

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида № 33 «Колосок» г. Дальнегорска

**Ежедневное индивидуальное меню для  
воспитанников, нуждающихся в лечебном и  
диетическом питании (для детей с пищевой  
аллергией (без рыбы))**

**ЯСЛИ**

**Согласовано:** заведующая педиатрическим отделением детской  
поликлиники КГБУЗ «ДЦГБ» \_\_\_\_\_ **Н.Н. Лобачева**



## ДЕНЬ 1



| Наименование блюда                      | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                         | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                 |           |          |                   |         |             |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ    | 180       |          | 8,2               | 8,2     | 26,2        | 213,1                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ            | 18        | 18       | 1,9               | 0,2     | 12,3        | 59,0                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 135       | 135      | 3,8               | 3,3     | 6,3         | 70,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ   | 10,6      | 10,62    | 2,5               | 2,6     | 4,1         | 49,8                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 75,6      | 75,6     | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| САХАР ПЕСОК                             | 3,6       | 3,6      | 0                 | 0       | 3,5         | 14,0                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 2,7       | 2,7      | 0                 | 2,1     | 0           | 19,6                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                        | 180       |          | 3,9               | 3,5     | 15,3        | 110,1                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                        | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                           |
| САХАР ПЕСОК                             | 8,4       | 8,4      | 0                 | 0       | 8,1         | 32,5                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 67,2      | 67,2     | 1,8               | 1,6     | 3,1         | 35,2                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ   | 8         | 8,1      | 1,9               | 1,9     | 3,1         | 37,9                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 156       | 156      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 4         |          |                   | 3,3     |             | 29,9                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 4         | 4        | 0                 | 3,3     | 0           | 29,9                          |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 6         |          | 1,4               | 1,8     |             | 22,5                          |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ                         | 6,3       | 6        | 1,4               | 1,8     | 0           | 22,5                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ    | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                          |
|                                         |           |          | 15,0              | 16,9    | 51,5        | 423,0                         |
| II Завтрак                              |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                 | 140       |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                 | 140       | 140      | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
|                                         |           |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| Обед                                    |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 40        |          | 0,5               | 2,0     | 3,4         | 34,1                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                         | 12        | 12       | 0,1               | 0       | 0,2         | 1,6                           |
| КАРТОФЕЛЬ                               | 22,86     | 16       | 0,3               | 0,1     | 2,5         | 11,9                          |
| МОРКОВЬ                                 | 10,32     | 8        | 0,1               | 0       | 0,6         | 2,7                           |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                             | 2,5       | 2        | 0                 | 0       | 0,1         | 0,4                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 2         | 2        | 0                 | 1,9     | 0           | 17,5                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ   | 150       |          | 2,0               | 2,4     | 11,4        | 78,1                          |
| СВЕКЛА                                  | 37,5      | 29,1     | 0,4               | 0       | 2,5         | 11,8                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                    | 37,5      | 30       | 0,5               | 0       | 1,4         | 8,1                           |
| КАРТОФЕЛЬ                               | 52,5      | 36,8     | 0,7               | 0,1     | 5,8         | 27,5                          |
| МОРКОВЬ                                 | 9         | 7        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                            | 9         | 7,6      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,0                           |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                          | 2,3       | 2,3      | 0,1               | 0       | 0,4         | 2,2                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,5     | 0           | 13,1                          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                    | 5         | 5        | 0,1               | 0,8     | 0,2         | 10,0                          |
| ПЛОВ С МЯСОМ.                           | 170       |          | 10,8              | 19,4    | 36,5        | 364,2                         |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                          | 60        | 51       | 7,1               | 16,5    | 0           | 176,6                         |
| КРУПА РИСОВАЯ                           | 46,8      | 46,3     | 3,1               | 0,5     | 33,3        | 149,6                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 2,5       | 2,5      | 0                 | 2,4     | 0           | 21,8                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                            | 17        | 14,3     | 0,2               | 0       | 1,2         | 5,7                           |
| МОРКОВЬ                                 | 34        | 26,4     | 0,3               | 0       | 1,7         | 8,9                           |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                          | 1,7       | 1,7      | 0,1               | 0       | 0,3         | 1,6                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 180       |          |                   |         | 5,8         | 23,2                          |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                      | 18        | 18       | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| САХАР ПЕСОК                             | 6         | 6        | 0                 | 0       | 5,8         | 23,2                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 189       | 189      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40        |          | 2,6               | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40        | 40       | 2,6               | 0,4     | 17          | 81,6                          |
|                                         |           |          | 15,9              | 24,2    | 74,1        | 581,2                         |

| Полдник                                 |          |      |      |      |       |         |
|-----------------------------------------|----------|------|------|------|-------|---------|
| БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ                         | 50       |      | 4,2  | 5,6  | 22,1  | 155,2   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                | 25       | 25   | 2,6  | 0,3  | 17    | 81,0    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                      | 0,07 шт. | 4,2  | 0,5  | 0,5  | 0     | 6,4     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 0,7      | 0,71 | 0    | 0,7  | 0     | 6,2     |
| САХАР ПЕСОК                             | 3,6      | 3,57 | 0    | 0    | 3,5   | 13,8    |
| ДРОЖЖИ                                  | 0,7      | 0,7  | 0,1  | 0    | 0     | 0,5     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 4        | 4    | 0    | 3,2  | 0     | 29,0    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 17       | 17   | 0,5  | 0,4  | 0,8   | 8,9     |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ   | 2        | 2    | 0,5  | 0,5  | 0,8   | 9,4     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                        | 150      |      | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 160      | 160  | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
|                                         |          |      | 8,7  | 9,5  | 29,6  | 239,0   |
| Ужин                                    |          |      |      |      |       |         |
| САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ<br>(КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | 40       |      | 1,2  | 2,4  | 3,1   | 38,6    |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ                       | 53,14    | 37,2 | 1,2  | 0,1  | 2,3   | 14,5    |
| САХАР ПЕСОК                             | 0,8      | 0,8  | 0    | 0    | 0,8   | 3,1     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 2,4      | 2,4  | 0    | 2,3  | 0     | 21,0    |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                       | 140      |      | 13,5 | 22,2 | 2,5   | 264,2   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                      | 2,55 шт. | 153  | 18,8 | 17,1 | 1,1   | 233,0   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 38,2     | 38,2 | 1,1  | 1    | 1,7   | 20,0    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                       | 1,3      | 1,3  | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 6,4      | 6,4  | 0    | 6,2  | 0     | 55,8    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 6,4      | 6,4  | 0    | 5,1  | 0,1   | 46,5    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                           | 180      |      | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                     | 0,5      | 0,5  | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                             | 5        | 5    | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                   | 7,2      | 4,3  | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40       |      | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ    | 40       | 40   | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
|                                         |          |      | 17,9 | 24,8 | 30,9  | 419,6   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                          |          |      | 58,2 | 75,5 | 200,2 | 1 723,0 |

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 2**



| Наименование блюда                    | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                       | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ        | 180       |          | 7,5               | 8,8     | 21,9        | 197,0                               |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                | 15        | 14,85    | 1,8               | 0,5     | 8,2         | 44,3                                |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                                |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                                |
| САХАР ПЕСОК                           | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.                     | 180       |          | 3,7               | 3,3     | 12,9        | 96,0                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                                 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 72        | 72       | 2                 | 1,7     | 3,4         | 37,7                                |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                                |
| САХАР ПЕСОК                           | 6,3       | 6,3      | 0                 | 0       | 6,1         | 24,3                                |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 4         |          | 3,3               |         | 29,9        |                                     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 4         | 4        | 0                 | 3,3     | 0           | 29,9                                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                                |
|                                       |           |          | 12,7              | 15,5    | 44,8        | 370,3                               |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                         | 140       |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                         | 159,1     | 140      | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
|                                       |           |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                      | 50        |          | 1,0               | 2,5     | 6,1         | 51,7                                |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 23,4      | 16,4     | 0,3               | 0,1     | 2,6         | 12,2                                |
| СВЕКЛА                                | 25        | 19,4     | 0,3               | 0       | 1,6         | 7,9                                 |
| МОРКОВЬ                               | 16,6      | 12,9     | 0,2               | 0       | 0,9         | 4,4                                 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                       | 16,6      | 16,6     | 0,1               | 0       | 0,3         | 2,1                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 10        | 8,4      | 0,1               | 0       | 0,7         | 3,3                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2,5       | 2,5      | 0                 | 2,4     | 0           | 21,8                                |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С КУРОЙ   | 150       |          | 4,8               | 4,6     | 18,5        | 133,3                               |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ              | 13,5      | 9,7      | 1,7               | 1,7     | 0           | 22,4                                |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 13,5      | 13,5     | 1,5               | 0,2     | 9,1         | 43,7                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 0,8       | 0,8      | 0                 | 0,7     | 0           | 5,8                                 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,04 шт.  | 2,4      | 0,3               | 0,3     | 0           | 3,7                                 |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 75        | 52,5     | 1,1               | 0,2     | 8,3         | 39,2                                |
| МОРКОВЬ                               | 9         | 7        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 9         | 7,6      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,0                                 |

|                                          |          |       |             |             |              |                |
|------------------------------------------|----------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,5      | 1,5   | 0           | 1,5         | 0            | 13,1           |
| <b>ШНИЦЕЛЬ</b>                           |          | 60    | 7,3         | 16,3        | 5,7          | 198,4          |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                           | 51,4     | 43,7  | 6           | 14,2        | 0            | 151,3          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 17,1     | 14,4  | 0,2         | 0           | 1,2          | 5,7            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,5      | 1,5   | 0           | 1,5         | 0            | 13,1           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ     | 6,9      | 6,9   | 0,5         | 0           | 3,4          | 15,8           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 8,6      | 8,6   | 0,2         | 0,2         | 0,4          | 4,5            |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 1,7      | 1,7   | 0,4         | 0,4         | 0,7          | 8,0            |
| <b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b>                   |          | 130   | 2,4         | 4,3         | 7,4          | 79,6           |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                     | 138,7    | 110,9 | 1,9         | 0,1         | 5            | 30,2           |
| МОРКОВЬ                                  | 17,3     | 13,4  | 0,2         | 0           | 0,9          | 4,6            |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 17,3     | 14,5  | 0,2         | 0           | 1,2          | 5,7            |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                           | 1,7      | 1,7   | 0,1         | 0           | 0,3          | 1,6            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 4,3      | 4,3   | 0           | 4,2         | 0            | 37,5           |
| <b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>       |          | 150   |             |             | 4,9          | 19,4           |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                       | 12       | 12    | 0           | 0           | 0            | 0,0            |
| САХАР ПЕСОК                              | 5        | 5     | 0           | 0           | 4,9          | 19,4           |
| <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>                       |          | 40    | 2,6         | 0,4         | 17,0         | 81,6           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40       | 40    | 2,6         | 0,4         | 17           | 81,6           |
|                                          |          |       | <b>18,1</b> | <b>28,1</b> | <b>59,6</b>  | <b>564,0</b>   |
| <b>Полдник</b>                           |          |       |             |             |              |                |
| <b>БУЛОЧКА "ВЫБОРСКАЯ"</b>               |          | 50    | 4,1         | 4,4         | 28,0         | 168,3          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 26,7     | 26,7  | 2,8         | 0,3         | 18,1         | 86,5           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,03 шт. | 1,8   | 0,2         | 0,2         | 0            | 2,7            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1        | 1     | 0           | 1           | 0            | 8,7            |
| САХАР ПЕСОК                              | 3,3      | 3,3   | 0           | 0           | 3,2          | 12,8           |
| ДРОЖЖИ                                   | 0,8      | 0,8   | 0,1         | 0           | 0            | 0,6            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 2,5      | 2,5   | 0           | 2           | 0            | 18,1           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 12,5     | 12,5  | 0,4         | 0,3         | 0,6          | 6,6            |
| ПОВИДЛО                                  | 8        | 8     | 0           | 0           | 5,1          | 20,6           |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 2,5      | 2,5   | 0,6         | 0,6         | 1            | 11,7           |
| <b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>                  |          | 160   | 4,5         | 3,9         | 7,5          | 83,8           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 160      | 160   | 4,5         | 3,9         | 7,5          | 83,8           |
|                                          |          |       | <b>8,6</b>  | <b>8,3</b>  | <b>35,5</b>  | <b>252,1</b>   |
| <b>Ужин</b>                              |          |       |             |             |              |                |
| <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ.</b>  |          | 140   | 16,1        | 10,5        | 15,5         | 225,6          |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                     | 84       | 84    | 14,6        | 7,4         | 2,4          | 137,7          |
| КРУПА МАННАЯ                             | 7        | 7     | 0,7         | 0,1         | 4,8          | 22,3           |
| ЯБЛОКИ                                   | 23,8     | 20,9  | 0,1         | 0,1         | 1,9          | 9,5            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,4      | 1,4   | 0           | 1,4         | 0            | 12,2           |
| САХАР ПЕСОК                              | 6,4      | 6,4   | 0           | 0           | 6,2          | 24,7           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                     | 6,4      | 6,4   | 0,2         | 1           | 0,2          | 12,8           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,07 шт. | 4,2   | 0,5         | 0,5         | 0            | 6,4            |
| <b>СОУС СЛАДКИЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ.</b> |          | 50    | 1,5         | 5,4         | 10,8         | 97,0           |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 15       | 15    | 1,1         | 1,3         | 8,1          | 47,7           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 4        | 4     | 0,4         | 0,1         | 2,7          | 13,0           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 5        | 5     | 0           | 4           | 0            | 36,3           |
| <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>                     |          | 180   | 0,1         |             | 5,5          | 22,4           |
| ЧАЙ                                      | 0,5      | 0,5   | 0,1         | 0           | 0,2          | 1,2            |
| САХАР ПЕСОК                              | 5,5      | 5,5   | 0           | 0           | 5,3          | 21,2           |
| <b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>                    |          | 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           |
|                                          |          |       | <b>20,0</b> | <b>16,1</b> | <b>46,9</b>  | <b>416,0</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                    |          |       | <b>60,0</b> | <b>68,6</b> | <b>200,5</b> | <b>1 668,2</b> |

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3



| Наименование блюда                    | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                       | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                               |           |          |                   |         |             |                               |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ                 | 180       |          | 7,3               | 8,5     | 23,5        | 200,1                         |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ                       | 15        | 14,85    | 1,6               | 0,2     | 9,8         | 47,4                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                       | 180       |          | 3,9               | 3,6     | 12,8        | 99,3                          |
| КАКАО-ПОРОШОК                         | 1,1       | 1,1      | 0,3               | 0,2     | 0,1         | 3,1                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 75,6      | 75,6     | 2,1               | 1,8     | 3,5         | 39,6                          |
| МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ     | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 7         | 7        | 0                 | 0       | 6,8         | 27,1                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 5         |          |                   | 4,1     |             | 37,4                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 5         | 5        | 0                 | 4,1     | 0           | 37,4                          |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                        | 6         |          | 1,4               | 1,8     |             | 22,1                          |
| СЫР                                   | 6,2       | 5,9      | 1,4               | 1,8     | 0           | 22,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 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                          |
|                                       |           |          | 14,9              | 18,2    | 51,4        | 429,9                         |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       | 140      | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
|                                       |           |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК              | 40        |          | 0,4               | 2,0     | 3,1         | 32,6                          |
| МОРКОВЬ                               | 27,35     | 21,2     | 0,3               | 0       | 1,5         | 7,2                           |
| ЯБЛОКИ                                | 19,55     | 17,2     | 0,1               | 0,1     | 1,6         | 7,9                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2         | 2        | 0                 | 1,9     | 0           | 17,5                          |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРАМИ.               | 150       |          | 5,8               | 2,9     | 13,3        | 101,0                         |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ              | 9,8       | 7        | 1,3               | 1,3     | 0           | 16,2                          |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                         | 16,5      | 16,4     | 3,7               | 0,3     | 7,7         | 47,5                          |
| МОРКОВЬ                               | 9         | 7        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 40,1      | 28,1     | 0,6               | 0,1     | 4,5         | 21,0                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 9         | 7,6      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,0                           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                          |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА.           | 13        |          | 1,7               | 0,1     | 11,6        | 55,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 24        | 24       | 1,7               | 0,1     | 11,6        | 55,1                          |
| СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ,                      | 60        |          | 13,1              | 8,4     | 3,4         | 154,1                         |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                        | 60        | 55,8     | 9,7               | 2       | 0           | 68,8                          |

|                                       |          |       |      |      |       |         |
|---------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 1,5      | 1,5   | 0    | 1,5  | 0     | 13,1    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 21       | 21    | 0,6  | 0,5  | 1     | 11,0    |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 3,8      | 3,8   | 0,9  | 1    | 1,5   | 17,8    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 11,3     | 9,5   | 0,1  | 0    | 0,8   | 3,8     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 2,3      | 2,3   | 0    | 1,8  | 0     | 16,7    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,25 шт. | 15    | 1,8  | 1,6  | 0,1   | 22,9    |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     |          | 120   | 5,1  | 6,3  | 23,3  | 170,2   |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 172      | 120,4 | 2,3  | 0,5  | 19    | 89,9    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 48       | 48    | 1,4  | 1,2  | 2,2   | 25,1    |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 5,6      | 5,6   | 1,4  | 1,4  | 2,1   | 26,2    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 4        | 4     | 0    | 3,2  | 0     | 29,0    |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ              |          | 150   | 0,1  | 0,1  | 7,7   | 33,0    |
| ЯБЛОКИ                                | 33,8     | 29,7  | 0,1  | 0,1  | 2,8   | 13,6    |
| САХАР ПЕСОК                           | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                       |          |       | 28,8 | 20,2 | 79,4  | 627,6   |
| <b>Полдник</b>                        |          |       |      |      |       |         |
| ПЕЧЕНЬЕ                               |          | 30    | 2,2  | 2,8  | 21,9  | 122,1   |
| ПЕЧЕНЬЕ                               | 30       | 30    | 2,2  | 2,8  | 21,9  | 122,1   |
| 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    |
|                                       |          |       | 7,2  | 7,2  | 30,2  | 216,4   |
| <b>Ужин</b>                           |          |       |      |      |       |         |
| БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                 |          | 60    | 9,7  | 24,3 | 0,8   | 260,3   |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                        | 72       | 61,2  | 8,5  | 19,8 | 0     | 211,9   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 9,6      | 8,4   | 0,1  | 0    | 0,7   | 3,3     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,15 шт. | 9     | 1,1  | 1    | 0,1   | 13,7    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                         | 10,8     | 10,8  | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 3,6      | 3,6   | 0    | 3,5  | 0     | 31,4    |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     |          | 120   | 2,5  | 4,3  | 17,1  | 116,5   |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 146,57   | 102,6 | 2    | 0,4  | 16,2  | 76,6    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 18       | 18    | 0,5  | 0,5  | 0,9   | 9,4     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 4,2      | 4,2   | 0    | 3,4  | 0     | 30,5    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                         |          | 180   | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                   | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                           | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                 | 7,2      | 4,3   | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        |          | 40    | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 40       | 40    | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
|                                       |          |       | 15,4 | 28,8 | 43,2  | 493,6   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                 |          |       | 67,0 | 74,5 | 218,3 | 1 827,7 |

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 4**



| Наименование блюда                    | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                       | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ             | 180       |          | 7,4               | 9,2     | 22,7        | 203,9                               |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"             | 15        | 15       | 1,7               | 0,9     | 9           | 51,2                                |
| САХАР ПЕСОК                           | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                                |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                                |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.                     | 180       |          | 3,7               | 3,3     | 12,9        | 96,0                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                                 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 72        | 72       | 2                 | 1,7     | 3,4         | 37,7                                |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                                |
| САХАР ПЕСОК                           | 6,3       | 6,3      | 0                 | 0       | 6,1         | 24,3                                |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 5         |          |                   | 4,1     |             | 37,4                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 5         | 5        | 0                 | 4,1     | 0           | 37,4                                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 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                                |
|                                       |           |          | 13,4              | 16,8    | 50,7        | 408,3                               |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                         | 140       |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                         | 159,1     | 140      | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
|                                       |           |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                                |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА            | 40        |          | 0,9               | 0,1     | 1,8         | 11,1                                |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ              | 44        | 28,6     | 0,9               | 0,1     | 1,8         | 11,1                                |
| СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ.                     | 150       |          | 3,7               | 3,3     | 12,5        | 95,4                                |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 63        | 44,1     | 0,9               | 0,2     | 7           | 33,0                                |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                | 7,5       | 7,4      | 0,9               | 0,2     | 4,1         | 22,1                                |
| МОРКОВЬ                               | 12        | 9,3      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,2                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 11,3      | 9,5      | 0,1               | 0       | 0,8         | 3,8                                 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                                |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ              | 13,5      | 9,7      | 1,7               | 1,7     | 0           | 22,4                                |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ.               | 60        |          | 7,3               | 17,1    | 6,2         | 210,2                               |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                        | 52,5      | 44,6     | 6,2               | 14,5    | 0           | 154,4                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 6         | 6        | 0,5               | 0       | 2,9         | 13,8                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 15        | 12,6     | 0,2               | 0       | 1           | 5,0                                 |
| МОРКОВЬ                               | 3         | 2,3      | 0                 | 0       | 0,2         | 0,8                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 0,8       | 0,6      | 0                 | 0       | 0           | 0,2                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2,1       | 2,1      | 0                 | 2       | 0           | 18,3                                |

|                                                |          |       |      |      |       |         |
|------------------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 2,3      | 2,3   | 0,2  | 0    | 1,6   | 7,5     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 4        | 4     | 0,1  | 0,6  | 0,1   | 8,0     |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 2,3      | 2,3   | 0,1  | 0    | 0,4   | 2,2     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    |          | 100   | 4,0  | 3,0  | 25,6  | 146,2   |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                   | 37,5     | 37,5  | 4    | 0,5  | 25,6  | 123,0   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 3,2      | 3,2   | 0    | 2,5  | 0     | 23,2    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    |          | 150   |      |      | 4,9   | 19,4    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                             | 12       | 12    | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                                |          |       | 18,5 | 23,9 | 68,0  | 563,9   |
| <b>Полдник</b>                                 |          |       |      |      |       |         |
| БУЛОЧКА "КОСИЧКА"                              |          | 50    | 4,8  | 4,8  | 23,7  | 157,5   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 26,7     | 26,7  | 2,8  | 0,3  | 18,1  | 86,5    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 3,3      | 3,3   | 0    | 0    | 3,2   | 12,8    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 2,5      | 2,5   | 0    | 2    | 0     | 18,1    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,06 шт. | 3,6   | 0,5  | 0,4  | 0     | 5,5     |
| ДРОЖЖИ                                         | 0,8      | 0,8   | 0,1  | 0    | 0     | 0,6     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 0,8      | 0,8   | 0    | 0,8  | 0     | 7,0     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 29,2     | 29,2  | 0,8  | 0,7  | 1,4   | 15,3    |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ          | 2,5      | 2,5   | 0,6  | 0,6  | 1     | 11,7    |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                        |          | 150   | 0,8  | 0,2  | 15,2  | 64,5    |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                        | 150      | 150   | 0,8  | 0,2  | 15,2  | 64,5    |
|                                                |          |       | 5,6  | 5,0  | 38,9  | 222,0   |
| <b>Ужин</b>                                    |          |       |      |      |       |         |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                                   |          | 200   | 4,3  | 6,0  | 19,1  | 148,4   |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 100      | 70    | 1,4  | 0,3  | 11,1  | 52,3    |
| МОРКОВЬ                                        | 30       | 23,25 | 0,3  | 0    | 1,6   | 7,9     |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 120      | 96    | 1,6  | 0,1  | 4,4   | 26,1    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 4        | 4     | 0    | 3,9  | 0     | 34,9    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 2        | 2     | 0    | 1,6  | 0     | 14,6    |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                       | 50       | 32,5  | 1    | 0,1  | 2     | 12,6    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  |          | 180   | 0,1  |      | 5,5   | 22,4    |
| ЧАЙ                                            | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 5,5      | 5,5   | 0    | 0    | 5,3   | 21,2    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 |          | 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    |
|                                                |          |       | 6,7  | 6,2  | 39,7  | 241,8   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |       | 44,8 | 52,5 | 211,0 | 1 501,8 |

**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                                                          |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)                             | 50        |          | 1,3               | 0,1     | 2,7         | 16,5                          |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ                                                | 60,8      | 42,6     | 1,3               | 0,1     | 2,7         | 16,5                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                                | 130       |          | 11,8              | 15,6    | 5,7         | 211,3                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                               | 1,18 шт.  | 70,8     | 8,7               | 7,9     | 0,5         | 107,9                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                     | 66,8      | 66,8     | 1,8               | 1,6     | 3,1         | 35,0                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                | 1,8       | 1,8      | 0                 | 1,7     | 0           | 15,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ                            | 5,5       | 5,5      | 1,3               | 1,4     | 2,1         | 25,8                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                | 3,7       | 3,7      | 0                 | 3       | 0           | 26,9                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                                  | 180       |          | 3,9               | 3,6     | 12,8        | 99,3                          |
| КАКАО-ПОРОШОК                                                    | 1,1       | 1,1      | 0,3               | 0,2     | 0,1         | 3,1                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                     | 75,6      | 75,6     | 2,1               | 1,8     | 3,5         | 39,6                          |
| МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ                                | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                                                      | 7         | 7        | 0                 | 0       | 6,8         | 27,1                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                                 | 5         |          |                   | 4,1     |             | 37,4                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                | 5         | 5        | 0                 | 4,1     | 0           | 37,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ                             | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                          |
|                                                                  |           |          | 18,5              | 23,5    | 31,2        | 411,9                         |
| II Завтрак                                                       |           |          |                   |         |             |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                                    | 140       |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                                    | 159       | 139,9    | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
|                                                                  |           |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| Обед                                                             |           |          |                   |         |             |                               |
| ИКРА ОВОЩНАЯ                                                     | 40        |          | 0,7               | 1,3     | 3,8         | 30,2                          |
| СВЕКЛА                                                           | 26,7      | 20,7     | 0,3               | 0       | 1,7         | 8,4                           |
| МОРКОВЬ                                                          | 26,7      | 20,7     | 0,3               | 0       | 1,4         | 7,0                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                     | 9,3       | 7,8      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,1                           |
| ЧЕСНОК                                                           | 0,3       | 0,3      | 0                 | 0       | 0,1         | 0,4                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                | 1,3       | 1,3      | 0                 | 1,3     | 0           | 11,3                          |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ. | 150       |          | 1,9               | 2,7     | 9,4         | 74,1                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                             | 52,5      | 42       | 0,8               | 0       | 1,9         | 11,4                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                        | 52,5      | 36,8     | 0,7               | 0,1     | 5,8         | 27,5                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                     | 11,3      | 9,5      | 0,1               | 0       | 0,8         | 3,8                           |
| МОРКОВЬ                                                          | 12        | 9,3      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,2                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                | 1,4       | 1,4      | 0                 | 1,4     | 0           | 12,2                          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                             | 8         | 8        | 0,2               | 1,2     | 0,3         | 16,0                          |

|                                        |       |       |      |      |       |         |
|----------------------------------------|-------|-------|------|------|-------|---------|
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА.        |       | 60    | 7,1  | 16,0 | 3,3   | 189,7   |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                         | 54    | 45,9  | 6,4  | 14,8 | 0     | 159,0   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                           | 10,3  | 8,6   | 0,1  | 0    | 0,7   | 3,4     |
| МОРКОВЬ                                | 11,1  | 8,6   | 0,1  | 0    | 0,6   | 2,9     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                   | 8     | 8     | 0,2  | 1,2  | 0,3   | 16,0    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ               | 2,6   | 2,6   | 0,3  | 0    | 1,7   | 8,4     |
| РИС ОТВАРНОЙ                           |       | 100   | 2,3  | 2,3  | 24,8  | 129,8   |
| КРУПА РИСОВАЯ                          | 35    | 34,6  | 2,3  | 0,3  | 24,8  | 111,7   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ      | 2,5   | 2,5   | 0    | 2    | 0     | 18,1    |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО |       | 150   |      |      | 18,8  | 75,0    |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 18    | 18    | 0    | 0    | 13,9  | 55,6    |
| САХАР ПЕСОК                            | 5     | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            |       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 40    | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                        |       |       | 14,6 | 22,7 | 77,1  | 580,4   |
| <b>Полдник</b>                         |       |       |      |      |       |         |
| ВАФЛИ                                  |       | 30    | 0,8  | 1,0  | 23,2  | 106,2   |
| ВАФЛИ                                  | 30    | 30    | 0,8  | 1    | 23,2  | 106,2   |
| 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    |
|                                        |       |       | 5,8  | 5,4  | 31,5  | 200,5   |
| <b>Ужин</b>                            |       |       |      |      |       |         |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ                         |       | 70    | 19,7 | 5,0  | 0,6   | 127,4   |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ               | 140   | 100,8 | 17,8 | 17,9 | 0     | 232,7   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                           | 4,2   | 2,8   | 0    | 0    | 0,2   | 1,1     |
| 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           | 18,4  | 18,4  | 0,5  | 0,5  | 0,9   | 9,6     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ      | 4     | 4     | 0    | 3,2  | 0     | 29,0    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                          |       | 180   | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                    | 0,5   | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                            | 5     | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                  | 7,2   | 4,3   | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         |       | 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    |
|                                        |       |       | 24,6 | 9,5  | 37,1  | 333,3   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                  |       |       | 64,1 | 61,7 | 190,6 | 1 591,9 |

**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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ            | 180       |          | 7,3               | 8,7     | 23,9        | 203,4                         |
| ПШЕНО                                   | 15        | 14,85    | 1,6               | 0,4     | 10,2        | 50,7                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ   | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                          |
| САХАР ПЕСОК                             | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.                       | 180       |          | 3,7               | 3,3     | 12,9        | 96,0                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                        | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 72        | 72       | 2                 | 1,7     | 3,4         | 37,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ   | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                             | 6,3       | 6,3      | 0                 | 0       | 6,1         | 24,3                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 4         |          |                   | 3,3     |             | 29,9                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 4         | 4        | 0                 | 3,3     | 0           | 29,9                          |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 6         |          | 1,4               | 1,8     |             | 22,5                          |
| СЫР                                     | 6,2       | 6        | 1,4               | 1,8     | 0           | 22,5                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ    | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                          |
|                                         |           |          | 13,9              | 17,2    | 46,8        | 399,2                         |
| II Завтрак                              |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                 | 140       |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)                 | 140       | 140      | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
|                                         |           |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| Обед                                    |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ | 40        |          | 0,7               | 1,9     | 3,4         | 34,1                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                    | 39,5      | 31,6     | 0,6               | 0       | 1,5         | 8,5                           |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                        | 0,1       | 0,1      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 5,5       | 5,5      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| МОРСКАЯ КАПУСТА МОРОЖЕНАЯ               | 8         | 8        | 0,1               | 0       | 0           | 0,3                           |
| САХАР ПЕСОК                             | 2         | 2        | 0                 | 0       | 1,9         | 7,8                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ       | 2         | 2        | 0                 | 1,9     | 0           | 17,5                          |
| СУП С КРУПОЙ "ГЕРКУЛЕС" С КУРАМИ        | 150       |          | 4,1               | 4,8     | 13,7        | 117,4                         |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"               | 9,8       | 9,8      | 1,2               | 0,6     | 5,9         | 33,5                          |
| МОРКОВЬ                                 | 9         | 7        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                            | 9         | 7,6      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,0                           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ       | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                          |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                | 13,5      | 9,7      | 1,7               | 1,7     | 0           | 22,4                          |
| КАРТОФЕЛЬ                               | 57,8      | 40,4     | 0,8               | 0,2     | 6,4         | 30,2                          |

|                                       |          |      |      |      |       |         |
|---------------------------------------|----------|------|------|------|-------|---------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                  | 7,5      | 7,5  | 0,2  | 1,1  | 0,3   | 15,0    |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ.                      |          | 140  | 9,2  | 19,8 | 10,7  | 258,0   |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                        | 58,9     | 50,1 | 7    | 16,2 | 0     | 173,5   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                  | 88,4     | 70,7 | 1,3  | 0,1  | 3,2   | 19,2    |
| КРУПА РИСОВАЯ                         | 7,4      | 7,3  | 0,5  | 0,1  | 5,2   | 23,6    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 18,4     | 15,5 | 0,2  | 0    | 1,3   | 6,2     |
| МОРКОВЬ                               | 18,4     | 14,3 | 0,2  | 0    | 1     | 4,9     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 3,5      | 3,5  | 0    | 3,4  | 0     | 30,6    |
| СОУС СМЕТАННЫЙ                        |          | 30   | 0,6  | 1,5  | 2,4   | 29,7    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 3        | 3    | 0,3  | 0    | 2     | 9,7     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                  | 10       | 10   | 0,3  | 1,5  | 0,4   | 20,0    |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ              |          | 150  | 0,1  | 0,1  | 7,7   | 33,0    |
| ЯБЛОКИ                                | 33,8     | 29,7 | 0,1  | 0,1  | 2,8   | 13,6    |
| САХАР ПЕСОК                           | 5        | 5    | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           |          | 40   | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40       | 40   | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                       |          |      | 17,3 | 28,5 | 54,9  | 553,8   |
| <b>Полдник</b>                        |          |      |      |      |       |         |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА.                   |          | 50   | 10,6 | 8,1  | 9,0   | 152,5   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                  | 55       | 55   | 9,6  | 4,9  | 1,6   | 90,2    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 5,7      | 5,7  | 0,6  | 0,1  | 3,9   | 18,4    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,05 шт. | 3    | 0,4  | 0,3  | 0     | 4,6     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2,9      | 2,9  | 0    | 2,8  | 0     | 25,3    |
| САХАР ПЕСОК                           | 3,6      | 3,6  | 0    | 0    | 3,5   | 14,0    |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                      |          | 160  | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 160      | 160  | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
|                                       |          |      | 15,1 | 12,0 | 16,5  | 236,3   |
| <b>Ужин</b>                           |          |      |      |      |       |         |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ    |          | 40   | 1,0  | 2,0  | 2,7   | 32,9    |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ              | 40       | 26   | 0,8  | 0,1  | 1,6   | 10,1    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 16       | 13,4 | 0,2  | 0    | 1,1   | 5,3     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2        | 2    | 0    | 1,9  | 0     | 17,5    |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ            |          | 100  | 5,7  | 4,6  | 25,9  | 167,9   |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                | 46,2     | 46,2 | 5,6  | 1,5  | 25,6  | 138,0   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                         | 69,2     | 69,2 | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                     | 1        | 1    | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,8      | 3,8  | 0    | 3    | 0     | 27,5    |
| СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ,                      |          | 60   | 10,7 | 5,5  | 4,7   | 120,7   |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                        | 48,6     | 45,2 | 7,9  | 1,6  | 0     | 55,7    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 0,9      | 0,9  | 0    | 0,9  | 0     | 7,9     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 2,8      | 2,8  | 0,3  | 0    | 1,9   | 9,1     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 21,2     | 21,2 | 0,6  | 0,5  | 1     | 11,1    |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 2,6      | 2,6  | 0,6  | 0,7  | 1     | 12,2    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 10,7     | 9    | 0,1  | 0    | 0,7   | 3,6     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 0,9      | 0,9  | 0    | 0,7  | 0     | 6,5     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,16 шт. | 9,6  | 1,2  | 1,1  | 0,1   | 14,6    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                         |          | 180  | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                   | 0,5      | 0,5  | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                           | 5        | 5    | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                 | 7,2      | 4,3  | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        |          | 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    |
|                                       |          |      | 19,8 | 12,3 | 53,6  | 414,6   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                 |          |      | 66,8 | 70,1 | 185,9 | 1 664,1 |



# 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ             | 180       |          | 7,2               | 8,5     | 23,1        | 197,8                         |
| КРУПА ЯЧНЕВАЯ                            | 15        | 14,85    | 1,5               | 0,2     | 9,4         | 45,1                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                          |
| САХАР ПЕСОК                              | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                          | 180       |          | 3,9               | 3,6     | 12,8        | 99,3                          |
| КАКАО-ПОРОШОК                            | 1,1       | 1,1      | 0,3               | 0,2     | 0,1         | 3,1                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 75,6      | 75,6     | 2,1               | 1,8     | 3,5         | 39,6                          |
| МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ        | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                              | 7         | 7        | 0                 | 0       | 6,8         | 27,1                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                         | 5         |          |                   | 4,1     |             | 37,4                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 5         | 5        | 0                 | 4,1     | 0           | 37,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 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                          |
|                                          |           |          | 13,4              | 16,4    | 51,0        | 405,5                         |
| II Завтрак                               |           |          |                   |         |             |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                            | 140       |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                            | 159       | 139,9    | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
|                                          |           |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| Обед                                     |           |          |                   |         |             |                               |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                          | 40        |          | 0,3               |         | 0,7         | 5,2                           |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                          | 40        | 40       | 0,3               | 0       | 0,7         | 5,2                           |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 150       |          | 2,7               | 3,1     | 11,9        | 89,9                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                | 53,3      | 37,3     | 0,7               | 0,1     | 5,9         | 27,8                          |
| МОРКОВЬ                                  | 11,3      | 8,7      | 0,1               | 0       | 0,6         | 2,9                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 11,3      | 9,5      | 0,1               | 0       | 0,8         | 3,8                           |
| СВЕКЛА                                   | 60        | 46,5     | 0,7               | 0       | 4           | 18,9                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                           | 1,5       | 1,5      | 0,1               | 0       | 0,3         | 1,5                           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,1 шт.   | 6        | 0,8               | 0,7     | 0           | 9,1                           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                     | 7,5       | 7,5      | 0,2               | 1,1     | 0,3         | 15,0                          |
| ГУЛЯШ                                    | 60        |          | 7,3               | 18,9    | 3,5         | 212,5                         |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                           | 55,76     | 47,4     | 6,6               | 15,3    | 0           | 164,1                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 2,2       | 2,2      | 0                 | 2,1     | 0           | 19,2                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 7,2       | 6        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                           | 1,9       | 1,9      | 0,1               | 0       | 0,4         | 1,8                           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1,3         | 5,8                           |

|                                       |          |       |      |      |       |         |
|---------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                         | 33       | 33    | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 1,8      | 1,8   | 0    | 1,7  | 0     | 15,7    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 1,8      | 1,8   | 0,2  | 0    | 1,3   | 5,8     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 0,7      | 0,6   | 0    | 0    | 0     | 0,2     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                     | 0,3      | 0,3   | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ                         | 0,01     | 0,01  | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ                 | 0,02     | 0,02  | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     |          | 120   | 2,2  | 3,9  | 16,5  | 110,1   |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 146,6    | 102,6 | 2    | 0,4  | 16,2  | 76,6    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 4,2      | 4,2   | 0    | 3,4  | 0     | 30,5    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 5,8      | 5,8   | 0,2  | 0,1  | 0,3   | 3,0     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           |          | 150   |      |      | 4,9   | 19,4    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                    | 12       | 12    | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| САХАР ПЕСОК                           | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                       |          |       | 15,1 | 26,3 | 54,5  | 518,7   |
| <b>Полдник</b>                        |          |       |      |      |       |         |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ.          |          | 50    | 3,9  | 4,2  | 25,5  | 156,7   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ              | 26,7     | 26,7  | 2,8  | 0,3  | 18,1  | 86,5    |
| ЯБЛОКИ                                | 26,7     | 23,5  | 0,1  | 0,1  | 2,2   | 10,7    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,03 шт. | 1,8   | 0,2  | 0,2  | 0     | 2,7     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 1,7      | 1,7   | 0    | 1,6  | 0     | 14,8    |
| САХАР ПЕСОК                           | 4,2      | 4,2   | 0    | 0    | 4,1   | 16,3    |
| ДРОЖЖИ                                | 0,7      | 0,7   | 0,1  | 0    | 0     | 0,5     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 1,7      | 1,7   | 0    | 1,4  | 0     | 12,3    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 9,2      | 9,2   | 0,3  | 0,2  | 0,4   | 4,9     |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 1,7      | 1,7   | 0,4  | 0,4  | 0,7   | 8,0     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               |          | 150   | 0,8  | 0,2  | 15,2  | 64,5    |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 150      | 150   | 0,8  | 0,2  | 15,2  | 64,5    |
|                                       |          |       | 4,7  | 4,4  | 40,7  | 221,2   |
| <b>Ужин</b>                           |          |       |      |      |       |         |
| КУРИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ            |          | 200   | 8,5  | 12,6 | 9,7   | 190,5   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                  | 150      | 120   | 2,1  | 0,1  | 5,4   | 32,6    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 43       | 36,1  | 0,5  | 0,1  | 2,9   | 14,4    |
| СЫР                                   | 5        | 4,8   | 1,1  | 1,5  | 0     | 17,5    |
| МОРКОВЬ                               | 20       | 15,6  | 0,2  | 0    | 1,1   | 5,3     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 3        | 3     | 0    | 2,9  | 0     | 26,2    |
| КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ            | 37       | 22,6  | 4    | 4,1  | 0     | 52,2    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3        | 3     | 0    | 2,4  | 0     | 21,7    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 0,05 шт. | 3     | 0,4  | 0,3  | 0     | 4,6     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                  | 8        | 8     | 0,2  | 1,2  | 0,3   | 16,0    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         |          | 180   | 0,1  |      | 5,5   | 22,4    |
| ЧАЙ                                   | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                           | 5,5      | 5,5   | 0    | 0    | 5,3   | 21,2    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        |          | 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    |
|                                       |          |       | 10,9 | 12,8 | 30,3  | 283,9   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                 |          |       | 44,7 | 60,5 | 190,2 | 1 495,1 |

# 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                               |           |          |                   |         |             |                               |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ           | 180       |          | 7,2               | 8,4     | 23,6        | 198,7                         |
| КРУПА МАННАЯ                          | 14,4      | 14,4     | 1,5               | 0,1     | 9,9         | 46,0                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.                     | 180       |          | 3,7               | 3,3     | 12,9        | 96,0                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 72        | 72       | 2                 | 1,7     | 3,4         | 37,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 6,3       | 6,3      | 0                 | 0       | 6,1         | 24,3                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 4         |          |                   | 3,3     |             | 29,9                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 4         | 4        | 0                 | 3,3     | 0           | 29,9                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                          |
|                                       |           |          | 12,4              | 15,1    | 46,5        | 372,0                         |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       | 140      | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
|                                       |           |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (С КАПУСТОЙ)         | 50        |          | 0,6               | 2,4     | 4,2         | 41,9                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                  | 31,6      | 25,3     | 0,5               | 0       | 1,2         | 6,9                           |
| ЯБЛОКИ                                | 13,9      | 12,3     | 0                 | 0       | 1,2         | 5,6                           |
| МОРКОВЬ                               | 14        | 10,9     | 0,1               | 0       | 0,8         | 3,7                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 2,5       | 2,5      | 0                 | 2,4     | 0           | 21,8                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 1         | 1        | 0                 | 0       | 1           | 3,9                           |
| СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ                      | 150       |          | 3,5               | 1,6     | 15,2        | 89,4                          |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 50,4      | 37,8     | 0,8               | 0,2     | 6           | 28,2                          |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                | 15        | 15       | 1,8               | 0,5     | 8,3         | 44,8                          |
| МОРКОВЬ                               | 9,6       | 7,2      | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 9         | 7,2      | 0,1               | 0       | 0,6         | 2,9                           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                         | 135       | 135      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| ЗРАЗЫ МЯСНЫЕ С ОМЛЕТОМ.               | 70        |          | 11,2              | 23,2    | 6,5         | 280,2                         |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                        | 60        | 51       | 7,1               | 16,5    | 0           | 176,6                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 6,2       | 6,2      | 0,5               | 0       | 3           | 14,3                          |

|                                          |          |       |      |      |       |         |
|------------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 11,7     | 9,8   | 0,1  | 0    | 0,8   | 3,9     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 18,7     | 18,7  | 0,5  | 0,5  | 0,9   | 9,8     |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 4,7      | 4,7   | 1,1  | 1,2  | 1,7   | 22,0    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,26 шт. | 15,6  | 1,9  | 1,7  | 0,1   | 23,8    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 2,3      | 2,3   | 0    | 1,8  | 0     | 16,7    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,5      | 1,5   | 0    | 1,5  | 0     | 13,1    |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ              |          | 100   | 3,8  | 0,5  | 24,0  | 114,8   |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ             | 35       | 35    | 3,8  | 0,5  | 24    | 114,8   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                        | 3        | 3     | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 60       | 60    | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                 |          | 150   | 0,1  | 0,1  | 7,7   | 33,0    |
| ЯБЛОКИ                                   | 33,8     | 29,7  | 0,1  | 0,1  | 2,8   | 13,6    |
| САХАР ПЕСОК                              | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                          |          |       | 21,8 | 28,2 | 74,6  | 640,9   |
| <b>Полдник</b>                           |          |       |      |      |       |         |
| ПРЯНИК                                   |          | 30    | 2,2  | 2,8  | 21,9  | 122,1   |
| ПЕЧЕНЬЕ                                  | 30       | 30    | 2,2  | 2,8  | 21,9  | 122,1   |
| 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    |
|                                          |          |       | 7,2  | 7,2  | 30,2  | 216,4   |
| <b>Ужин</b>                              |          |       |      |      |       |         |
| ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ).             |          | 160   | 25,2 | 18,9 | 22,1  | 362,8   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                     | 128,9    | 128,9 | 22,5 | 11,3 | 3,8   | 211,3   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 15,1     | 15,1  | 1,6  | 0,2  | 10,3  | 48,9    |
| САХАР ПЕСОК                              | 8        | 8     | 0    | 0    | 7,8   | 30,9    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,15 шт. | 9     | 1,1  | 1    | 0,1   | 13,7    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 8        | 8     | 0    | 6,4  | 0,1   | 58,0    |
| СОУС СЛАДКИЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ.        |          | 30    | 0,9  | 3,2  | 6,5   | 58,1    |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 9        | 9     | 0,6  | 0,8  | 4,9   | 28,6    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 2,4      | 2,4   | 0,3  | 0    | 1,6   | 7,8     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 3        | 3     | 0    | 2,4  | 0     | 21,7    |
| ЧАЙ С САХАРОМ.                           |          | 180   | 0,1  |      | 5,5   | 22,4    |
| ЧАЙ                                      | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                              | 5,5      | 5,5   | 0    | 0    | 5,3   | 21,2    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           |          | 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    |
|                                          |          |       | 28,5 | 22,3 | 49,2  | 514,3   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                    |          |       | 70,6 | 72,9 | 214,6 | 1 803,8 |

# 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ                     | 180       |          | 7,3               | 8,5     | 23,5        | 200,1                         |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ                           | 15        | 14,85    | 1,6               | 0,2     | 9,8         | 47,4                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ              | 110       | 110      | 3,1               | 2,7     | 5,1         | 57,6                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ     | 11        | 11       | 2,6               | 2,7     | 4,2         | 51,5                          |
| САХАР ПЕСОК                               | 4,5       | 4,5      | 0                 | 0       | 4,4         | 17,5                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ         | 3,6       | 3,6      | 0                 | 2,9     | 0           | 26,1                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                           | 180       |          | 3,9               | 3,6     | 12,8        | 99,3                          |
| КАКАО-ПОРОШОК                             | 1,1       | 1,1      | 0,3               | 0,2     | 0,1         | 3,1                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ              | 75,6      | 75,6     | 2,1               | 1,8     | 3,5         | 39,6                          |
| МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ         | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                               | 7         | 7        | 0                 | 0       | 6,8         | 27,1                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 4         |          |                   | 3,3     |             | 29,9                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ         | 4         | 4        | 0                 | 3,3     | 0           | 29,9                          |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                            | 6         |          | 1,4               | 1,8     |             | 22,1                          |
| СЫР                                       | 6,2       | 5,9      | 1,4               | 1,8     | 0           | 22,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 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                          |
|                                           |           |          | 14,9              | 17,4    | 51,4        | 422,4                         |
| II Завтрак                                |           |          |                   |         |             |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                             | 140       |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                             | 159       | 139,9    | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
|                                           |           |          | 0,6               | 0,6     | 13,7        | 65,8                          |
| Обед                                      |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ.              | 40        |          | 0,5               | 1,3     | 2,7         | 24,9                          |
| МОРКОВЬ                                   | 50        | 38,8     | 0,5               | 0       | 2,6         | 13,2                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ         | 1,3       | 1,3      | 0                 | 1,3     | 0           | 11,3                          |
| ЧЕСНОК                                    | 0,3       | 0,3      | 0                 | 0       | 0,1         | 0,4                           |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                             | 150       |          | 1,8               | 2,5     | 6,1         | 54,6                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                      | 15        | 12       | 0,2               | 0       | 0,6         | 3,3                           |
| КАРТОФЕЛЬ                                 | 40        | 30       | 0,6               | 0,1     | 4,8         | 22,4                          |
| МОРКОВЬ                                   | 7,5       | 6        | 0,1               | 0       | 0,4         | 2,0                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                              | 7,2       | 6        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ                  | 7,2       | 4,8      | 0,1               | 0       | 0,3         | 1,8                           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ         | 3         | 3        | 0                 | 2,4     | 0           | 21,7                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                             | 114       | 114      | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |
| РУЛЕТКИ КУРИНЫЕ ТУШЕННЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 70        |          | 14,5              | 18,5    | 1,9         | 231,8                         |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                  | 111       | 79,9     | 14,1              | 14,3    | 0           | 184,5                         |
| или БЕДРО КУР                             | 0         | 0        | 0                 | 0       | 0           | 0,0                           |

|                                          |          |       |      |      |       |         |
|------------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 11,7     | 9,8   | 0,1  | 0    | 0,8   | 3,9     |
| МОРКОВЬ                                  | 11,7     | 9     | 0,1  | 0    | 0,6   | 3,1     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 4,3      | 4,3   | 0    | 4,2  | 0     | 37,5    |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                           | 1,2      | 1,2   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| ЧЕСНОК                                   | 1,2      | 1,1   | 0,1  | 0    | 0,3   | 1,6     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        |          | 120   | 5,3  | 6,7  | 23,7  | 175,9   |
| КАРТОФЕЛЬ                                | 171,4    | 120   | 2,3  | 0,5  | 19    | 89,6    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 51,4     | 51,4  | 1,5  | 1,3  | 2,4   | 27,0    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 4,3      | 4,3   | 0    | 3,4  | 0     | 31,2    |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 6        | 6     | 1,5  | 1,5  | 2,3   | 28,1    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              |          | 180   |      |      | 5,8   | 23,2    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                       | 14,4     | 14,4  | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| САХАР ПЕСОК                              | 6        | 6     | 0    | 0    | 5,8   | 23,2    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                          |          |       | 24,7 | 29,4 | 57,2  | 592,0   |
| <b>Полдник</b>                           |          |       |      |      |       |         |
| БУЛОЧКА "ЛАКОМКА"                        |          | 50    | 5,0  | 4,7  | 28,8  | 176,8   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                 | 26,7     | 26,7  | 2,8  | 0,3  | 18,1  | 86,5    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,03 шт. | 1,8   | 0,2  | 0,2  | 0     | 2,7     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 0,8      | 0,8   | 0    | 0,8  | 0     | 7,0     |
| САХАР ПЕСОК                              | 2,5      | 2,5   | 0    | 0    | 2,4   | 9,7     |
| ДРОЖКИ                                   | 0,7      | 0,7   | 0,1  | 0    | 0     | 0,5     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 1,7      | 1,7   | 0    | 1,4  | 0     | 12,3    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 12,5     | 12,5  | 0,4  | 0,3  | 0,6   | 6,6     |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ    | 2,5      | 2,5   | 0,6  | 0,6  | 1     | 11,7    |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 12,5     | 12,5  | 0,9  | 1,1  | 6,7   | 39,8    |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                         |          | 160   | 4,9  | 4,3  | 8,1   | 90,5    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 168      | 168   | 4,8  | 4,1  | 7,9   | 88,0    |
|                                          |          |       | 9,9  | 9,0  | 36,9  | 267,3   |
| <b>Ужин</b>                              |          |       |      |      |       |         |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                             |          | 200   | 4,3  | 6,0  | 19,1  | 148,4   |
| КАРТОФЕЛЬ                                | 100      | 70    | 1,4  | 0,3  | 11,1  | 52,3    |
| МОРКОВЬ                                  | 30       | 23,25 | 0,3  | 0    | 1,6   | 7,9     |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                     | 120      | 96    | 1,6  | 0,1  | 4,4   | 26,1    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 4        | 4     | 0    | 3,9  | 0     | 34,9    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ        | 2        | 2     | 0    | 1,6  | 0     | 14,6    |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ                 | 50       | 32,5  | 1    | 0,1  | 2     | 12,6    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                            |          | 180   | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                      | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                              | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                    | 7,2      | 4,3   | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           |          | 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    |
|                                          |          |       | 6,7  | 6,2  | 39,4  | 241,5   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                    |          |       | 56,8 | 62,6 | 198,6 | 1 589,0 |

# 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                               |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)  | 50        |          | 1,3               | 0,1     | 2,7         | 16,5                          |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ                     | 60,8      | 42,6     | 1,3               | 0,1     | 2,7         | 16,5                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                     | 130       |          | 11,8              | 15,6    | 5,7         | 211,3                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                    | 1,18 шт.  | 70,8     | 8,7               | 7,9     | 0,5         | 107,9                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 66,8      | 66,8     | 1,8               | 1,6     | 3,1         | 35,0                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 1,8       | 1,8      | 0                 | 1,7     | 0           | 15,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 5,5       | 5,5      | 1,3               | 1,4     | 2,1         | 25,8                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 3,7       | 3,7      | 0                 | 3       | 0           | 26,9                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.                     | 180       |          | 3,7               | 3,3     | 12,9        | 96,0                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 1,8       | 1,8      | 0,2               | 0       | 1           | 4,5                           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ          | 72        | 72       | 2                 | 1,7     | 3,4         | 37,7                          |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ | 6,3       | 6,3      | 1,5               | 1,6     | 2,4         | 29,5                          |
| САХАР ПЕСОК                           | 6,3       | 6,3      | 0                 | 0       | 6,1         | 24,3                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 5         |          | 4,1               |         |             | 37,4                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 5         | 5        | 0                 | 4,1     | 0           | 37,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20        |          | 1,5               | 0,1     | 10,0        | 47,4                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ  | 20        | 20       | 1,5               | 0,1     | 10          | 47,4                          |
|                                       |           |          | 18,3              | 23,2    | 31,3        | 408,6                         |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ОВОЩНОЙ)               | 140       | 140      | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
|                                       |           |          | 0,7               | 0,1     | 14,1        | 60,2                          |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (СВЕКЛОЙ)            | 50        |          | 0,8               | 1,6     | 4,5         | 36,2                          |
| СВЕКЛА                                | 33,4      | 25,9     | 0,4               | 0       | 2,2         | 10,6                          |
| МОРКОВЬ                               | 33,4      | 25,9     | 0,3               | 0       | 1,7         | 8,8                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 8,4       | 7        | 0,1               | 0       | 0,6         | 2,8                           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ     | 1,6       | 1,6      | 0                 | 1,6     | 0           | 14,0                          |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ   | 150       |          | 3,8               | 4,4     | 13,2        | 111,7                         |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ              | 15        | 10,8     | 1,9               | 1,9     | 0           | 24,9                          |
| КРУПА РИСОВАЯ                         | 7,5       | 7,4      | 0,5               | 0,1     | 5,3         | 23,9                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                  | 18,8      | 15       | 0,3               | 0       | 0,7         | 4,1                           |
| КАРТОФЕЛЬ                             | 52,5      | 36,8     | 0,7               | 0,1     | 5,8         | 27,5                          |
| МОРКОВЬ                               | 9         | 7        | 0,1               | 0       | 0,5         | 2,4                           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                          | 9         | 7,6      | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,0                           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ     | 1,5       | 1,5      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,9                          |

|                                                        |          |       |      |      |       |         |
|--------------------------------------------------------|----------|-------|------|------|-------|---------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                   | 7,5      | 7,5   | 0,2  | 1,1  | 0,3   | 15,0    |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ.                                        |          | 60    | 6,9  | 15,0 | 7,6   | 192,4   |
| СВИНИНА МЯСНАЯ                                         | 48,64    | 41,34 | 5,7  | 13,4 | 0     | 143,2   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                           | 14,29    | 12    | 0,2  | 0    | 1     | 4,8     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                      | 1,5      | 1,5   | 0    | 1,5  | 0     | 13,1    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ                   | 8        | 8     | 0,6  | 0    | 3,9   | 18,3    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                          | 8        | 8     | 0    | 0    | 0     | 0,0     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                               | 4        | 4     | 0,4  | 0,1  | 2,7   | 13,0    |
| СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЕНОЙ). |          | 120   | 2,7  | 2,4  | 14,8  | 91,7    |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                   | 62,5     | 50    | 0,9  | 0,1  | 2,3   | 13,6    |
| КАРТОФЕЛЬ                                              | 71,5     | 50    | 1    | 0,2  | 8     | 37,3    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                           | 14,3     | 12    | 0,2  | 0    | 1     | 4,8     |
| МОРКОВЬ                                                | 15,5     | 12    | 0,2  | 0    | 0,8   | 4,1     |
| САХАР ПЕСОК                                            | 1,9      | 1,9   | 0    | 0    | 1,8   | 7,4     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                      | 2,4      | 2,4   | 0    | 1,9  | 0     | 17,5    |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                         | 2,4      | 2,4   | 0,1  | 0    | 0,5   | 2,3     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                           | 8,8      | 8,8   | 0,3  | 0,2  | 0,4   | 4,7     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                               |          | 150   | 0,1  | 0,1  | 7,7   | 33,0    |
| ЯБЛОКИ                                                 | 33,8     | 29,7  | 0,1  | 0,1  | 2,8   | 13,6    |
| САХАР ПЕСОК                                            | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            |          | 40    | 2,6  | 0,4  | 17,0  | 81,6    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 40       | 40    | 2,6  | 0,4  | 17    | 81,6    |
|                                                        |          |       | 16,9 | 23,9 | 64,8  | 546,6   |
| <b>Полдник</b>                                         |          |       |      |      |       |         |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                       |          | 50    | 3,9  | 3,3  | 25,6  | 146,7   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                               | 28,4     | 28,4  | 3    | 0,4  | 19,3  | 92,1    |
| ДРОЖЖИ                                                 | 0,6      | 0,6   | 0,1  | 0    | 0     | 0,5     |
| САХАР ПЕСОК                                            | 3,4      | 3,4   | 0    | 0    | 3,3   | 13,2    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                      | 1,6      | 1,6   | 0    | 1,3  | 0     | 11,6    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                     | 0,03 шт. | 1,8   | 0,2  | 0,2  | 0     | 2,7     |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)                                | 3,4      | 3,4   | 0,1  | 0    | 2,1   | 9,3     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                      | 0,9      | 0,9   | 0    | 0,9  | 0     | 7,9     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                           | 10       | 10    | 0,3  | 0,3  | 0,5   | 5,2     |
| или МОЛОКО СУХОЕ ЦЕЛЬНОЕ 25% ЖИРНОСТИ                  | 0,9      | 0,9   | 0,2  | 0,2  | 0,4   | 4,2     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                       |          | 160   | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                           | 160      | 160   | 4,5  | 3,9  | 7,5   | 83,8    |
|                                                        |          |       | 8,4  | 7,2  | 33,1  | 230,5   |
| <b>Ужин</b>                                            |          |       |      |      |       |         |
| КУРИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ                             |          | 200   | 7,7  | 11,6 | 9,7   | 178,7   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                   | 150      | 120   | 2,1  | 0,1  | 5,4   | 32,6    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                           | 43       | 36,12 | 0,5  | 0,1  | 2,9   | 14,4    |
| СЫР                                                    | 5        | 4,8   | 1,1  | 1,5  | 0     | 17,5    |
| МОРКОВЬ                                                | 20       | 15,5  | 0,2  | 0    | 1,1   | 5,2     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                      | 2,8      | 2,8   | 0    | 2,7  | 0     | 24,4    |
| КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ                             | 30       | 18,3  | 3,2  | 3,3  | 0     | 42,3    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                      | 3        | 3     | 0    | 2,4  | 0     | 21,7    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                     | 0,05 шт. | 3     | 0,4  | 0,3  | 0     | 4,6     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                   | 8        | 8     | 0,2  | 1,2  | 0,3   | 16,0    |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ.                                         |          | 180   | 0,1  |      | 5,2   | 22,1    |
| ЧАЙ                                                    | 0,5      | 0,5   | 0,1  | 0    | 0,2   | 1,2     |
| САХАР ПЕСОК                                            | 5        | 5     | 0    | 0    | 4,9   | 19,4    |
| ЛИМОН                                                  | 7,2      | 4,3   | 0    | 0    | 0,1   | 1,5     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         |          | 40    | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ                   | 40       | 40    | 3,1  | 0,2  | 20,1  | 94,7    |
|                                                        |          |       | 10,9 | 11,8 | 35,0  | 295,5   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                  |          |       | 55,2 | 66,2 | 178,3 | 1 541,4 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 644336974853228904002341178330791503358059491666

Владелец Фатьянова Анжелика Борисовна

Действителен с 25.01.2023 по 25.01.2024