

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша пшенная молочная с маслом, сахаром	150		5,9	6,7	26,1	189,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ПШЕНО	25	24,75	2,7	0,7	16,9	84,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		3,3	2,8	9,7	78,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
			11,5	15,4	51,2	390,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,3		16,5	68,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,3	0	16,5	68,0
			0,3		16,5	68,0
Обед						
Бульон куриный с гренками	150		4,9	7,2	7,2	113,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	12	12	0,9	0,4	5,8	30,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,4	3,8	21,5	134,1
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ кураги и чернослива с сахаром	150		0,3		16,3	67,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4	4	0,2	0	1,9	9,0
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ГУЛЯШ из кур	50/50		6,7	8,1	3,8	116,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
			17,6	19,4	63,6	503,0
Полдник						
"ПЛЮШКА"	50		4,6	4,8	26,2	165,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
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	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150		4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			8,9	8,5	33,2	243,6
Ужин						
КУКУРУЗА СЛАДКАЯ ОТВАРНАЯ	40		1,2	0,1	2,5	15,5
КУКУРУЗА СЛАДКАЯ КОНСЕРВЫ	61,5	40	1,2	0,1	2,5	15,5
ПЛОВ ИЗ курицы	150		8,4	10,5	26,9	236,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			11,9	11,5	48,7	345,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,2	54,8	213,2	1 551,3

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша Дружба молочная с маслом, сахаром	150		5,5	6,5	26,5	187,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
КАКАО НА МОЛОКЕ с сахаром	170		3,3	2,9	9,3	77,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			11,1	15,3	51,2	388,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	44,7
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			0,4	0,4	9,3	44,7
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с зеленым горошком	150		6,1	6,2	16,1	145,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,7	0,4	13,9	65,4
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	5,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50		7,9	11,1	4,5	150,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52,78	38	6,7	6,8	0	87,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ с маслом	110		2,8	4,4	8,4	87,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ изюма и чернослива с сахаром	150		0,2		16,9	69,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,6	22,1	62,9	534,7
Полдник						
"Гребешок"	50		4,6	4,8	26,2	165,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
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	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
БИОЙОГУРТ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7 %	150		4,2	3,8	6,8	84,8
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,2	3,8	6,8	84,8
			8,8	8,6	33,0	249,8
Ужин						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150		28,8	17,0	23,4	365,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	140	140	24,4	12,2	4,1	229,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КИСЕЛЬ	40		0,2		5,1	21,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	30	30	0,2	0	2,9	12,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38	0	0	0	0,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	3	3	0	0	2,2	9,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			31,3	17,9	47,8	481,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,2	64,3	204,2	1 698,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		5,4	6,3	22,2	167,8
КРУПА ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		3,3	2,8	9,7	78,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			11,0	15,0	47,3	369,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
БОРЩ на мясо-костном бульоне	150		6,6	7,1	9,4	132,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
СВЕКЛА	75	58,13	0,9	0,1	4,9	23,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,5	15,2
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ с мясом, маслом	160		10,2	11,1	22,8	233,3
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85,7
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ кураги и чернослива с сахаром	150		0,3		16,3	67,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4	4	0,2	0	1,9	9,0
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			19,4	18,5	63,3	505,1
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА с яйцом	50		8,7	8,8	22,5	205,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,8	25,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ САХАРОМ	150		3,2	2,8	8,5	73,0
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			11,9	11,6	31,0	278,0
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с сахаром, сметаной	170/20		28,2	19,7	17,3	372,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	140	140	24,4	12,2	4,1	229,5
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			30,5	20,6	36,6	466,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,3	65,8	188,1	1 661,9

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	150		6,2	6,8	22,9	178,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	25	24,75	3	0,8	13,7	73,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			10,8	15,7	42,2	354,0
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	95		1,4	0,5	20,0	91,2
БАНАН	135,71	95	1,4	0,5	20	91,2
			1,4	0,5	20,0	91,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150		5,9	6,2	17,4	150,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАРТОФЕЛЬ	145	101,5	1,9	0,4	16	75,9
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
АЗУ из кур	50		6,5	7,7	4,3	114,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,8
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		3,8	2,9	24,0	136,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ кураги и чернослива с сахаром	150		0,3		16,3	67,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4	4	0,2	0	1,9	9,0
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			18,8	17,1	76,8	541,2
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ	180				4,0	16,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
ЛИМОН	5	3	0	0	0,1	1,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ со сгущенным молоком	20/20		2,9	2,2	21,1	116,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
			2,9	2,2	25,1	132,5
Ужин						
Гороховое пюре с яйцом	140/50		16,0	8,2	23,5	231,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	50	49,75	11,1	0,8	23,2	144,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			18,3	9,1	42,8	325,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,2	44,6	206,9	1 444,8

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,7	6,2	19,5	152,6
КРУПА ГЕРКУЛЕС	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		3,3	2,8	9,7	78,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72,5	72,5	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			10,3	14,9	44,6	354,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ на мясо- костном бульоне со СМЕТАНОЙ	150		6,3	6,9	12,5	139,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60	1,1	0,1	2,7	16,3
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ в соусе	70		15,0	7,2	9,5	163,4
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	95	63,65	12,6	4	0	86,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1

МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
РИС ОТВАРНОЙ с маслом	110		2,3	2,7	24,8	133,6
КРУПА РИСОВАЯ	35	34,65	2,3	0,3	24,8	111,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ изюма и чернослива с сахаром	150		0,2		16,9	69,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			26,1	17,1	78,5	577,6
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ с МАРМЕЛАДОМ	20/50		1,6	2,0	53,4	239,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
МАРМЕЛАД ЖЕЛЕЙНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	50	0,1	0	38,5	155,7
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			6,8	6,5	60,6	334,5
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	3,5	3,0	46,2
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42,1	40	0,8	3,5	3	46,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		10,3	11,5	5,1	166,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			13,4	15,9	27,4	306,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,1	54,5	221,0	1 615,8

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,8	6,2	27,0	184,6
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170		3,3	2,8	9,7	78,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			10,4	14,9	52,1	386,3
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100		0,3		16,5	68,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	100	0,3	0	16,5	68,0
			0,3		16,5	68,0
Обед						
Лапша молочная	150		4,3	5,3	15,1	126,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,9	32,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ, маслом	160		8,6	10,6	22,8	222,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ изюма и чернослива с лимоном, сахаром	150		0,3		17,1	71,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4

САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			15,5	16,2	69,8	491,8
Полдник						
Булочка "Детская"		50	4,6	4,8	26,2	165,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
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	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			8,9	8,5	33,2	243,6
Ужин						
ЧАЙ С САХАРОМ		180			3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
Солянка овощная		180	6,4	10,1	4,4	136,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	3	2,97	0,2	0	2,1	9,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			8,7	11,0	23,7	230,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,8	50,6	195,3	1 420,3

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4,7	6,2	19,5	152,6
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО НА МОЛОКЕ С САХАРОМ	170		3,3	2,9	9,3	77,1
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			10,3	15,0	44,2	353,2
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,86	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150		6,1	5,6	14,3	132,4
СВЕКЛА	75	58,13	0,9	0,1	4,9	23,7
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,9	3,4	0	46,1
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
Котлета мясная в соусе	50		6,9	9,2	4,5	129,8
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ		50	0,6	1,8	3,6	34,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25	0	1,8	0	16,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2	1,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ		110	4,3	3,5	19,2	125,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	35	34,65	4,3	1,1	19,2	103,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
			20,2	20,4	56,4	493,3
Полдник						
"Гребешок"		50	4,6	4,8	26,2	165,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
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	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
РЯЖЕНКА		150	4,5	1,5	6,3	60,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	154,5	150	4,4	3,8	6,3	81,0
			9,1	6,3	32,5	225,0
Ужин						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		40	1,2	0,1	2,5	15,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	61,5	40	1,2	0,1	2,5	15,5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом		150	2,6	2,9	21,0	121,0
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180			3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			6,1	3,9	42,8	230,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,2	46,1	196,9	1 398,1

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130		24,3	15,9	16,0	306,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	120	120	21	10,5	3,5	196,7
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
СМЕТАНА	18		0,4	4,4	0,6	43,7
СМЕТАНА 25% ЖИРНОСТИ	18	18	0,4	4,4	0,6	43,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		3,3	2,8	9,7	78,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			30,3	29,0	41,7	552,1
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ на мясо-костном бульоне со СМЕТАНОЙ	150		6,2	6,3	6,6	111,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125	100	1,7	0,1	4,6	27,2
ФАСОЛЬ КОНСЕРВЫ	20	14	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ из печени	50		8,4	3,5	3,8	91,3
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	48	44,64	7,8	1,6	0	55,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0

МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
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	150		3,4	3,8	21,5	134,1
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ изюма и чернослива с сахаром	150		0,2		16,9	69,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			20,5	13,9	63,6	478,0
Полдник						
"ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ"	50		9,0	7,0	27,0	206,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
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	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
Творог 9% жирности	25	25	4,4	2,2	0,8	41,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ САХАРОМ	150		3,2	2,8	9,2	75,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			12,2	9,8	36,2	281,7
Ужин						
Каша пшенная молочная с маслом, сахаром	150		5,9	6,7	26,1	189,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ПШЕНО	25	24,75	2,7	0,7	16,9	84,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50		4,9	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			13,1	12,1	45,7	344,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,6	64,9	197,1	1 699,4

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная с маслом, сахаром	150		5,6	7,2	21,2	173,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАКАО НА МОЛОКЕ с сахаром	170		3,3	2,9	9,3	77,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
КАКАО-ПОРОШОК	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
			11,2	16,0	45,9	373,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	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						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150		5,9	6,9	15,5	150,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,2	9	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
РАГУ ОВОЩНОЕ	160		8,9	10,5	15,8	193,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	19,6
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,7	26,7	0	0	0	0,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОМПОТ ИЗ изюма и кураги с лимоном, сахаром	150		0,5		16,8	70,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5	5	0,3	0	2,5	11,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
			17,6	17,7	62,9	486,3
Полдник						
ВАФЛИ С МАРМЕЛАДОМ	20		0,6	0,7	30,9	133,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
МАРМЕЛАД ЖЕЛЕЙНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	20	0	0	15,4	62,3
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			5,8	5,2	38,1	228,5
Ужин						
МОРКОВНО-РИСОВЫЙ ПУДИНГ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/20		5,7	6,4	35,0	219,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,7	90,7	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	80	62	0,8	0,1	4,2	21,0
КРУПА РИСОВАЯ	35	34,65	2,3	0,3	24,8	111,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ	20	20	1,3	1,6	2	26,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180				3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			8,0	7,3	54,3	313,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,0	46,6	211,0	1 449,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Вермишель в молоке	150		5,3	6,3	22,9	170,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	115	115	3,2	2,8	5,3	60,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		9,9	39,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6			5,0		44,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
			7,7	12,2	48,2	333,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	9,9	43,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150		10,2	6,5	24,6	197,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,7	0,4	13,9	65,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,5	0,3	9,3	57,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОТЕ РЫБНОЕ	160		17,0	9,6	23,7	248,2
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	95	63,65	12,6	4	0	86,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35	1	0,9	1,6	18,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ изюма и чернослива с лимоном, сахаром	150		0,3		17,1	71,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,8	12,4
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122	122	0	0	0	0,0

ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			29,8	16,4	80,2	589,0
Полдник						
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,5	4,4		54,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,1	15	3,5	4,4	0	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	0,1		4,4	18,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
			6,6	5,6	25,0	177,4
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)		40	0,8	3,5	3,0	46,2
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	42,1	40	0,8	3,5	3	46,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	10,3	11,5	5,1	166,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180			3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175,7	175,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,003	0,003	0	0	0	0,0
			13,4	15,9	27,4	306,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,0	50,2	190,7	1 449,5