

# 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	150		6,20	7,68	18,01	166,75
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	26,3	26,3	2,80	0,33	17,98	86,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,38	4,30	0,00	52,96
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	25,7 шт.	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		0,11	0,00	5,51	22,48
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,1	1,1	0,11	0,00	0,57	2,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,2	146,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>8,39</b>	<b>11,49</b>	<b>36,17</b>	<b>282,56</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		1,62	2,75	10,20	75,10
КАРТОФЕЛЬ	41,43	29	0,56	0,12	4,59	21,66
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	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		8,36	10,63	7,99	160,88
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	49,3	37	6,67	5,74	0,00	78,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	9	0,67	0,06	4,38	20,67
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,37	0,32	0,60	6,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110		2,60	3,12	10,98	83,90
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	157,7	126,1	2,20	0,13	5,75	34,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85

МОРКОВЬ	2,75	2,2	0,03	0,00	0,15	0,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,06	0,01	0,35	1,75
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,13	0,00	0,49	2,67
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3	0,07	0,00	6,97	28,73
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН	5,83	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>13,41</b>	<b>16,56</b>	<b>41,16</b>	<b>372,29</b>
<b>Полдник</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	14,70	25,28	2,71	297,33
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	2,09 шт.	109,8	13,52	12,25	0,75	167,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41	41	1,15	1,00	1,91	21,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8	0,00	6,59	0,00	59,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0,03	5,44	0,05	49,33
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		50	0,95	4,45	3,85	59,50
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,7	50	0,95	4,45	3,85	59,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,04 шт.	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>17,23</b>	<b>29,85</b>	<b>22,31</b>	<b>427,19</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	168,9	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>47,05</b>	<b>62,59</b>	<b>134,48</b>	<b>1 295,73</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		3,46	4,80	17,58	127,64
КУКУРУЗА	20,8	20,8	2,08	0,99	12,11	65,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	48,4	48,4	1,36	1,17	2,25	25,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67,7	67,7	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	25,7 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>8,15</b>	<b>10,82</b>	<b>39,22</b>	<b>287,75</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>						
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
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	0,4	0,4	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	130		12,58	9,20	14,89	193,94
ТОМАТНАЯ ПАСТА	9	9	0,42	0,00	1,66	8,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,28	0,04	1,83	8,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,1	27,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	79,2	57	10,34	8,90	0,00	121,64
КАРТОФЕЛЬ	79,57	55,7	1,08	0,21	8,81	41,60
МОРКОВЬ	29	23,2	0,29	0,02	1,55	7,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,4	13	0,17	0,03	1,04	5,17
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30		0,52	0,03	0,87	6,69
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,00	0,00	4,84	19,35
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,5	13,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>14,88</b>	<b>9,38</b>	<b>31,94</b>	<b>273,87</b>
<b>Полдник</b>						
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		60	10,94	11,08	3,42	170,19
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	72	60	10,42	2,15	0,00	73,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7 шт.	7	0,51	0,04	3,40	16,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0,00	6,97	0,00	62,79
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,67	3,94	21,08	138,20
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,65	1,21	21,05	113,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0,02	2,73	0,03	24,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,63	0,14	10,71	50,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,04 шт.	22	1,63	0,14	10,71	50,54
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		70	9,27	4,45	36,30	222,74
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41	41	4,30	0,51	27,80	132,83
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,12 шт.	6,3	0,78	0,70	0,04	9,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	18,6	18,6	3,25	1,62	0,54	30,49
ДРОЖИЖИ	1,8	1,8	0,22	0,04	0,04	1,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,02 шт.	1,1	0,14	0,13	0,01	1,68
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>26,61</b>	<b>19,61</b>	<b>77,52</b>	<b>606,09</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>57,58</b>	<b>40,42</b>	<b>181,84</b>	<b>1 340,60</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	150		3,04	3,42	19,00	118,36
КРУПА МАННАЯ	20,8	20,8	2,08	0,20	14,24	66,38
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,3	33,3	0,94	0,81	1,55	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,8	87,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,50	2,07	9,42	66,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,40	2,07	3,96	44,52
			<b>7,62</b>	<b>9,30</b>	<b>41,07</b>	<b>278,43</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 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	15,71	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	0,4	0,4	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	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,31	3,50	15,65	103,44
КАРТОФЕЛЬ	134,14	93,9	1,82	0,37	14,85	70,13

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,47	0,40	0,77	8,64
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0,02	2,73	0,03	24,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	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 ЛИМОННЫЙ		150	0,06	0,01	9,87	40,84
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	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
			<b>12,08</b>	<b>15,52</b>	<b>45,56</b>	<b>371,71</b>
<b>Полдник</b>						
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		60	6,98	2,48	3,54	64,72
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	72	36	5,55	0,31	0,00	25,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7,2 шт.	7,2	0,53	0,04	3,50	16,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,2	7,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,09 шт.	4,5	0,55	0,50	0,03	6,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
СЫР РОССИЙСКИЙ	1,7	1,5	0,34	0,43	0,00	5,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	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)	0,3	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
РИС ОТВАРНОЙ		110	1,72	2,97	17,98	105,42
КРУПА РИСОВАЯ	25,25	25	1,70	0,24	17,95	80,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0,02	2,73	0,03	24,67
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	0,28	0,13	13,59	57,73
ШИПОВНИК	18	18	0,28	0,13	3,91	19,03
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>10,92</b>	<b>7,25</b>	<b>47,42</b>	<b>300,17</b>
<b>Ужин</b>						
ПЕЧЕНЬЕ		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>38,61</b>	<b>39,97</b>	<b>181,06</b>	<b>1 242,63</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		2,51	3,97	17,31	115,37
КРУПА РИСОВАЯ	16,7	16,5	1,13	0,16	11,84	53,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	48,4	48,4	1,36	1,17	2,25	25,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	67,7	67,7	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
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>7,20</b>	<b>9,99</b>	<b>38,95</b>	<b>275,48</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	42,86	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		10,10	12,84	9,47	194,04
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	79,29	44,4	8,05	6,94	0,00	94,75
БАТОН ПРОСТОЙ	10,8 шт.	10,8	0,83	0,11	5,14	24,93
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	2,03	1,90	12,92	76,86
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	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5	0,14	0,81	0,18	10,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,00	0,00	4,84	19,35
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,5	13,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>15,56</b>	<b>18,19</b>	<b>47,34</b>	<b>415,42</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)		100	12,42	9,83	16,68	208,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,3	19,3	0,54	0,47	0,90	10,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,3	19,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	57,7	57,7	10,08	5,03	1,68	94,58
КРУПА МАННАЯ	6,2	6,2	0,62	0,06	4,25	19,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,07 шт.	3,7	0,46	0,42	0,03	5,64
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0,00	0,00	6,00	24,00
ВАНИЛИН	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,1	3,1	0,40	0,00	1,85	8,98
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,1	3,1	0,08	0,46	0,11	6,20
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		20	0,38	0,57	2,24	15,71
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,01	0,61	2,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	113,7	100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>13,29</b>	<b>10,79</b>	<b>34,44</b>	<b>293,85</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>43,99</b>	<b>39,58</b>	<b>153,89</b>	<b>1 157,64</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 "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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,50	2,07	9,42	66,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
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>9,10</b>	<b>11,52</b>	<b>42,20</b>	<b>310,20</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>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150		1,33	3,14	9,86	73,30
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		4,67	3,94	21,08	138,20
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38,38	38	4,65	1,21	21,05	113,53
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	3,4	3,4	0,02	2,73	0,03	24,67
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		7,96	8,39	7,40	136,71
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40,7	36,7	6,63	5,69	0,00	77,61
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	9	0,67	0,06	4,38	20,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,7	11,7	0,00	0,00	0,00	0,00

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	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
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА		150	0,05	0,00	15,17	60,81
ПОВИДЛО	9	9	0,04	0,00	5,76	23,18
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5	5	0,01	0,00	3,79	15,18
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,2	143,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>14,77</b>	<b>15,53</b>	<b>58,53</b>	<b>432,70</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		60	8,21	3,25	6,07	86,33
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	6,95	0,40	0,00	31,43
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
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		120	2,35	3,03	19,00	112,85
КАРТОФЕЛЬ	171,43	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
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		20	0,16	0,02	0,34	2,60
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,16	0,02	0,34	2,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,63	0,14	10,71	50,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,04 шт.	22	1,63	0,14	10,71	50,54
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>12,45</b>	<b>6,44</b>	<b>42,13</b>	<b>276,74</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	168,9	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>44,34</b>	<b>38,18</b>	<b>177,70</b>	<b>1 233,33</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		14,51	18,73	2,00	235,36
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	1,62 шт.	85	10,48	9,49	0,58	129,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,6	29,6	0,83	0,72	1,38	15,50
СЫР РОССИЙСКИЙ	14,6	14,1	3,17	4,04	0,00	49,78
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0,03	4,48	0,04	40,63
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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		0,10	0,00	5,46	22,22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,2	146,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
			<b>17,26</b>	<b>25,21</b>	<b>22,42</b>	<b>386,61</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 ГОРОХОМ	150		3,44	2,73	11,24	83,41
КАРТОФЕЛЬ	42,86	30	0,58	0,12	4,74	22,41
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,68	0,18	5,60	34,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,31	3,89	15,68	107,22
КАРТОФЕЛЬ	134,43	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	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30		13,40	9,60	5,90	163,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	89	74	12,85	2,66	0,00	91,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
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
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
<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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,84</b>	<b>19,35</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>19,91</b>	<b>16,28</b>	<b>42,68</b>	<b>396,66</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ОЛАДЬИ</b>		<b>100</b>	<b>4,41</b>	<b>10,02</b>	<b>27,39</b>	<b>217,18</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,04 шт.	1,9	0,23	0,21	0,01	2,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,5	38,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,14	0,02	0,02	0,82
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,6	9,6	0,00	9,30	0,00	83,71
<b>ПОВИДЛО</b>		<b>30</b>	<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>19,21</b>	<b>77,29</b>
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,29
<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>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>180</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>6,01</b>	<b>24,42</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>5,02</b>	<b>10,41</b>	<b>62,12</b>	<b>364,48</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	168,9	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>50,21</b>	<b>56,59</b>	<b>162,06</b>	<b>1 361,44</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		3,93	4,62	17,11	126,37
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	16,7	16,5	1,84	0,20	10,86	52,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73,6	73,6	2,07	1,78	3,42	38,55
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		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		2,63	2,22	9,00	67,06
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,23	0,15	0,10	2,80
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>8,64</b>	<b>10,65</b>	<b>38,76</b>	<b>286,76</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		1,12	3,03	5,47	54,17
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
КАРТОФЕЛЬ	25,71	18	0,35	0,07	2,84	13,44
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	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130		12,97	16,75	14,25	260,17
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	87,9	63,3	11,48	9,88	0,00	135,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,9	6,9	0,00	6,68	0,00	60,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,9	0,10	0,01	0,55	2,75
МОРКОВЬ	8,63	6,9	0,09	0,01	0,47	2,35
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,08	0,00	0,31	1,68
КРУПА РИСОВАЯ	18,18	18	1,22	0,17	12,92	58,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

КАПУСТА КВАШЕНАЯ		30	0,52	0,03	0,87	6,69
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
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>15,48</b>	<b>19,88</b>	<b>38,07</b>	<b>397,05</b>
<b>Полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		130	20,86	14,01	12,01	261,72
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	108,6	108,6	18,96	9,48	3,16	178,02
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13	13	1,36	0,16	8,82	42,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,08 шт.	4,4	0,54	0,49	0,03	6,70
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,96	2,48	6,61	52,71
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
ВАНИЛИН	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ		40	2,36	1,88	30,00	146,40
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	40	40	2,36	1,88	30,00	146,40
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>24,28</b>	<b>18,37</b>	<b>54,63</b>	<b>485,25</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	165,7	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>56,34</b>	<b>49,51</b>	<b>164,62</b>	<b>1 341,95</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		2,76	4,36	15,43	112,21
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	33,8	33,8	0,95	0,82	1,57	17,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,1	87,1	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	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
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		2,50	2,07	9,42	66,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
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>7,34</b>	<b>10,24</b>	<b>37,50</b>	<b>272,28</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	42,86	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	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50		7,35	7,40	4,40	113,42
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	41,11	37	6,67	5,74	0,00	78,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,02 шт.	9	0,67	0,06	4,38	20,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,31	3,89	15,68	107,22
КАРТОФЕЛЬ	134,43	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	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
<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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,84</b>	<b>19,35</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,5	13,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>11,74</b>	<b>14,42</b>	<b>39,41</b>	<b>334,89</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ</b>		<b>60</b>	<b>7,84</b>	<b>2,51</b>	<b>3,36</b>	<b>67,66</b>
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	46,61	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.	4,4	0,33	0,03	2,14	10,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,4	4,4	0,06	0,01	0,35	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,14 шт.	7,4	0,91	0,82	0,05	11,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ</b>		<b>120</b>	<b>1,87</b>	<b>7,28</b>	<b>10,09</b>	<b>113,83</b>
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	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №348</b>		<b>30</b>	<b>0,41</b>	<b>1,55</b>	<b>2,27</b>	<b>24,94</b>
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
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,53</b>	<b>0,12</b>	<b>10,04</b>	<b>47,36</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,04 шт.	20	1,53	0,12	10,04	47,36
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>180</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>6,01</b>	<b>24,42</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>11,75</b>	<b>11,46</b>	<b>31,77</b>	<b>278,21</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>4,50</b>	<b>3,88</b>	<b>7,45</b>	<b>83,81</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,50	3,88	7,45	83,81
			<b>7,15</b>	<b>4,23</b>	<b>24,41</b>	<b>165,39</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,47</b>	<b>40,45</b>	<b>142,89</b>	<b>1 092,48</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	150		3,66	4,73	14,88	117,09
ПШЕНО	15,15	15	1,68	0,40	10,24	51,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,4	46,4	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	1,4	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>8,35</b>	<b>10,75</b>	<b>36,52</b>	<b>277,20</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	60	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
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	50		7,34	7,96	2,94	112,58
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	42,4	38,1	6,88	5,92	0,00	80,57
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,01 шт.	5,5	0,41	0,03	2,68	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,7	3,1	0,04	0,01	0,24	1,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		110	2,54	2,78	16,16	99,87
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	23,6	23,6	2,52	0,30	16,14	77,38
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	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3	0,07	0,00	6,97	28,73
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	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
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН	5,83	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>16,22</b>	<b>12,78</b>	<b>41,00</b>	<b>344,62</b>
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		130	21,15	10,37	20,89	265,57
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	106,6	106,6	18,61	9,30	3,10	174,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,57	0,19	10,18	48,60
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0,00	0,00	7,55	30,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,15 шт.	7,9	0,97	0,88	0,06	12,03
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		30	0,59	1,52	3,41	29,52
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
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	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>22,23</b>	<b>12,28</b>	<b>39,82</b>	<b>365,10</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>54,74</b>	<b>36,42</b>	<b>150,50</b>	<b>1 159,81</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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		4,60	3,84	20,93	137,37
ВЕРМИШЕЛЬ ВЫСШ.СОРТ	16,7	16,7	1,78	0,21	11,42	54,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
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		2,50	2,07	9,42	66,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,10	0,00	0,52	2,48
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0,00	0,00	4,94	19,74
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>9,18</b>	<b>9,72</b>	<b>43,00</b>	<b>297,44</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 ФАСОЛЬЮ	150		3,20	3,28	11,19	88,20
КАРТОФЕЛЬ	42,86	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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	50		10,23	12,77	4,79	174,81
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65,3	49	8,84	7,60	0,00	103,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ 1 КАТЕГОРИИ (ШТ.)	0,05 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,41
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,03	0,00	4,77	23,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,32	3,74	15,67	105,84
КАРТОФЕЛЬ	134,14	93,9	1,82	0,37	14,85	70,13

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,6	16,9	0,48	0,41	0,79	8,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА КВАШЕНАЯ		30	0,52	0,03	0,87	6,69
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0,00	0,00	4,84	19,35
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,5	13,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>17,03</b>	<b>19,88</b>	<b>42,38</b>	<b>418,57</b>
<b>Полдник</b>						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		60	8,21	3,25	6,07	86,33
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	6,95	0,40	0,00	31,43
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
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		120	2,35	3,84	19,00	120,11
КАРТОФЕЛЬ	171,43	120	2,33	0,47	18,97	89,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		20	0,36	1,96	1,44	24,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0,02	0,00	0,08	0,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,16
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,39	0,00	3,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
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
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,10	0,00	6,01	24,42
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,3	131,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			<b>12,55</b>	<b>9,17</b>	<b>42,56</b>	<b>302,62</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>46,78</b>	<b>43,46</b>	<b>162,78</b>	<b>1 232,32</b>