

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120		7,0	7,1	27,4	202,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,6	12	2,7	3,4	0	42,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		8,9	36,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			9,4	10,0	58,6	363,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40		1,2	2,4	2,3	35,5
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	53,1	37,2	1,2	0,1	2,3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СУП-ПЮРЕ ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	150		9,0	7,3	15,1	162,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	30	29,85	6,7	0,5	14	86,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	18	15,3	2,1	4,9	0	53,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170		8,9	18,8	19,4	282,8
КАРТОФЕЛЬ	165,71	116	2,2	0,5	18,3	86,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	55	46,75	6,5	15,1	0	161,9
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0,5
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			21,4	28,8	60,3	587,1
Полдник						
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ		60	3,3	4,2	26,5	158,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ИЗЮМ	5	5	0,1	0	3,2	13,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			8,3	8,6	34,8	252,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,6	47,5	163,8	1 246,3

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	150		4,6	6,5	21,4	162,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,3	4,5	49,8
КРУПА МАННАЯ	19	19	1,9	0,2	13	60,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		1,7	1,3	12,1	65,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
			8,9	12,9	51,5	357,2
II Завтрак						
СНЕЖОК	150		3,8	3,7	16,0	112,0
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	3,8	3,7	16	112,0
			3,8	3,7	16,0	112,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40		0,4	1,9	1,2	24,7
ПОМИДОРЫ	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8	0,2	0	0,5	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150		1,7	2,6	10,4	74,7
СВЕКЛА	30	23,25	0,3	0	1,9	9,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
МОРКОВЬ	6,7	5,2	0,1	0	0,4	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,7	5,6	0,1	0	0,5	2,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ТУШКА ЦБ	20	14,4	0	0	0	0,0
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	120		4,6	5,2	20,9	148,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	38	37,62	4,6	1,2	20,9	112,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30		1,1	2,4	2,8	36,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	12,6	53,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ШИПОВНИК	18	18	0,3	0,1	3,9	19,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ		60	0,8	1,1	4,8	32,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ТУШКА ЦБ	80	57,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
			10,9	13,6	65,4	432,6
Полдник						
САЛАТ ОВОЩНОЙ		110	1,8	3,9	9,5	80,9
КАРТОФЕЛЬ	60,5	42,4	0,8	0,2	6,7	31,6
МОРКОВЬ	20,2	15,6	0,2	0	1,1	5,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	22	22	0,2	0	0,4	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,7	0	33,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,6	3,9	0,1	0	0,3	1,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	24,8	16,1	0,5	0	1	6,2
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,9	36,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			4,5	4,9	36,4	208,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			28,1	35,1	169,3	1 110,4

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		0,1		9,2	37,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5		6,3	9,8	18,0	186,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	18	16,36	3,7	4,7	0	57,8
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150		4,9	5,2	22,9	158,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ПШЕНО	22	21,78	2,4	0,6	14,8	74,4
			11,3	15,0	50,1	382,9
II Завтрак						
БАНАН	100		1,3	0,4	17,1	78,2
БАНАН	120	84	1,3	0,4	17,1	78,2
			1,3	0,4	17,1	78,2
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150/8		3,6	7,5	11,8	132,7
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,7	4,1	0	44,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40		0,7	1,9	3,7	36,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,5	4,3	16,2	112,8
КАРТОФЕЛЬ	136,5	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,2	18,4	0,5	0,5	0,9	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180				8,7	34,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ	15	15	0	0	0	0,0

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ		80	0,5	1,6	4,8	35,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
РЫБА	70	70	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
			9,3	15,6	57,9	413,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННОЙ		80	20,5	5,3	18,8	207,5
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	85	85	18,1	0,5	2,7	90,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			25,5	9,7	27,1	301,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,4	40,7	152,2	1 176,4

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,4	2,1	12,5	79,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180		4,7	6,9	27,8	193,2
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
			9,7	14,1	58,3	401,8
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	160		4,4	3,9	7,0	87,7
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,4	3,9	7	87,7
			4,4	3,9	7,0	87,7
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		0,5	1,9	2,6	30,7
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	13,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП ДОМАШНИЙ С МЯСОМ	150		3,7	7,1	11,0	123,0
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
СВИНИНА МЯСНАЯ	18	15,3	2,1	4,9	0	53,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,4	16,4
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА	60		7,6	16,4	4,4	196,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	55	46,75	6,5	15,1	0	161,9
СЛОЖНЫЙ ГАРНИР	120		3,1	3,9	18,5	121,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАРТОФЕЛЬ	110	77	1,5	0,3	12,2	57,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ		180	0,2	0,1	11,8	49,9
АПЕЛЬСИН	40	26,8	0,2	0,1	2,1	11,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			17,1	29,7	61,0	582,3
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		80	7,1	9,9	2,1	126,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,2 шт.	48,3	5,9	5,4	0,3	73,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/5	0,1		8,9	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			9,5	10,8	26,4	241,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,7	58,5	152,7	1 313,0

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		0,1		9,2	37,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150		4,6	5,7	19,4	147,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ГЕРКУЛЕС	18	18	2,1	1,1	10,8	61,5
			7,3	10,8	46,6	314,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8		4,9	4,4	10,0	102,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	25	16,75	3,3	1,1	0	22,8
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	50/30		8,7	21,1	2,7	236,7
СВИНИНА МЯСНАЯ	70	59,5	8,2	19,2	0	206,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,3	4,0	16,6	112,2
КАРТОФЕЛЬ	144	100,8	1,9	0,4	15,9	75,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		180	0,1	0,1	27,1	106,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0	0	5,4	21,8
ВАРЕНЬЕ	18	18	0,1	0,1	13	50,2
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,5	1,9	3,1	32,2
СВЕКЛА	46,7	36,2	0,5	0	3,1	14,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
			18,5	31,8	72,2	651,5
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	8,3	5,2	28,7	195,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34	34	3,6	0,4	23,1	110,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	20	20	4,3	0,1	0,7	21,3
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
			13,3	9,6	37,0	289,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,5	52,6	165,6	1 302,6

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		10,0	40,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		4,8	5,3	21,9	155,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,6	2,2	4,3	48,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
			7,2	8,2	54,2	321,2
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
			0,5	0,1	9,8	41,7
Обед						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СУП ФАСОЛЕВЫЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150		6,5	7,9	16,4	166,9
ФАСОЛЬ	15	15	3,1	0,3	6,9	43,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	41,3	28,9	0,6	0,1	4,6	21,6
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,3	0	3,6	16,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	18	15,3	2,1	4,9	0	53,0
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,2	1,1	0,3	15,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	190		8,9	19,6	14,9	274,3
КАРТОФЕЛЬ	108,6	76	1,5	0,3	12	56,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54,3	43,4	0,8	0	1,9	11,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0

МОРКОВЬ	4,5	3,3	0	0	0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,5	3,8	0,1	0	0,3	1,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
СВИНИНА МЯСНАЯ	54,3	46,1	6,4	14,9	0	159,7
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,0	2,0	2,8	33,3
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	46,7	32,7	1	0,1	2	12,7
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
			18,4	29,8	55,5	570,5
Полдник						
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ		60	3,3	3,9	23,6	143,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ИЗЮМ	5	5	0,1	0	3,2	13,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			8,3	8,3	31,9	238,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,4	46,4	151,4	1 171,5

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	150/5		4,4	5,6	21,1	152,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
КРУПА МАННАЯ	19	19	1,9	0,2	13	60,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		1,3	1,0	11,0	58,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			8,3	11,7	50,1	339,6
II Завтрак						
СНЕЖОК	160		4,1	3,9	17,1	119,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,1	3,9	17,1	119,5
			4,1	3,9	17,1	119,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40		0,4	1,9	1,4	25,5
ПОМИДОРЫ	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	15,05	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/8		1,6	4,2	6,5	74,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,5	42	0,8	0	1,9	11,4
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	30	21	0,4	0,1	3,3	15,7
ТУШКА ЦБ	20	14,4	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60		0,8	1,1	4,8	32,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ТУШКА ЦБ	80	57,6	0	0	0	0,0

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
РИС ОТВАРНОЙ		120	2,5	4,4	27,0	157,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КРУПА РИСОВАЯ	38	37,62	2,5	0,4	27	121,5
КОМПОТ ИЗ ЯГОД		180			8,7	34,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ	15	15	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ		30	1,0	0,5	3,0	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	5	3,88	0,1	0	0,3	1,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
			8,3	12,4	64,1	406,1
Полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		120	1,8	4,0	10,0	83,7
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
МОРКОВЬ	30	23,25	0,3	0	1,6	7,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,9	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			4,5	5,0	36,9	211,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,2	33,0	168,2	1 076,6

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/18		6,3	9,8	18,0	186,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	18	16,36	3,7	4,7	0	57,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		0,1		9,2	37,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	150		4,9	6,1	22,3	163,4
ПШЕНО	7,5	7,4	0,9	0,2	5	25,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,6	2,2	4,3	48,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	7,5	7,4	0,9	0,2	4,1	22,1
КРУПА РИСОВАЯ	6,7	6,6	0,5	0,1	4,8	21,3
			11,3	15,9	49,5	387,6
II Завтрак						
БАНАН	100		1,2	0,4	16,2	73,9
БАНАН	110	77	1,2	0,4	16,2	73,9
			1,2	0,4	16,2	73,9
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40		0,8	1,9	3,3	35,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	5	3,88	0,1	0	0,3	1,4
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	38	38	0,7	0	1,1	8,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,8	5,0	19,5	133,6
КАРТОФЕЛЬ	168	117,6	2,3	0,5	18,6	87,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70		2,2	3,3	5,3	58,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РЫБА	80	80	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	6,72	0,9	0,8	0	10,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8	0,6	0,2	4	20,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5

КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	12,0	50,7
ШИПОВНИК	15	15	0,2	0,1	3,3	15,9
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ		150	3,7	8,2	9,3	129,3
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	18	15,3	2,1	4,9	0	53,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			11,7	18,8	62,1	468,7
Полдник						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ		100/20	20,3	3,7	22,0	202,7
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	90	90	19,2	0,5	2,9	96,0
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			25,3	8,1	30,3	297,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,5	43,2	158,1	1 227,2

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	180/5		4,0	6,4	24,7	173,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	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
КРУПА РИСОВАЯ	22	21,78	1,5	0,2	15,6	70,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,4	2,1	12,5	79,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/16		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			9,0	13,6	55,2	381,7
II Завтрак						
ЙОГУРТ	160		4,4	3,9	7,0	87,7
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	160	160	4,4	3,9	7	87,7
			4,4	3,9	7,0	87,7
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		0,5	1,9	2,5	30,5
МОРКОВЬ	49,55	38,4	0,5	0	2,5	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		4,0	7,8	8,9	121,7
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СВИНИНА МЯСНАЯ	20	17	2,3	5,5	0	58,9
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,4	16,4
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА	60		7,7	17,4	7,5	216,9
СВИНИНА МЯСНАЯ	55	46,75	6,5	15,1	0	161,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		2,8	4,1	10,2	91,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	178	142,4	2,5	0,1	6,5	38,7

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОРКОВЬ	9,6	7,4	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ		180	0,2	0,1	11,8	49,9
АПЕЛЬСИН	40	26,8	0,2	0,1	2,1	11,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			17,2	31,6	53,6	571,8
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		80/5	6,1	8,9	2,1	112,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,0	32,1
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
			8,8	9,9	28,1	236,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,4	59,0	143,9	1 277,7

МЕНЮ

Ясли 10.5 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		2,6	5,1	18,0	129,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	150		4,9	6,4	23,5	170,9
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,5	0,1	5,4	24,3
ПШЕНО	7,5	7,5	0,9	0,2	5,1	25,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8	7,92	1	0,3	4,4	23,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		0,1		9,2	37,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			7,6	11,5	50,7	337,3
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,2	44,1
ЯБЛОКИ	110	96,8	0,4	0,4	9,2	44,1
			0,4	0,4	9,2	44,1
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,6	1,9	3,2	33,0
СВЕКЛА	49,03	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8		4,6	4,4	11,1	104,7
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	22	14,74	2,9	1	0	20,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120		4,3	4,5	27,4	167,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	180		0,1		23,2	91,0
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2

ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ		50/30	13,4	4,6	2,6	121,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80	74,4	12,9	2,7	0	91,7
МОРКОВЬ	5	3,88	0,1	0	0,3	1,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			25,0	15,7	80,2	579,2
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	10,4	5,3	28,9	206,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34	34	3,6	0,4	23,1	110,2
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	30	30	6,4	0,2	1	32,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			15,4	9,7	37,2	300,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,4	37,3	177,3	1 261,2

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 239564588237167604692681941402602000088068307138

Владелец Мальчук Ирина Геннадиевна

Действителен с 20.09.2022 по 20.09.2023