	8,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39

СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		110	2,13	2,27	11,96	77,75
СВЕКЛА	146,63	117,3	1,71	0,12	10,01	47,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,15	0,81	0,19	11,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,09	7,63	33,61
СЛИВА САДОВАЯ	33,33	30	0,23	0,09	2,79	14,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>17,97</b>	<b>20,42</b>	<b>49,29</b>	<b>455,20</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)		120	14,90	12,70	19,94	257,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,1	23,1	0,65	0,56	1,08	12,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,1	23,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	69,2	69,2	12,09	6,04	2,02	113,44
КРУПА МАННАЯ	7,4	7,4	0,74	0,07	5,06	23,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,09 шт.	4,5	0,55	0,50	0,03	6,86
САХАР ПЕСОК	7,4	7,4	0,00	0,00	7,17	28,64
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,7	3,7	0,48	0,00	2,21	10,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,7	3,7	0,10	0,54	0,13	7,39
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		30	0,58	0,88	3,40	23,72
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,49	0,00	4,36
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,00	0,00	3,87	15,48
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,5	31,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133,7	133,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,60	12,40	55,80	360,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,72	0,81	43,50	207,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,36	0,04	2,29	10,95
САХАР ПЕСОК	11	11	0,00	0,00	10,65	42,57
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0,00	0,00	3,09	12,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,07	11,88	0,12	107,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,7	1,7	0,21	0,03	0,04	1,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
			<b>22,08</b>	<b>25,98</b>	<b>83,01</b>	<b>657,01</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58





КЕФИР		160	4,80	0,16	6,40	49,60
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	165,6	160	4,64	4,00	6,40	84,80
			<b>7,45</b>	<b>0,51</b>	<b>23,36</b>	<b>131,18</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,53</b>	<b>58,16</b>	<b>206,23</b>	<b>1 583,85</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>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		5,04	6,34	18,60	151,83
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	25,25	25	3,06	0,81	13,85	74,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,5	46,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	69,7	69,7	1,96	1,69	3,25	36,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170		2,91	2,47	12,47	84,49
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,9	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,9	7,9	0,00	0,00	7,64	30,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,87	2,47	4,75	53,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,3	45,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>10,03</b>	<b>12,62</b>	<b>43,72</b>	<b>329,65</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150		1,64	3,70	10,22	83,78
КАРТОФЕЛЬ	38,67	29	0,56	0,12	4,59	21,66
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ПШЕНО	6,7	6,6	0,74	0,17	4,51	22,53
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,7	6,7	0,16	0,98	0,22	13,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60		8,78	9,93	3,61	138,63
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	49,2	44,3	7,99	6,88	0,00	93,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0 шт.	0	0,00	0,00	0,00	0,00
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 СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110		3,94	3,35	25,12	146,45

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7	3,92	0,47	25,09	120,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,1	2,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,6	42,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0,02	2,88	0,03	26,12
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,13	0,05	11,36	46,98
СЛИВА САДОВАЯ	16,67	15	0,12	0,05	1,40	7,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75	0,01	0,00	5,12	20,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
			<b>15,25</b>	<b>17,09</b>	<b>55,33</b>	<b>439,52</b>
<b>Полдник</b>						
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		60	9,54	3,13	5,64	89,05
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	70,8	51	7,87	0,45	0,00	35,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,6	9,8	0,14	0,02	0,78	3,90
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,8	2,3	0,09	0,01	0,16	1,10
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,5	4,5	0,13	0,11	0,21	2,36
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,5	7,5	0,96	0,00	4,47	21,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,05 шт.	2,8	0,35	0,31	0,02	4,27
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		120	2,35	3,03	19,00	112,85
КАРТОФЕЛЬ	160	120	2,33	0,47	18,97	89,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,41	1,55	2,27	24,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,32	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>13,55</b>	<b>7,97</b>	<b>48,64</b>	<b>330,54</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,88	4,24	8,08	90,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	169	168	4,72	4,07	7,82	88,00
			<b>7,53</b>	<b>4,59</b>	<b>25,04</b>	<b>171,98</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,85</b>	<b>42,37</b>	<b>182,53</b>	<b>1 313,40</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ С СЫРОМ	120		13,95	22,61	1,98	267,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,91	8,98	0,54	122,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,51	14,1	3,17	4,04	0,00	49,78
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30		0,57	2,67	2,31	35,70
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,57	2,67	2,31	35,70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,84	6,42	11,11	109,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0,04	6,19	0,06	56,10
БАТОН ПРОСТОЙ	0,08 шт.	22,5	1,80	0,23	11,05	53,55
ЧАЙ С САХАРОМ	170		0,12	0,00	5,76	23,51
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,3	124,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,7	5,7	0,00	0,00	5,52	22,06
			<b>16,48</b>	<b>31,70</b>	<b>21,16</b>	<b>436,83</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,50	0,10	10,10	43,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,50	0,10	10,10	43,00
			<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150		3,44	3,23	11,32	88,31
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,06	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,30	2,93	15,67	98,52
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,47	0,40	0,77	8,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60		12,91	11,06	0,51	152,97
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	91,2	68,4	12,34	10,61	0,00	144,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	4,46 шт.	3,9	0,49	0,44	0,03	5,94
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>0,76</b>	<b>0,06</b>	<b>5,02</b>	<b>23,68</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,17</b>	<b>0,07</b>	<b>6,94</b>	<b>30,05</b>
СЛИВА САДОВАЯ	25	22,5	0,17	0,07	2,10	10,70
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,75	129,75	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>19,58</b>	<b>17,35</b>	<b>39,46</b>	<b>393,53</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)</b>		<b>120</b>	<b>19,53</b>	<b>9,57</b>	<b>19,24</b>	<b>245,01</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	98,4	98,4	17,18	8,59	2,86	161,31
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,8	13,8	1,45	0,17	9,36	44,71
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,14 шт.	7,3	0,90	0,81	0,05	11,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)</b>		<b>30</b>	<b>0,59</b>	<b>1,52</b>	<b>3,41</b>	<b>29,52</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
<b>ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ</b>		<b>100</b>	<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,51</b>	<b>45,59</b>
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,39	0,39	9,51	45,59
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>180</b>	<b>0,49</b>	<b>0,20</b>	<b>16,71</b>	<b>80,02</b>
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>21,00</b>	<b>11,68</b>	<b>48,87</b>	<b>400,14</b>
<b>Ужин</b>						
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,65</b>	<b>0,35</b>	<b>16,96</b>	<b>81,58</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		<b>160</b>	<b>4,88</b>	<b>4,24</b>	<b>8,08</b>	<b>90,40</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	169	168	4,72	4,07	7,82	88,00
			<b>7,53</b>	<b>4,59</b>	<b>25,04</b>	<b>171,98</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,09</b>	<b>65,42</b>	<b>144,63</b>	<b>1 445,48</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>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4,56	5,17	18,15	138,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	16,7	16,5	1,84	0,20	10,86	52,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,8	95,8	2,70	2,33	4,46	50,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,62	2,92	9,85	72,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,72	0,03	24,68
БАТОН ПРОСТОЙ	0,07 шт.	20	1,60	0,20	9,82	47,60
КАКАО С МОЛОКОМ		170	2,61	2,21	8,99	66,78
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,21	0,14	0,09	2,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,5	93,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>8,79</b>	<b>10,30</b>	<b>36,99</b>	<b>277,06</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		100	0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		150	1,68	2,46	4,56	48,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30	0,52	0,03	1,37	8,15
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,35	0,07	2,84	13,44
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		110	11,68	14,33	19,60	254,47
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	74,3	53,5	9,70	8,35	0,00	114,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,9	5,9	0,00	5,71	0,00	51,45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,6	5,9	0,08	0,01	0,47	2,35
МОРКОВЬ	7,38	5,9	0,08	0,01	0,40	2,01
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
КРУПА РИСОВАЯ	25,7	25,7	1,75	0,25	18,45	83,01
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,19
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,2	29,9	0,24	0,03	0,75	4,19

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,11	0,01	12,46	52,34
ЛИМОН	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0,00	0,00	12,11	48,38
			<b>14,47</b>	<b>16,89</b>	<b>42,39</b>	<b>382,68</b>
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	4,50	7,83	15,05	148,73
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,19	0,26	14,02	67,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,2	35,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,27 шт.	14,2	1,75	1,58	0,10	21,62
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,3	19,3	0,54	0,47	0,90	10,11
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30	0,57	2,67	2,31	35,70
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,57	2,67	2,31	35,70
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,00	0,00	3,87	15,48
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,4	30,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,6	131,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,39	0,39	9,51	45,59
			<b>5,46</b>	<b>10,89</b>	<b>30,74</b>	<b>245,50</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КЕФИР		160	4,80	0,16	6,40	49,60
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	165,6	160	4,64	4,00	6,40	84,80
			<b>7,45</b>	<b>0,51</b>	<b>23,36</b>	<b>131,18</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,66</b>	<b>38,69</b>	<b>143,28</b>	<b>1 078,13</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>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		150	4,51	5,87	17,35	140,82
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,8	95,8	2,70	2,33	4,46	50,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,68	2,07	14,52	87,85
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,8	2,8	0,28	0,00	1,46	6,95
САХАР ПЕСОК	9,4	9,4	0,00	0,00	9,10	36,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>9,27</b>	<b>11,75</b>	<b>44,52</b>	<b>322,00</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		100	0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ		150	1,32	3,07	9,47	71,22
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0,00	0,00	0,87	3,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		60	9,19	9,10	6,11	143,01
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	49,2	44,3	7,99	6,88	0,00	93,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	11,3	0,83	0,07	5,50	25,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,36	0,31	0,59	6,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		110	2,86	5,83	6,27	86,91
КАБАЧКИ	147,4	117,7	0,69	0,34	5,25	27,40
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,8	24,2	0,43	0,02	1,11	6,58

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,1	0,16	0,02	0,96	4,81
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,21	0,00	0,84	4,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,7	7,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0,00	5,49	0,00	49,45
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,09	7,63	33,61
СЛИВА САДОВАЯ	33,33	30	0,23	0,09	2,79	14,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>14,36</b>	<b>18,15</b>	<b>34,50</b>	<b>358,43</b>

### Полдник

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		60	7,85	2,44	3,42	67,36
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	46,6	41,3	6,37	0,36	0,00	28,85
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,01 шт.	4,5	0,33	0,03	2,19	10,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,4	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,14 шт.	7,5	0,92	0,83	0,05	11,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	1,87	7,28	10,09	113,83
СВЕКЛА	112,5	90	1,31	0,09	7,68	36,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	8,6	0,12	0,02	0,69	3,42
ТОМАТНАЯ ПАСТА	9,3	9,3	0,44	0,00	1,72	9,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,4	20,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,4	7,4	0,00	7,17	0,00	64,53
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ №354		30	0,43	1,13	1,81	22,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,19	1,10	0,25	14,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,40</b>	<b>11,11</b>	<b>37,05</b>	<b>307,33</b>

### Ужин

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,50	3,88	7,45	83,81
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,50	3,88	7,45	83,81
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		40	2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			<b>6,75</b>	<b>6,82</b>	<b>29,77</b>	<b>208,91</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,27</b>	<b>47,93</b>	<b>155,64</b>	<b>1 238,38</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>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150		4,56	5,41	17,12	135,88
ПШЕНО	16,7	16,5	1,84	0,44	11,27	56,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,8	95,8	2,70	2,33	4,46	50,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0,00	0,00	1,36	5,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,61	2,21	8,99	66,78
КАКАО-ПОРОШОК	0,9	0,9	0,21	0,14	0,09	2,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,5	93,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>9,25</b>	<b>11,43</b>	<b>38,76</b>	<b>295,99</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150		5,51	1,98	9,91	79,76
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	24	24	4,26	0,00	0,00	17,04
КАРТОФЕЛЬ	56	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МОРКОВЬ	12	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,7	4,8	0,07	0,01	0,38	1,91
КРУПА РИСОВАЯ	3	3	0,20	0,03	2,15	9,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,3	1,1	0,04	0,00	0,08	0,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	110		8,30	5,32	17,53	158,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	46	34,5	5,99	1,24	0,00	42,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КАРТОФЕЛЬ	132,8	99,6	1,93	0,39	15,74	74,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,25	0,00	1,19	5,80

СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,41	1,55	2,27	24,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,32	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,13	0,05	11,36	46,98
СЛИВА САДОВАЯ	16,67	15	0,12	0,05	1,40	7,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75	0,01	0,00	5,12	20,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
			<b>15,11</b>	<b>8,96</b>	<b>46,09</b>	<b>334,25</b>
<b>Полдник</b>						
ОЛАДЬИ		120	5,30	8,89	32,94	232,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	46,2	46,2	4,84	0,58	31,32	149,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	2,63 шт.	2,3	0,28	0,25	0,02	3,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,2	46,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,16	0,03	0,03	0,97
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,8	5,8	0,00	5,62	0,00	50,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ПОВИДЛО		30	0,12	0,00	19,21	77,29
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,29
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,08	0,00	4,03	16,44
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,2	33,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,4	131,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
			<b>5,89</b>	<b>9,28</b>	<b>65,69</b>	<b>372,01</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КЕФИР		160	4,80	0,16	6,40	49,60
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	165,6	160	4,64	4,00	6,40	84,80
			<b>7,45</b>	<b>0,51</b>	<b>23,36</b>	<b>131,18</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,19</b>	<b>30,28</b>	<b>183,70</b>	<b>1 175,14</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>						
КАША "ДРУЖБА"	150		4,52	5,64	20,13	150,13
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23
ПШЕНО	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 ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,08	3,81	12,65	93,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,55	0,03	32,16
БАТОН ПРОСТОЙ	0,09 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
ЧАЙ С САХАРОМ	170		0,12	0,00	5,76	23,51
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,3	124,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,7	5,7	0,00	0,00	5,52	22,06
			<b>6,72</b>	<b>9,45</b>	<b>38,54</b>	<b>266,97</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФОСОЛЬЮ	150		3,20	3,28	11,19	88,20
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ФАСОЛЬ	12	12	2,44	0,23	5,47	34,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60		12,27	15,33	5,74	209,81
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	78,4	58,8	10,61	9,13	0,00	124,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,07 шт.	3,5	0,43	0,39	0,02	5,34
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9,6	9,6	1,23	0,00	5,72	27,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110		2,55	4,46	11,39	97,16
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	151,3	121	2,11	0,12	5,52	32,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0,00	4,27	0,00	38,37
МОРКОВЬ	6,88	5,5	0,07	0,01	0,37	1,87

ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	2,9	2,2	0,03	0,01	0,21	1,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,2	7,7	0,11	0,02	0,61	3,07
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	10	0,76	0,06	5,02	23,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,23	0,09	7,63	33,61
СЛИВА САДОВАЯ	33,33	30	0,23	0,09	2,79	14,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>19,01</b>	<b>23,22</b>	<b>40,97</b>	<b>452,46</b>
<b>Полдник</b>						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		60	10,21	5,69	6,07	116,01
РЫБА ГОРБУША ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	67,16	45	8,95	2,84	0,00	61,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	11 шт.	11	0,81	0,07	5,35	25,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,40	2,98	16,30	101,99
КАРТОФЕЛЬ	130,27	97,7	1,89	0,38	15,45	72,97
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,41	1,55	2,27	24,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,25	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,32	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,04 шт.	20	1,53	0,12	10,04	47,36
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,49	0,20	16,71	80,02
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>15,04</b>	<b>10,54</b>	<b>51,39</b>	<b>370,32</b>
<b>Ужин</b>						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	0,1 шт.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,88	4,24	8,08	90,40
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	168,8	168	4,72	4,07	7,82	88,00
			<b>7,53</b>	<b>4,59</b>	<b>25,04</b>	<b>171,98</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,79</b>	<b>47,90</b>	<b>165,74</b>	<b>1 303,44</b>