

Утверждаю

Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

1 неделя (весна-лето)

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ № 205	130/3	150/5	6,68	4,36	27,25	0	203,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30/50	30/50	6,7	0,8	43,1		166,5
СОЛЬ	1,89	1,89	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	378	378	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3/5	0	2,4	0		37,4
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213		20	5,1	4,6	1,9		63,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (ШТ)	0,5	20	5,1	4,6	1,9		63,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 392		180/6/8			9,7	0,03	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,2	37,2	0	0	0		0,0
МОЛОКО	90/100	90/100	2,80	3,20	4,70		58,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 01		20/30/ 5	1,23	3,78	7,31	0	68,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20/30	20/30	2,3	3,0	22,86		121,80
МАСЛО СЛАДКО_ СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5					
			14,08	8,7	11,98	0,03	426,9
II Завтрак							
СОК фруктовый № 399		100	0,8	0,2	15,8	3	73,6
СОК фруктовый	100	100	0,8	0,2	16,2		73,6
			0,8	0,2	15,8	3	73,6
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ № 93		30/40	0,6	2,36	3,86	4,8	39,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ № 58		150/200	1,9	4,95	11,95	6,83	100,0
КУРЫ ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	26,7	20	3,5	3,6	0		46,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0		0,0
СВЕКЛА	40	31	0,56	0	0,72		15,36
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8		3,4
КАРТОФЕЛЬ	40,0	40,0	0,7	0	6,9		29,05
МОРКОВЬ	15,0	12,0	0,1	0	0,7		3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,0	10,1	0,1	0	0,7		3,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,2	0	0,7		3,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0

КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ № 305		60/70	12,0	12,32	10,08	0	200,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	110,0	93,6	14	14,1	0		182,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10	10	1	0,1	6,3		29,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19	19	0,6	0,7	1		12,2
ЯЙЦО ДИЕТИЧЕСКОЕ	10	10	0,6	0,5	0,3		8,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	2,4	0		21,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	7	0	2,9	0		26,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 321		120/150	3,06	4,8	20,44	14,06	137,0
КАРТОФЕЛЬ	150/180	12/150,7	2,3	0	26,9		89,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30,0	30,0	0,7	0,8	1,1		13,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2/3	2/3	0	2,4	0		21,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ № 376		150	0,4	0,02	24,99	0,36	102,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0		0,5
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	14		55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		48	3,1	0,4	19,7	0	95,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	48	3,1	0,4	19,7		95,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			29,0	34,8	86,2	57,04	673,9
Полдник							
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		80/100	6,5	9,90	30,7	1,31	249,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,0	44,0	4,4	0,5	28,2		91,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4	0,5	0,6	0,5	0,3		7,9
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	2,4		11,7
КАПУСТА	38,0	36,0	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,0	5,0	0	2,4	0		21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ(ШТ)	1/12шт	0,3	0,3	0,2	0,1		4,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,0	4,0	0	3	0		27,0
КЕФИР № 401		150/180	5,8	5,0	8,0		100,0
КЕФИР	180	180	5,8	5,0	8,0		7
			12,3	14,9	38,7		349,0
Ужин							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ № 185		150/200/	9,95	9,67	40,15	2,4	287,4
КРУПА ПШЕННАЯ	20,0	20,0	2	0,3	21,9		98,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,8	5,2	7,7		97,8
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	4,9		19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	2,4	0		21,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 395		180/200	1,5	1,3	22,4	1,17	106,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7		8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	10,0	10,0	0	0	10,8		43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	2,8	3,1	4,6		58,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			9,8	9,3	66,9	3,24	440,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,4	62,0	277,6	70,78	1400/1805

Утверждаю

Заведующий

Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Витамин С	Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ № 168	150/200		11,08	9,83	40,42	2.18	287,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20/25.0	20/25.0	6	1,6	27,5		147,9
МОЛОКО ПАСТЕРИЛИЗОВАННОЕ 3.2% ЖИРНОСТИ	12/150	120/150	11,8	14,1	91,6		104,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0		0,0
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3,0	3,0	0	0	4,9		19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36,3
КАКАО С МОЛОКОМ № 397	180		3,0	3,1	14,0	1.43	96,7
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2		5,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1		52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8.0	6/8	0	0	9,7		38,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №01	20/30/5		1,23	5,84	14,43	0.11	105,5
МАСЛО СЛАДКО_ СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20/30	20/30	2,49	0,39	14,43		68,10
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ № 213	20	20	5,1	4,6	1,9		63,0
			31,6	36,0	153,4	3.72	552,2
II Завтрак							
СОК фруктовый № 399	100		0,8	0,2	15,8	3	73,6
СОК фруктовый	100	100	0,8	0,2	15,8		73,6
			0,5		15,8	3	73,6
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ № 33	30/40		2,8	11,7	4,2	4.75	134,4
СВЕКЛА	73	56,5	0,8	0,1	4,9		23,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,	3,	0	3,6	0		32,4
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/200		2,15	2,27	13,71	6.6	84
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	30/40	20/30	1,2	0,2	9,5		44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5/8	5/8	0,9	0,1	5,4		26,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6		2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8	0,1	0	0,7		3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0		34,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20,16	0,3	0	1,6		8,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ № 132	180/200		3,8	6,2	107,6	24.99	194,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170/190	140,0/150,0	2,9	0,2	7,5		44,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛИВОЧНО	3/5	3/5	0,03	4,1	0,05		52,3
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5	0,2	0	0,6		3,2

МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5		2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9		4,4
ГОВЯДИНА б/к	60/70	60/70	11,3	9,80	2		113,7
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА № 398		150			9,7	90,0	79,7
ШИПОВНИК	15	15	0,61	0,250	18,67		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,67	166,67	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		50	3,2	0,4	20,6	0	98,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,2	0,4	20,6		98,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			26,0	31,9	65,7	11,47	656,3
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ № 003		20/50	3,0	3,9	29,8	0	203,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3	3,9	29,8		166,8
КЕФИР № 401		150/200	6,1	5,3	10,1	2,73	82,0
КЕФИР	200	200	5,6	6,2	9,1		116,4
			9,1	9,2	39,9	2,73	285,0
Ужин							
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) № 255		60/80	8,3	3,4	4,3	0,34	81,9
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	93	46,5	7,2	0,4	0		32,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,5	0	3,4		16,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9		11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0		0,0
ГОРОШНИЦА (ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ)		135/145	16,0	3,5	33,5	229,5	114,7
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	40/50	40/50	16	1,1	33,5	207,8	44,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0	52,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0		20,1
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5		2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9		4,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2		9,7
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3		0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,8		0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,67		0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8		0	0	9,7		38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002	20		0,8	0,1	5,0	0	23,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20		0,8	0,1	5		23,7
			12,9	9,7	126,6	25,36	259,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,1	86,8	391,2	46,28	1400/1800



Утверждаю
Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ № 70	150/200		9,39	8,41	43,52	2,18	279
КРУПА МАННАЯ	20/25	20/25,0	4,5	0,5	26,1		126,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	5	5,6	8,2		104,8
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3,0	3,0	0	0	3,8		14,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36,3
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	180				9,7	0,03	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,8	37,8	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	20/30/5		2,3	4,3	15,1	0	105,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20/30	20/30	2,3	0,2	15,1		71,0
			11,8	14,4	62,9	2,21	429,5
II Завтрак							
ЯБЛОКО № 399	100		0,6	0,6	15,7	15,0	47
	100	100	0,6	0,6			47,0
			0,6	0,6		15,0	47,0
Обед							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	25						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ № 66	150/200		5,7	8,3	7,4	16,03	129,1
ГОВЯДИНА н/к	25	22,5	4,1	3,5			47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0			0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8		10,9
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,42	0,	4,14		17,49
МОРКОВЬ	12,6	9,8	0,1	0	0,7		3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7		3,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2		1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0		34,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2		10,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ, МЯСОМ	150/180		10,6	11,8	23,5	3,8	236,3
МЯСО ГОВЯДИНА	60/70	60/72	9,7	8,3	0		86,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,0	3,0	0	4	0		36,3

Масло подсолнечное для смазывания противня	2,0	16	0,2	0	0,9		0,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8		3,7
МОЛОКО СТЕТИЛИЗОВАННОЕ	30	30	0,6	2,50	2,8	4,1	52,4
КАРТОФЕЛЬ	30/40	110/130	2,1	0,5	22,7		147,1
СОЛЬ	0,2	0,2	0	0	0		0,0
			0	0	0		0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ № 376		150	0,5	0,1	28,5	0,36	117,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	14		55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		46	2,9	0,4	18,9	0	91,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	46	2,9	0,4	18,9		91,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		62	4,7	0,4	31,1	0	146,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	62	62	4,7	0,4	31,1		146,8
			28,0	25,6	125,9		850,1
Полдник							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ № 460	70/80		3,54	6,57	27,87	0	181,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	33/44,0	33/44,0	3,6	0,4	23,5		62,1
САХАР ПЕСОК	3/5,0	3/5,0	0	0	1,7		7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,0	3,0	0	1,6			14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	5,0	5,0	0,3	0,2			3,1
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	22,0	22,0	5	5,6	8,2		14,8
САХАР ПЕСОК	3,0	3,0	0	0	2,9		11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,0	2,0	0	0,2			2,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,0	2,0	0	4	0		30,6
КЕФИР № 401	150/200		5,0	4,4	7,0	1,4	92,5
КЕФИР	150/200	150/200	5	4,4	7,0		92,5
						1,4	273,0
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА № 237	120/150/30		17,1	8,2	40,6		273,6
КРУПА РИСОВАЯ	6/8	6/8,0	0,7	0,1	27,9		133,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	30/40	30/40	4,8	5,2	7,8		98,9
ТВОРОГ 9%	80/105,0	78/102,0	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3/5	3/5	0	0	4,9		19,4
ЯЙЦО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ	10,0	10,0					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,0	3,0	0	2,4	0		21,7
КАКАО С МОЛОКОМ № 397	180/200		2,6	2,3	22,3	1,43	120,6
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,5	0,3	0,2		5,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,1	3,4	5		64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7		38,7
			27,0	18,9	41,9	1,74	296,0
ЯБЛОКО № 399			0,6	0,6	15,7	15,0	75,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,2	61,6	282,6	59,94	1400/1805,2

Утверждаю

Заведующий

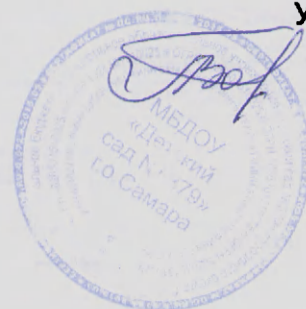
Борщук А.В.

Ясли /Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	20/30/ 3/5		2,3	4,3	15.1	0	105,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20/30	20/30	2,3	0,2	15.1		71,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ № 168	150/200		7.96	8,41	45.04	2.18	288,0
КРУПА РИСОВАЯ	20/25.0	20/25.0	2	0,3	21.9		98.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	4,8	5,2	7.7		97.8
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3	5	0	0	4.9		19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 395	180		1,4	1,2	20.1	1.17	96,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1.6		7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9.7		38.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4.1		52.4
			8,7	13,6	63.1	3.35	409,7
II Завтрак							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	100	0,3	22.0		92.7	92,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8.4		49,6
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9.7		38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			100	100	0	0	0
							92,7
ОГУРЕЦ (СВЕЖИЙ ,СОЛЕННЫЙ)	20/30		1,68	2,69	9.71	4.6	4.17.
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150/200		5.62	8.69	6.4	12.7	86,0
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	50/60	40/50	0,7	0,1	5.9		27,9
МОРКОВЬ	20	15,	0,1	0	0.5		2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,	0,1	0	0.7		3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10.0	10.0	0,7	0,1	4.2		20,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/12 шт.	1/12	0,2	0,2	0		2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,7	9,7	0	0	0		0,0
СОЛЬ	0,2	0,2	0	0	0		0,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА	150/180		10,6	11,1	30.9	1.2	231,3
КРУПА РИСОВАЯ	30/4.0	30/40	2.5	2.8	4.1		52.4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60/70	60/70	9.7	8,5	0		114.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36,3

КМОРКОВЬ	20,0	16,0	2,8	0,6	22,6		106,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	7,00	0,2	0	0,9		4,4
НАПИТОК № 393		150	0,2		23,1	2,83	94,5
КЛЮКВА	14,4	14,4	0,1	0	0,4		4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	21		83,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		50	3,6	0,5	23,0		110,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	56	3,6	0,5	23		110,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		25	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,5	0,1	10		47,4
			20,9	19,2	86,7	11,23	605,2
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ № 003		30/50	3,0	3,9	29,8	0	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30/50	30/50	3	3,9	29,8		166,8
КЕФИР № 401		150/200	5,1	4,3	7,1	1,4	92,5
КЕФИР	150/200	150/200	5,1	4,3	7,1		116,4
			5,1	4,3	7,1	1,4	279,7
Ужин							
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ № 249		110/140	12,6	6,0	3,3	0,6	117,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	114	57	8,8	0,5	0		39,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,4	0	2,6		12,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,0	3,1	2,8	0,2		38,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	0,3	0,3	0,5		5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
СВЕКЛЫ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ № 339		80/100	1,4	2,3	9,5	3,8	64,6
СВЕКЛА	126	95,5	0,8	0,1	4,9		23,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,2	1,2					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,2	1,2	0,1	0	1,2		12,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	3,6	0		32,4
САХАР	1,5	1,5	0	0		0,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 002		27	2,8	0,2	18,6	0	87,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	27	27	2,8	0,2	18,6		87,6
ЧАЙ С САХАРОМ № 392		180/200			9,7		38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,03	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,67	166,67	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8,0	6/8,0	0	0	9,7		38,7
			18,2	17,9	35,8	5,38	378,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,6	60,6	243,1	37,69	1400/1 809,5



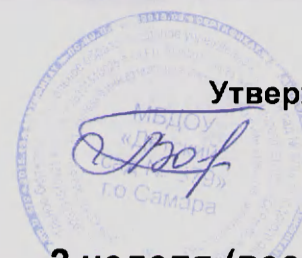
Утверждаю
Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА № 80	130/150/30		17,9	14,7	17.1	0.24	193,51
КРУПА МАННАЯ	6/8,0	6/88.0	3,1	0,3	21		98,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	30/40	30/40	4.8	5,2	.8		98,9
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	90/104	88/104	16.4	8.2	2.7		154.1
САХАР ПЕСОК	3/5	3/5	0	0	4.9		19.4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0.2	1.1	0.2		14.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ	10	10	0.6	0.6	0		7.4
ИЗЮМ	5	5					37.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	4.1	0		36.3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ	20/330/5		5,5	9,2	13.6	0.1	160,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	14,55	3.4	4.3	0		53,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4.1	0		37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	28	28	2,1	0,8	13.6		70,3
КАКАО С МОЛОКОМ № 397	180				9.7	1.43	38,7
КАКАО- ПОРОШОК	0,2	0,2	0,1	0	0,2		1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0		0,0
МОЛОКО	90/110	90/110	3,67	3,19	15.82		107,0
			16,4	21,7	71.0	3.61	552,3
II Завтрак							
ЯБЛОКИ № 368	100		0,6	0,6	9.8	15	47,0
			0,6	0,6	9.8	15	47,0
Обед							
ОГУРЕЦ (СВЕЖИЙ, СОЛЕННЫЙ)	20/30						0
Огурец свежий	48,0		18.6		9.7	0.84	4,17
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0.3		25,5		4.9	0.33	2.10
				0.	14.7	15	66.0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150/200		4,36	3.64	12,31	8.91	100
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	60/80	50/7,0	1,2	0,2	9.5		44.8
СОЛЬ	0.5	0.5	0	0,	0		0
МОРКОВЬ	12	8	0,1	0	0.6		2.7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4.0	4.0	0.2	1.1	0.2		14.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10/12.0	10	0,1	0	0.7		3.2
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ № 282	60/70		9.4	9.4	6.4	0	147.0
ГОВЯДИНА Б/К	70	62	8.1	7	0		95,2

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,	10	0,9	0,1	5,7		26,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19,0	19,0	0,4	0,5	0,7		8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	1,8	0		16,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,5	0,5	0,6	0,5	0,3		8,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 313	120/150		6,0	5,6	32,4	0	203,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40/50	40/50	6	1,6	27,5		147,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0		0,0
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4/6	4/6	0	4	0		36,3
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА № 398	150		0,6	0,3	23,6	90,0	79,7
ШИПОВНИК	15,0	15,0	0	0	13,9		55,6
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0	0	0		0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002	20		1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001	43		2,7	0,4	17,7	0	85,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	43	2,7	0,4	17,7		85,1
			25,2	31,7	76,9	11,5	697,4
Полдник							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ № 469	70/80		3,3	6,1	27,6	0	170,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33/44,1	33/44,1	3,4	0,4	21,7		104,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2		5,5
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3		21,2
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6		6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4	0	5,9	0,1		53,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0		1,3
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0		0,0
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0	0	0		0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0		4,4
КЕФИР № 401	150/180		4,5	3,9	6,2	1,4	92,3
КЕФИР	150/180	150/180	4,5	3,9	6,2		82,3
			7,8	10,0	33,8	1,4	260,3
Ужин							
РАГУ ОВОЩНОЕ № 57	200/230,0		2,5	3,39	9,63	5,62	84,21
КАРТОФЕЛЬ	100/120	80/100	1,2	0,2	9,5		44,8
МОЛОКО	40,0	40,0	0,4	0,5	0,7		8,6
КАПУСТА	55/70,0	35/50,0	0,4	0,7	0,8		9,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,0	2,5,0	0,1	0,7	0		3,2
МОРКОВЬ	60,0	44,0	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0		36,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 397	180		2,6	2,3	22,3	1,17	120,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0,5	0,3	9,7		38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5		64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0		0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20\30	20\30	1,8	0,1	11		54,
			20,5	17,0	39,4	1,41	258,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,9	65,9	255,0	32,92	1400/1800,



Утверждаю

Заведующий

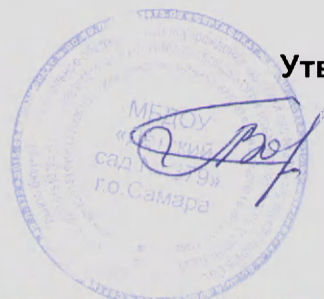
Борщук А.В.

**Ясли/ Сад 12 часов
ДЕНЬ 6**

2 неделя (весна-лето)

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С	
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ № 165	150/200		11,08	9,62	40.85	2.18	280,34
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15/25	15/25,0	6	1,6	27.5		147.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0		0.0
МОЛОКО ПАСТЕРИЛИЗОВАННОЕ 3,2%	120/150	120/150	11.8	14.1	91.6		104.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36.3
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	180				9.7		38.7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,8	37,8	0	0	0		0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0		0.0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8.0	0	0	9.7		38.7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 01	20/30/5		2,3	3.0			105,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	2.3	3.0	22.86		121.80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20/30	20/30	2,49	0.	15.1		68.10
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	20	5.1	4.6	1.9		63,0
							487.5
II Завтрак							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА № 398	100		0,6	0,3	22.0		92.7
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8.4		49.6
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9.7		38.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0		0.0
			0,6	0,3	22.0		92,7
Обед							
ОГУРЕЦ (СВЕЖИЙ СОЛЕННЫЙ)	20/30						
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	20/30	20/3.0	25,5	0	0.33		2.10
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20/3	20/30	18.60	0	0,84		4.17
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ № 81	150/200		4,39	4,21	13.05	4.65	109.4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,3	3,4	0		43.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0		0.0
КАРТОФЕЛЬ	60/70,	50/60,4	0,7	0,1	5.9		27,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	10/15,0	10/15,0	3,6	0,3	7.5		46,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,0	10	0,1	0	0.7		3,2
МОРКОВЬ	12,8	9,9	0,1	0	0.7		3,4
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0.0
СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ № 301	60/70		7,2	6,7	3.1	19.95	111,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	110,0	93,6	6,6	6,7	0		86.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5.0	5.0	0,4	0	2,5		12.0
ЯЙЦО КУРИНОЕ	10,0	10,0	0	0	0		0.0
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	20/40,0	20.40,0	0,2	0	0,6		3.2
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0.0

КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 132	120/150		3,13	5,56	14,38	24,96	120,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140/180	110/154,8	2,9	0,2	7,5		44,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,9	0		26,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3	3	0,2	0	0,6		3,2
МОРКОВЬ	20	7,75	0,1	0	0,5		2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9		4,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2		9,7
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ № 376	150		0,5	0,1	28,5		117,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	14		55,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001	46		2,9	0,4	18,9		91,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	46	2,9	0,4	18,9		91,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002	20		1,5	0,1	10,0		47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			40,1	49,7	125,2		626,7
Полдник							
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ № 454	80/100		2,3	1,1	16,1		84,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33/44,2	33/44,2	2,9	0,4	19,1		91,4
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5		5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0		11,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8	1/8	0,2	0,2	0		2,4
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0		0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,4	11,4	0	0	0		0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,32	1,32	0,1	0	0,9		4,3
КАРТОФЕЛЬ	63,5	40,5	0,6	0,1	4,9		22,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,2	9,4	0,1	0	0,8		3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0		12,2
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0		0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0		2,6
КЕФИР № 401	150/180		4,5	3,9	6,2		82,3
КЕФИР	150/180	150/180	4,5	3,9	6,2		82,3
			7,3	6,7	24,3		208,9
Ужин							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ № 168	150/200		3,49	5,21	12,50	2,18	111,19
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	20/25,0	20/25,0	3,1	0,3		21	70,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	0,2	3,1	8,2	4,6	93,1
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	1,5	4,9	39,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	4		0	29,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	180/200		2,8	3,1		14,3	96,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0		0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,4	36,4	0	0		0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	1,5	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1		4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,67	66,67	0	0		0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002	23		1,8	0,1		11,5	54,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	23	23	1,8	0,1		11,5	54,5
			10,5	11,2		52,5	283,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,8	77,8		281,2	1400/1808,6



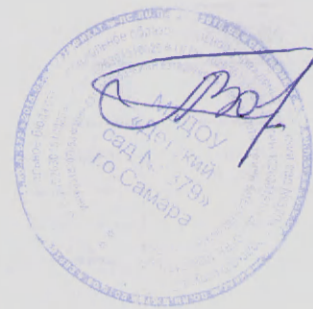
Утверждаю
Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА" № 88	150/200		3.16	5.09	13.17	0.45	221,0
КРУПА РИСОВАЯ	10/15	10/15	0,7	0,1	7.2		32.3
ПШЕНО	10/15	10/15	1,2	0,3	6.8		34.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	4,8	5.2	7.8		98,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	4	0		36,3
САХАР ПЕСОК	3.0	3.0	0	0	4.9		19,4
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0		0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	20/30/ 5		0	4	0		105,0
МАСЛО	5	5	0	4	0		36.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20/30	20/30	2.49	0,	15.1		68,10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 395	180		1,4	1,2	20.1	1.17	96.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1.6		7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9.7		38.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4.1		52,4
			10,4	15,1	61.9	1.62	439,45
II Завтрак							
ЯБЛОКО № 368	100		0,4	0,4	9.8	15	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9.8		47,0
			0,4	0,4	9.8	15	47,0
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30/40		2,3	6,5	7.1	4.25	97,5
СВЕКЛА	40/50	35,7	0,5	0	3		14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0		31,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ № 74	150/200		5,3	7,0	13.2	5.5	137,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,4	2,9	0		39,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	40/50	30/40	1,2	0,2	9.5		44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6/8.0	6/8.0	0,4	0	2.6		12,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0.6		2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0.3		1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	16.67	12	0,1	0	0.2		1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0		34,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ № 282	60/70		9,4	9,4	6.4	0	147,4

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60/70	52/62,0	8,1	7	0		95,2
МОЛОКО ПАСТЕР, 3,2%	19,0	19,0	0,4	0,5	0,7		8,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,92	0,2	0	0,9		4,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,0	2,0	0	2,4	0		21,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10,0	10,0	0,9	0,1	5,7		26,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,5	0,5	0,6	0,5	0,3		8,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 204	120/150	1,9	1,7	10,9	0		66,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	30/50,0	30/50,0	0,7	35,9			62,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0	0			0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3/5,0	3/5	0	0			34,9,0
		150	0,2		23,1	2,83	94,5
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	150	150	0,2		0,4		94,5
КЛЮКВА	15,0	1556	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			0	0	0		0
САХАР ПЕСОК	10		3,1	0,4	21,0	0	21,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001	48	48	3,1	0,4	19,7		95,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002	20	20	1,5	0,1	10		47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ			25,2	25,5	94,0	19,83	710,1
Полдник							
		30/50	1,1	1,3	30,9		141,6
ПЕЧЕНЬЕ	30/50	30/50	1,1	1,3	30,9		141,6
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ			5,6	6,2	9,1	2,73	116,4
РЯЖЕНКА № 401	150/200	150/200	5,6	6,2	9,1		116,4
РЯЖЕНКА			6,7	7,5	40,0		258,0
Ужин							
		70/80	13,13	13,89	11,9	17,78	103,2
РЫБА ПОД ЯЙЦОМ № 247							
РЫБА МИНТАЙ, ГОРБУША НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	127	90	0	0	0		70,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,0	3,0	0,3	0	1,5		7,5
МОЛОКО	45,0	45,0	0,1	0	0,2		1,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	3,0	3	0,1	0	0,7		3,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ	1/4	1/4	0	3,9	0		34,9
		120/150	3,06	4,8	20,44	18,16	137
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ № 321				0,6	23,3		109,8
КАРТОФЕЛЬ	150/180	120/150	2,8	4	0		36,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2/3	2/3	0	0	0		0,0
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 3,2%	20/30	20/30					
		180/200/5			9,8	2,83	40,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ № 393	0,5	0,5	0,1	0	0,2		1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	54	54	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	9,7		38,7
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	0,1		1,6
ЛИМОН		5	1,2	0,1	8,0	0	37,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	16	1,2	0,1	0		37,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ			12,2	5,0	43,0	25,76	267,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			58,1	63,2	235,0	64,94	1400/1800,8



Утверждаю
Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА № 237	120/150/30		17,1	8,2	40,6	0,24	273,6
КРУПА РИСОВАЯ	6/8,0	6/8,0	0,7	0,1	27,9		133,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30/40	30/40	4,8	5,2	7,8		98,9
ТВОРОГ 9%	80/105,0	78/102,0	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3/5	3/5	0	0	4,9		19,4
ЯЙЧО КУРИНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ	10,0	10,0					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,0	3,0	0	2,4	0		21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,	20/3 30/5		2,3	4,3	15,1	0	105,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20/30	20/30	2,3	0,2	15,1		71,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	180		3,1	3,4	14,7	1,2	102,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5		64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0		0,0
			14,5	15,9	70,4	3,38	484,7
II Завтрак							
ЯБЛОКИ	100		0,6	0,6	9,8	15	47,0
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (СОЛЕННЫЙ)	20/30		1,0	0,6	5,5	17,48	53,7
СУП ОВОЩНОЙ № 80	150/200		6,0	7,7	13,5	10	146,7
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	50/60	40/50	1,2	0,2	9,5		44,8
КАПУСТА	20/25	15/20,0	0,5	0,1	2,7		13,5
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6		2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7		3,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	25,0	25,5	0	3,9	0		34,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 276	150/200	210	12,8	11,5	20,9	7,25	238,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	60/70	52/645	10	8,6	5,7		26,9
КАРТОФЕЛЬ		150/1705	2,4	0,5	19,4		91,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	1,8	0		16,7
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,0	2,0	0,2	0	0,6		3,2
ЛУК	12,0	10,0	0	0,1	0,70		3,2
МОРКОВЬ	12,0	10,0	0,1	0	0,7		
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА №398		150			23,6	90,0	79,7
ШИПОВНИК	12,0	12,0	0	0	16,7		66,7
САХАР ПЕСОК	5/7	5/7	0	0	8,7		34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		46	2,9	0,4	18,9		91,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		30	2,3	0,2	15,1		71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1		71,0
			23,5	22,4	95,7	29,13	677,9
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ № 136		80/100	3,3	3,9	27,6	0,06	287,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33/44,0	33/44,0	3,4	0,4	21,7		104,0
МОЛОКО 3.2%	22	22	3,1	3,4	5,0		30,5
САХАР ПЕСОК	3/5,0	3/5,0	0	0	9,7		38,7
ПОВИДЛО	21,6	21,6	0	0	1,6		6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,0	2,0	0	5,9	0,1		53,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25шт.	0,25	0,6	0,6	0		0
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0	0	0		0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,0	5,0	0	0,5	0		4,4
КЕФИР № 401		150/200	4,5	3,9	6,2	1,4	82,3
			7,8	10,0	33,8	1,4	360,2
Ужин							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/200		9,26	8,54	41,25	2,2	279,0
КРУПА МАННАЯ	20/25	20/25	4,5	0,5	26,1		126,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3/5,0	3/5,0	0,5	0,5	0		6,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2%	120/150	120/150	5,0	5,60	8,20		104,0
КАКАО С МОЛОКОМ № 397	200	2,6	2,3	22,3	1,43	,6	120,0
КАКАО-ПОРОШОК		3	3	0,5	0,3	0,2	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	90/110	3,1	3,4	5		70,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7		38,7
	27,0	18,9	41,9	1,74			38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25						71,1
			21,6	17,6	55,10	16,67	295,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,9	71,9	270,7	65,67	1400/1808,0



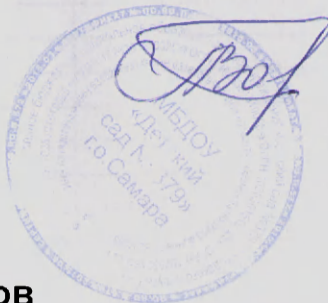
Утверждаю
Заведующий
Борщук А.В.

Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 215		80/100	8,1	9,8	1,5	0,15	126,5
ЯИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	59,97	7,4	6,7	0,4		91,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,7	1,1		13,4
СОЛЬ	0,45	0,45	0	0	0		0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50/60	50/60	0,4	1,4	2,3		23,4
КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ № 395		200/10	2,8	3,1	14,3	1,2	96,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,8	37,8	0	0	0		0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6		58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7		38,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ ,СЫРОМ		30/5/15	5,7	8,6	15,1	0,1	161,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	14,55	3,4	4,3	0		53,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	20/30	20/30	2,3	0,2	15,1		71,0
			17,0	22,9	33,2	6,25	408,2
II Завтрак							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	100	0,6	0,3	0,22	85,8	92,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8,4		49,6
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			0	0	0	0	0
							92,7
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30/40	2,8	11,7	4,2		134,4
СВЕКЛА	60,0	48,5	0,8	0,1	4,9		23,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,5	0,5	0	0	9,7		38,4
	14,0	12,0	0,4	0,3	10,3	7,5	47,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ № 82		150/200	2,15	2,27	13,71	6,6	84,4
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	150	150	0	0	0		0,0
КАРТОФЕЛЬ	80	50	1,2	0,2	9,5		44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	8,0	8,0	0,9	0,1	5,4		26,2
МОРКОВЬ	12	8,0	0,1	0	0,6		2,7
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ № 298		130/160/30	13,3	12,6	14,0	20,03	227,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125	100,0	1,6	0,1	4,4		26,3

ГОВЯДИНА Б/К	70	62	9,7	8,3	0		114,2
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,6	0,1	5,7		25,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,0	0,3	0	1,6		7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
СОЛЬ	1,6	1,6	0	0	0		0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8	5,0	0,6	0,6	0		7,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,2	1,1	0,3		15,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,2	0	1,6		7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32	32	0	0	0		0,0
МАСЛО РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		150	0,4	0,02	24,99	0,36	102,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	12	12	0,2	0	0,8		8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	21		83,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		57	3,7	0,5	23,5	0	112,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	57	3,7	0,5	23,5		112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,5	0,1	10,0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			31,6	35,5	128,5	34,21	969,9
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ		30/50	3,7	5,0	38,1	0	203
КЕФИР № 401		150/200	5,8	5,3	8	1,4	100,0
КЕФИР	150/200	150/200					
			9,1	10,3	46,1	2,73	300,0
Ужин							
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ № 90		70/80	9,8	5,1	13,6	0,85	138,4
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	69,0	65,0	7,1	0,4	0		32,1
КРУПА РИСОВАЯ	8/10,00	8/10,00	1,2	0,1	8		37,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10/20,0	10/20,5	0,8	0,9	1,3		16,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,00	12,00	0,1		0,7		3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,00	8,00	200,7	0,1	4,3		7,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,00	3,00	0	2,6	0		21,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130/150	0,4	1,4	2,3	4,8	47,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ							
КАРТОФЕЛЬ	60	60	0,4	1,4	2,3	4,8	23,4
ЧАЙ С САХАРОМ № 392		180/200			9,7	0,03	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,9	36,9	0	0	0		0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8,0	0	0	9,7		38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,2	0,1	8,0	0	37,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,2	0,1	8		37,9
			27,0	8,7	64,8	0,88	444,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			85,1	76,6	276,7	51,57	1400/1809,



Ясли/ Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин с	
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ № 33	150/200		9,8	9,4	35,2	2,53	265,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А ИЛИ Б	15/18,0	15/18,0	4,2	2,1	21		119,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	5,6	4,9	9,3		104,8
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3/5	3/5	0	0	4,9		19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3/5	3/5	0	2,4	0		21,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/3 30/5		2,3	4,3	15,1	0	108,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0		37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1		71,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	200/10		2,8	3,1	14,3	1,2	96,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1		0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,4	36,4	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	6/8	6/8	0	0	9,7		38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6		58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,67	66,67	0	0	0		0,0
			14,9	16,8	64,6	3,73	470,7
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ № 399	100		0,9	0,2	15,8	3	73,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,9	0,2	17,2	3	73,6
			0,9	0,2	16,8	3	73,6
Обед							
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО(КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	30/40		0,2	31,8	34,6	5,5	488,4
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	79,7	46,8	26,7	0,3	34,6		5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0		31,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ № 94	150/200		3,3	5,03	12,3	10	106,6
ГОВЯДИНА Б/К	25	22,5	4,1	3,5	0		47,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0		0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	10/15	8/12	0,4	0	1,1		6,5
КАРТОФЕЛЬ	50/607	40/50	0,4	0,1	3,2		14,9
КРУПА ПШЕНО	3/5,0	3/5,0	0,6	0,1	5,7		25,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6		2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7		3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0		34,9
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0		0,0
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В	70/80		15,51	12,43	3,29	0,01	187,0

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	70.0	62.0	9,7	8,3	0		114,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0	2,4	0		21,7
МОРКОВЬ	18.0	13.0	0.1	0	0.7		3.5
ЛУК	10.0	6.0	0.2	0	0.7		3.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2.0	2.0	0.2	0	2.0		12.0
СМЕТАНА 15%	12.0	12.0					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ № 54	120/150	120/150	3.0	3.7	20.0	16.0	124.9
МОЛОКО ПАСТЕРИЛИЗОВАННОЕ 3,2%	40.0	40.0	2.8	3.1	4.6		58.2
КАРТОФЕЛЬ	150/100	150,8	2,8	0,6	22,6		106,7
СОЛЬ	0.4	0.4	0	0	0		0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2/3	2/3	0	4,1	0		37,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА № 398		150	0,6	0,3	22.0	2.08	92,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0.6	0.3	8.4		49,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7		38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0		0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ № 0001		50	3,7	0,5	23.9	0	114,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,7	0,5	23.9		114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		20	1,5	0,1	10.0	0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10		47,4
			24,4	25,2	92.3	20.43	693,5
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА № 235		120/150/30	14,10	9,72	11.81	0.58	193,51
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90/105	88/105	16,1	8,1	2.7		150,8
КРУПА МАННАЯ	6/8	6/8	0.6	0,1	4.1		19,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	3/5	3/5	0	0	7.8		20,9
СОЛЬ	0,4	0.4	0	0	0		0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0.5	0,5	0		6,1
ИЗЮМ	5	5	0.5	0	2.4		11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	1,9	0		17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0.1	0,6	0.1		8,0
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 3,2%	40	40	0	3,2	0		29,0
КЕФИР № 401		150/200	4,3	3,7	5.8	1.4	77,1
КЕФИР	150/200	150	4,3	3,7	5.8		77,1
			7,3	9,7	26.9	2.47	228,3
Ужин							
КАША ОВСЯНАЯ «Геркулес» ЖИДКАЯ		150/200	9,0	9,3	35.2	2.53	265,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ «ГЕРКУЛЕС»	15/20,0	15/20.0	4.2	2.1	21.9		119,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120/150	120/150	5	5,6	8.2		104,8
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0		0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9		19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0		21,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 0002		30	2,3	0,2	15.1	0	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3	0,2	15.1		71,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ № 400		180/200	5,5	4,8	9.1	2.73	101,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5,6	8.2		104,8
			14,8	13,3	59.2	3.18	417,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,3	65,2	259.8	32.81	1400/1802,5