

МЕНЮ

Сад

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Завтрак											
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША РЫЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША "ПРУЖКА" 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША "ПРУЖКА" 200	КАША РЫЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 200
БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С СЫРОМ 32/7	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 32/5/7	БАТОН С МАСЛОМ И СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 32/5/5	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С СЫРОМ 32/7	БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДОМ 32/5/5	БАТОН С МАСЛОМ 32/5	БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ 32/5/7	БАТОН С МАСЛОМ 32/5
КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5
II Завтрак											
ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200
Обед											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ КАВЛЕНОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ НА МКБ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ 200/12	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МКБ БУЛЬОНЕ 200/10	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/12/6	РАСОСЛИННИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МКБ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/10/6	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/12/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МКБ БУЛЬОНЕ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ 200/12	РАСОСЛИННИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МКБ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/10/6	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ 200/12/6	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ НА МКБ 200/10	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ С КУРИЦЕЙ 200/12
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 155	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ 155	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 155	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 135	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСОСЛИНЧАТАЯ 135	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 135	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСОСЛИНЧАТАЯ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ 155	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 135	ГОРОХОВОЕ ПОРЕ 135	РАТУ ИЗ ПТИЦЫ 155	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 155
МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ 60/20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЛИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	РЫБНЫЕ ОТАВЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/20	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК 70	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ 60/20	ХИЩЕЛЬ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЛИПОВНИКА 180	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40
ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХИЩЕ РЖАНОЙ 40	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25
Полдник											
РАТУ ОВОЩНОЕ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДОМ 145/8	ВАТУША С ПОВИДОМ 95	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 145/8	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 180	ЯБЛОКО 100	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛЮКОМ 95	РАТУ ОВОЩНОЕ 180	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ 95	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ ОТВАРНАЯ С ПОВИДОМ 145/8	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 180	ЗАПЕКАНКА БИТОНЧИК ДЛЯ ДЕТЕЙ 24
ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ВАФЛИ 30	ПРЖЕНКА 180	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ 32	ПЕЧЕНЬЕ 25	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ПЕЧЕНЬЕ 25	ХИЩЕ ПШЕНИЧНЫЙ 25	СОК В УПАКОВКЕ 200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	ПЕЧЕНЬЕ 25	КЕФИР 180	ПЕЧЕНЬЕ 25	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	СОК В УПАКОВКЕ 200	КЕФИР 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/5	ВАФЛИ 30	ПРЖЕНКА 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/5/4	ЯБЛОКО 100



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 1



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,1	6,0	33,2	215,7
ПШЕНО	39,1	39	4,4	1,1	26,7	133,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,4	98,4	2,8	2,4	4,6	51,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,4	5,1	16,5	121,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,9	2,4	14,0	90,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,4	13,5	63,7	427,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,2	24,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ НА МК/Б	200/10		5,4	2,4	17,1	111,8
КАРТОФЕЛЬ	72	50,4	1	0,2	8	37,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	14,45	14,4	1,7	0,5	8	43,1
МОРКОВЬ	10,2	8,16	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,71	8,16	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,8	2,7	37,0	195,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,7	0,7	37	177,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1

МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/20		6,5	6,8	6,0	110,9
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	32	32	5,5	2,8	0	47,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,4	0	2,3	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,81	3,2	0	0	0,3	1,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17,7	17,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,0	12,4	90,0	554,5
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	160		3,1	9,5	17,9	195,5
КАРТОФЕЛЬ	91,43	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,3	0	1,4	6,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,6	0	1,6	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,2	12,2	0,3	1,7	0,4	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,2	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			5,1	9,7	35,6	276,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,9	36,0	199,1	1 304,6



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,5	5,1	25,3	169,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,2	30,1	2,9	0,4	19,1	91,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С СЫРОМ	32/7		4,1	3,1	16,5	110,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,2	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			9,7	8,2	46,9	301,2
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,2
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ С КУРИЦЕЙ	200/12		4,1	4,4	15,1	115,3
ВЕРМИШЕЛЬ	9,7	9,7	1	0,1	7,1	31,7
КАРТОФЕЛЬ	63,71	44,6	0,9	0,2	7,1	33,3
МОРКОВЬ	8,63	6,9	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,9	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,1	81,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,2	175,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155		10,9	9,5	12,8	181,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	121,5	97,2	1,6	0,1	4,5	26,4
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	48	48	8,2	4,3	0	71,3
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,7	14,8	0,2	0	1,2	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	5	0	45,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			20,8	17,2	78,3	558,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		145/8	23,9	17,1	28,7	371,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,5	123,5	21,5	10,8	3,6	202,4
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,3	21,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			28,4	21,8	56,5	542,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,9	47,4	201,9	1 488,2

ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,5	123,5	21,5	10,8	3,6	202,4
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,3	21,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			28,4	21,8	56,5	542,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,9	47,4	201,9	1 488,2



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		5,5	5,7	26,0	178,4
КРУПА РИСОВАЯ	13,6	13,5	0,9	0,1	9,7	43,7
ПШЕНО	13,6	13,5	1,6	0,4	9,2	46,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,4	144,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,2	110,2	3,1	2,7	5,1	57,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,5	5,1	17,0	123,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,5	1	17	86,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	14,7	89,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,2	0	0,8	3,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			10,7	13,0	57,7	391,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,0	3,6	36,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55,6	44,5	0,8	0	2	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/10		7,0	4,5	15,1	129,2
КАРТОФЕЛЬ	57,71	40,4	0,8	0,2	6,4	30,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,6	0,3	7,6	46,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	241,7	241,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	155		15,4	7,7	26,4	279,2

КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	58,6	58,5	12	2,8	0,8	119,2
КАРТОФЕЛЬ	211,29	147,9	2,9	0,6	23,4	110,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,7	0,1	0	0,9	4,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,4	2,4	0,3	0	1,5	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,1	35,0
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			27,9	14,9	82,8	620,7

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		95	6,4	5,0	58,6	304,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,6	48,6	5	0,6	33	157,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖИЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,1	13,1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
ПОВИДЛО	34,5	34,5	0,1	0	22,1	88,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,4
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
КЕФИР		180	5,4	0,2	7,2	55,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			12,6	6,2	89,0	466,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,6	34,5	239,3	1 525,9

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖИЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,1	13,1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,4
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
КЕФИР		180	5,4	0,2	7,2	55,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			12,6	6,2	89,0	466,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,6	34,5	239,3	1 525,9



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200		4,4	3,0	14,0	100,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ВЕРМИШЕЛЬ	10	10	1	0,1	7,3	32,7
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7		4,1	7,2	16,5	147,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			8,5	10,2	35,4	267,5
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,2	24,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,8	7,1	8,3	115,5
СВЕКЛА	40,75	32,6	0,5	0	2,8	13,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,4	16,3	0,3	0	0,8	4,5
КАРТОФЕЛЬ	23,29	16,3	0,3	0,1	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10,75	8,6	0,1	0	0,6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,2	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,1	4,1	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,9	203,9	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,2	163,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	155		11,9	10,0	32,0	296,4
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	43,6	42,1	8,7	2	0,6	85,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,8	7,8	0	7,6	0	68,0

КРУПА РИСОВАЯ	41,2	41,1	2,8	0,4	29,5	132,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,7	0,1	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ	12,38	9,9	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			20,9	17,8	80,0	596,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145/8		4,7	5,0	32,7	195,2
КРУПА МАННАЯ	30,8	30,8	3,1	0,3	21	98,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0	0	5,1	20,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,1	0,5	0,1	6,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,6	0,7	4,4	26,2
РЯЖЕНКА	180		5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			12,0	9,3	58,9	371,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,4	37,5	194,5	1 321,5

КРУПА МАННАЯ	30,8	30,8	3,1	0,3	21	98,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0	0	5,1	20,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,1	0,5	0,1	6,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,6	0,7	4,4	26,2
РЯЖЕНКА	180		5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
			12,0	9,3	58,9	371,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,4	37,5	194,5	1 321,5



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,4	6,7	24,0	182,2
КРУПА ОВСЯНАЯ	30,6	30,5	3,7	1,8	17,6	101,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,3	173,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,6	95,6	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	32/5/5		2,8	5,5	19,3	137,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,4	0,4	2,8	16,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,9	2,4	14,0	90,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,1	14,6	57,3	409,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,6	3,1	39,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40,5	40,5	0,7	0	1,2	9,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5	0,1	0	0,4	2,1
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/6		4,4	5,2	14,2	124,7
КАРТОФЕЛЬ	87	60,9	1,2	0,2	9,6	45,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,9	4,9	0,5	0,1	3,2	14,9
МОРКОВЬ	8,38	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,7	0,1	0	0,5	2,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,7	9,7	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,3	244,3	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135		2,7	3,2	19,1	116,3
КАРТОФЕЛЬ	165,57	115,9	2,2	0,5	18,3	86,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,3	15,3	0,4	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20		7,7	4,2	4,7	87,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	61,5	40,5	6,2	0,4	0	28,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,6	0,1	3,7	17,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ	180				21,5	86,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			18,3	15,6	79,6	536,1
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160		8,0	4,7	43,8	249,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,2	1,5	0	18,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			9,9	4,9	61,3	328,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,7	35,5	208,0	1 321,8

Полдник

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160		8,0	4,7	43,8	249,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,2	1,5	0	18,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			9,9	4,9	61,3	328,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,7	35,5	208,0	1 321,8



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		4,5	5,1	18,4	137,3
КРУПА МАННАЯ	17,5	17,5	1,7	0,2	12	55,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,3	153,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,3	96,3	2,7	2,3	4,5	50,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,5	5,1	17,0	123,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,5	1	17	86,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			9,6	12,4	44,6	328,4
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,5	2,0	3,7	35,8
МОРКОВЬ	38,38	30,7	0,4	0	2	10,4
ЯБЛОКИ	19,3	17,3	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,3	6,3	5,0	93,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,6	28,5	0,5	0	1,3	7,8
КАРТОФЕЛЬ	23,29	16,3	0,3	0,1	2,6	12,2
МОРКОВЬ	5,63	4,5	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,5	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	135		6,1	3,4	27,5	164,2

КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	49,7	49,6	6	1,6	27,5	148,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		70	11,1	3,4	9,9	147,6
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	47,8	45,5	9,4	2,2	0,6	92,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,5	10,5	0,8	0,1	5,1	24,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	17,7	17,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			25,6	15,7	83,4	612,5
Полдник						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ		32	2,4	3,0	23,4	130,2
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ	1 шт.	32	2,4	3	23,4	130,2
СОК В УПАКОВКЕ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1	0,2	20,2	86,0
			3,8	3,6	53,0	263,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,0	31,9	201,2	1 290,1

Полдник						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ		32	2,4	3,0	23,4	130,2
ПЕЧЕНЬЕ С НАЧИНКОЙ	1 шт.	32	2,4	3	23,4	130,2
СОК В УПАКОВКЕ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1	0,2	20,2	86,0
			3,8	3,6	53,0	263,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,0	31,9	201,2	1 290,1

МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		5,5	5,7	26,0	178,4
КРУПА РИСОВАЯ	13,6	13,5	0,9	0,1	9,7	43,7
ПШЕНО	13,6	13,5	1,6	0,4	9,2	46,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,4	144,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,2	110,2	3,1	2,7	5,1	57,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,4	5,1	16,5	121,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			7,9	10,8	47,4	319,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,0	3,6	36,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55,6	44,5	0,8	0	2	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/10		7,0	4,5	15,1	129,2
КАРТОФЕЛЬ	57,71	40,4	0,8	0,2	6,4	30,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,6	0,3	7,6	46,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	241,7	241,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135		5,8	2,7	37,0	195,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	54	54	5,7	0,7	37	177,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК		70	11,8	6,1	2,7	153,0
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	56,4	55,4	11,4	2,7	0,7	112,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,1	0	0,4	2,2
МОРКОВЬ	5,88	4,7	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,6	4,7	0,1	0	0,4	1,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,1	35,0
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			30,1	16,0	96,1	689,7
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ		95	6,6	5,8	40,7	241,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	43	43	4,5	0,6	29,2	139,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	4,6	0,6	0,5	0	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖОЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	65,29	45,7	0,9	0,2	7,2	34,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	12,8	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,7	0,2	0,2	0	2,6
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
КЕФИР		180	5,4	0,2	7,2	55,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			13,9	8,5	66,5	401,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,3	35,7	219,8	1 458,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ДРОЖОЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	65,29	45,7	0,9	0,2	7,2	34,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	12,8	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,7	0,2	0,2	0	2,6
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
КЕФИР		180	5,4	0,2	7,2	55,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			13,9	8,5	66,5	401,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,3	35,7	219,8	1 458,0



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,5	5,1	25,3	169,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30,2	30,1	2,9	0,4	19,1	91,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С СЫРОМ	32/7		4,1	3,1	16,5	110,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5/4		0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,2	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			9,7	8,2	46,9	301,2
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	2,1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,2	24,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/12		4,1	4,4	15,1	115,3
ВЕРМИШЕЛЬ	9,7	9,7	1	0,1	7,1	31,7
КАРТОФЕЛЬ	63,71	44,6	0,9	0,2	7,1	33,3
МОРКОВЬ	8,63	6,9	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,9	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,1	81,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,2	175,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	155		3,7	4,7	38,7	311,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	53,2	53,2	6,5	1,7	29,5	159,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	107,9	107,9	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	42	42	7,3	3,7	0	62,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,1	0	0,8	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			11,1	9,6	80,9	552,5

Полдник

РАГУ ОВОЩНОЕ	160		3,1	9,5	17,9	195,5
КАРТОФЕЛЬ	91,43	64	1,3	0,3	10,1	47,8
МОРКОВЬ	25,38	20,3	0,3	0	1,4	6,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7	0,1	0	0,9	4,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,4	33,1	0,6	0	1,6	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			5,0	9,7	35,4	274,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	41,4	33,1	26,8	27,7	183,4	1 214,2

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,3	36,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			5,0	9,7	35,4	274,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	41,4	33,1	26,8	27,7	183,4	1 214,2



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,1	6,0	33,2	215,7
ПШЕНО	39,1	39	4,4	1,1	26,7	133,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,4	98,4	2,8	2,4	4,6	51,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	32/5/5		2,5	5,1	20,3	137,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,5	1	17	86,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ПОВИДЛО	5	5	0	0	3,3	13,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	14,7	89,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,2	0	0,8	3,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,3	13,3	68,2	442,4
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50		0,6	2,6	4,8	45,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,5	25	0,5	0	1,2	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЯБЛОКИ	11,37	10	0	0	1	4,6
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/6		4,4	5,2	14,2	124,7
КАРТОФЕЛЬ	87	60,9	1,2	0,2	9,6	45,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,9	4,9	0,5	0,1	3,2	14,9
МОРКОВЬ	8,38	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,7	0,1	0	0,5	2,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,7	9,7	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	244,3	244,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		135	2,7	3,2	19,1	116,3
КАРТОФЕЛЬ	165,57	115,9	2,2	0,5	18,3	86,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,3	15,3	0,4	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		70	11,1	3,4	9,9	147,6
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	47,8	45,5	9,4	2,2	0,6	92,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,5	10,5	0,8	0,1	5,1	24,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			23,4	15,0	85,3	605,4
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ		95	5,7	6,3	33,2	212,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,9	38,9	4,1	0,5	26,4	126,0
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	64,5	51,6	0,9	0,1	2,3	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,1	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	3	0,4	0,3	0	4,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ВАФЛИ		30			0,2	1,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0,3	0,3	0	0	0,2	1,1
			8,3	8,5	42,6	280,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,4	37,2	205,9	1 375,6



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		5,9	5,1	26,0	174,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	30,2	30,1	3,4	0,4	19,8	96,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,6	86,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,5	90,5	2,5	2,2	4,2	47,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,4	5,1	16,5	121,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,9	2,4	14,0	90,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,2	12,6	56,5	385,7
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,2	24,0
МОРКОВЬ	60	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/6		3,8	7,1	8,3	115,5
СВЕКЛА	40,75	32,6	0,5	0	2,8	13,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,4	16,3	0,3	0	0,8	4,5
КАРТОФЕЛЬ	23,29	16,3	0,3	0,1	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10,75	8,6	0,1	0	0,6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,2	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,1	4,1	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,9	203,9	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,2	163,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	135		14,1	4,2	29,6	212,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	63,5	63,3	14,2	1	29,5	183,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/20		6,5	6,8	6,0	110,9
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	32	32	5,5	2,8	0	47,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,4	0	2,3	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,81	3,2	0	0	0,3	1,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,5	0,2	16,7	80,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			30,1	19,0	95,4	683,8
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ПОВИДЛМ	145/8		8,3	11,8	39,9	301,4
КРУПА РИСОВАЯ	30,2	30	2	0,3	21,5	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	4,9	2,4	0,8	45,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	6,4	0,8	0,7	0	9,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,3	21,2
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
РЯЖЕНКА	180		5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			15,6	16,1	66,1	477,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,9	47,9	238,2	1 633,2

КРУПА РИСОВАЯ	30,2	30	2	0,3	21,5	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	4,9	2,4	0,8	45,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	6,4	0,8	0,7	0	9,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,3	21,2
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
РЯЖЕНКА	180		5,4	1,8	7,6	72,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,6	97,2
			15,6	16,1	66,1	477,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,9	47,9	238,2	1 633,2



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		4,5	5,1	18,4	137,3
КРУПА МАННАЯ	17,5	17,5	1,7	0,2	12	55,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,3	153,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,3	96,3	2,7	2,3	4,5	50,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7		4,1	7,2	16,5	147,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	32	2,4	0,9	16,4	83,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,05	7	1,7	2,1	0	26,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,2	9,2	67,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,2	14,5	44,1	352,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,5	4,1	41,2
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ НА МК/Б	200/10		5,4	2,4	17,1	111,8
КАРТОФЕЛЬ	72	50,4	1	0,2	8	37,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	14,45	14,4	1,7	0,5	8	43,1
МОРКОВЬ	10,2	8,16	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,71	8,16	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КОСТИ ПИЩЕВЫЕ ГОВЯЖЬИ	10	10	0,6	0,2	0	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	10	10	1,8	1,6	0	21,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	155		12,3	4,6	16,5	192,6
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	49,4	49,2	10,2	2,3	0,7	100,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6

КАРТОФЕЛЬ	119	83,3	1,6	0,3	13,2	62,2
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0	0,9	4,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,1	0	0,8	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6
КИСЕЛЬ		180			21,5	86,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,1	9,9	76,2	513,3
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		160	8,0	4,7	43,8	249,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,2	1,5	0	18,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,2	57,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180/5/4	0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,2	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			10,0	4,9	61,1	328,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	29,7	191,2	1 240,9

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		160	8,0	4,7	43,8	249,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	64	64	6,8	0,8	43,7	209,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5,05	5	1,2	1,5	0	18,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,2	57,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180/5/4	0,1		5,1	21,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОН	4,2	4	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			10,0	4,9	61,1	328,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	29,7	191,2	1 240,9



МЕНЮ

Сад

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,4	6,7	24,0	182,2
КРУПА ОВСЯНАЯ	30,6	30,5	3,7	1,8	17,6	101,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,3	173,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,6	95,6	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
БАТОН С МАСЛОМ	32/5		2,5	5,1	17,0	123,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	33	33	2,5	1	17	86,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180/5				4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			8,9	11,8	45,9	325,9
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,5	2,0	3,7	35,8
МОРКОВЬ	38,38	30,7	0,4	0	2	10,4
ЯБЛОКИ	19,3	17,3	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ С КУРИЦЕЙ	200/12		3,5	6,2	8,0	102,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27,4	21,9	0,4	0	1	5,9
КАРТОФЕЛЬ	27,43	19,2	0,4	0,1	3	14,4
ПШЕНО	4,1	4,1	0,5	0,1	2,8	14,0
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,7	8,1	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	12	2,1	2,1	0	27,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,6	162,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	155		11,9	10,0	32,0	296,4
КУРИЦА (ГРУДКИ НА КОСТИ)	43,6	42,1	8,7	2	0,6	85,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,8	7,8	0	7,6	0	68,0
КРУПА РИСОВАЯ	41,2	41,1	2,8	0,4	29,5	132,8

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,7	0,1	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ	12,38	9,9	0,1	0	0,7	3,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			20,5	18,8	81,0	606,0

Полдник

ЗЛАКОВЫЙ БАТОНЧИК ДЛЯ ДЕТЕЙ		24	1,4	1,1	18,0	87,8
ЗЛАКОВЫЙ БАТОНЧИК ДЛЯ ДЕТЕЙ	1 шт.	24	1,4	1,1	18	87,8
СОК В УПАКОВКЕ		200	1,0	0,2	20,2	86,0
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			2,8	1,7	48,0	220,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,2	32,5	195,1	1 238,7

Полдник

ЗЛАКОВЫЙ БАТОНЧИК ДЛЯ ДЕТЕЙ		24	1,4	1,1	18,0	87,8
ЗЛАКОВЫЙ БАТОНЧИК ДЛЯ ДЕТЕЙ	1 шт.	24	1,4	1,1	18	87,8
СОК В УПАКОВКЕ		200	1,0	0,2	20,2	86,0
СОК В УПАКОВКЕ 0,2	1 шт.	200	1	0,2	20,2	86,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			2,8	1,7	48,0	220,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,2	32,5	195,1	1 238,7