

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 1
«Солнечный дом» муниципального округа город - курорт Ялта Республики Крым

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 1

«Солнечный дом»



Т.И. Сыроедова



Приказ № 57а

«04» мая 2026г.

ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ВЕСЕННЕ - ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

(для детей с 10,5 часовым пребыванием в МБДОУ № 1 от 3 до 7 лет)

Пояснительная записка к десятидневному меню

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 1
«Солнечный дом» муниципального округа город - курорт Ялта Республики Крым**

Настоящее «основное 10-и дневное меню для организации питания детей от 3-х до 7-и лет в МБДОУ № 1 с 10,5-часовым прибавлением» (далее основное меню) разработано в соответствии с санитарно - эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

В основе разработки основного меню положены представленные в Приложении № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях».

С целью упорядочения и совершенствования организации питания, определения порядка и условия обеспечения питанием воспитанников руководствуемся «Методическими рекомендациями по организации питания в дошкольных и общеобразовательных организациях Республики Крым» от 24.12.2014 г. № 412/102.

При разработке основного меню соблюдены возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах и энергии, обеспечивающие растущий организм детей энергией и основными пищевыми веществами в соответствии с временем пребывания в детском саду 10,5 часов. Предусмотрено использование 10-и дневного меню. Реализация посезонного основного меню обеспечивает выполнение режима питания детей.

В меню предусмотрено ежедневное использование таких продуктов: молоко, мясо или рыба, картофель, овощи, фрукты, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, сметана, птица, сыр, яйцо, соки и др.) включены 2-3 раза в неделю.

В МБДОУ № 1 предусмотрено 4-х разовое питание: завтрак, 2-й завтрак, обед и усиленный полдник. Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и приготовление блюд представлен в Приложении № 6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20. При отсутствии каких-либо продуктов разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (Приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

В работе используются технологические карты из сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

В основном меню использованы рекомендуемые объемы порций для детей в возрасте от 3-х до 7-и лет (Приложение № 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

В основном меню не содержатся продукты, не рекомендованные для питания детей дошкольного возраста.



Утверждаю

Сыроедова Татьяна
Ивановна

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200		4,99	4,70	17,81	134,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15,000	15,000	1,60	0,19	10,26	49,18
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,28	2,72	11,63	85,08
МОЛОКО 2,5% к/м	100,000	100,000	2,81	2,43	4,66	52,38
КАКАО-ПОРОШОК	2,000	2,000	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30,000	30,000	2,25	2,94	22,32	125,10
			12,95	14,79	66,53	453,27
II Завтрак						
БАНАН	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,860	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200		4,42	4,35	13,52	112,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ФАСОЛЬ	18,000	18,000	3,67	0,35	8,21	52,03
КАРТОФЕЛЬ	43,330	26,000	0,50	0,10	4,11	19,42
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,950	0,04	0,00	0,07	0,46
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	80		11,17	13,30	10,03	204,44
ГОВЯДИНА Б/К	56,670	51,000	9,21	7,92	0,00	107,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,42	0,05	2,72	12,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,000	15,960	0,21	0,03	1,27	6,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	11,000	11,000	0,85	0,11	5,24	25,39
МОЛОКО 2,5% к/м	16,000	16,000	0,45	0,39	0,75	8,38
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30		0,56	1,06	2,45	21,69
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,000	2,000	0,21	0,03	1,36	6,48
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,100	5,960	0,08	0,01	0,48	2,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,56	4,51	37,37	204,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КРУПА РИСОВАЯ	52,500	52,000	3,53	0,50	37,33	167,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60		0,97	3,02	4,70	49,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯБЛОКИ	12,000	10,560	0,04	0,04	1,00	4,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,000	2,520	0,04	0,01	0,20	1,00
СВЕКЛА	40,000	30,000	0,44	0,03	2,56	12,22
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	23,000	14,950	0,45	0,03	0,94	5,80
КОМПОТ ИЗ СВ.ФРУКТОВ	180		0,12	0,12	9,71	41,14
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ЯБЛОКИ	35,000	30,800	0,12	0,12	2,93	14,05
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖ.ВИЛ.	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			23,32	26,69	93,89	711,54
Полдник						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80		12,81	5,17	2,36	107,55
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	72,000	63,800	9,84	0,55	0,00	44,56
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,700	2,700	0,01	2,16	0,02	19,59
МОЛОКО 2,5% к/м	8,000	8,000	0,22	0,19	0,37	4,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,700	2,700	0,28	0,04	1,83	8,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,000	2,46	2,23	0,14	30,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,17	5,01	22,02	146,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КАРТОФЕЛЬ	221,830	133,100	2,58	0,51	21,05	99,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО 2,5% к/м	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
ОГУРЕЦ СВЕЖ.	30		0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31,000	31,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШ,	20		1,60	0,20	9,82	47,60
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	20,000	20,000	1,60	0,20	9,82	47,60
ЧАЙ С САХАРОМ,ЛИМОН	180/7/4		0,12	0,00	7,05	29,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН	4,000	2,400	0,02	0,00	0,07	0,80
			17,70	10,38	41,25	330,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,47	52,36	222,67	1 591,23



Утверждаю

Сыроедова Татьяна
Ивановна

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200		5,05	4,90	17,69	135,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
ПШЕНО	15,000	14,850	1,66	0,39	10,14	50,70
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/5/15		5,88	8,73	14,77	162,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	15,630	15,000	3,45	4,42	0,00	54,56
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	14,07	87,04
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
			13,56	15,81	46,53	385,09
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,600	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		1,66	4,12	11,31	89,21
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8,000	8,000	0,85	0,10	5,47	26,23
КАРТОФЕЛЬ	50,000	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	10,000	7,500	0,10	0,01	0,50	2,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,950	0,04	0,00	0,07	0,46
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180		25,53	10,02	19,95	299,49
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	135,600	126,100	21,89	4,53	0,00	155,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,800	4,800	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,298 шт.	12,000	1,47	1,34	0,08	18,27
КРУПА РИСОВАЯ	22,800	22,600	1,53	0,22	16,22	73,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	54,000	45,400	0,62	0,09	3,61	18,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30		0,38	1,05	1,60	17,34
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,000	2,000	0,21	0,03	1,36	6,48

САЛАТ ИЗ СВЕЖ, КАПУСТЫ С Р,М,	60		0,00	2,43	2,43	31,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,43	9,68
КАПУСТА РАННЯЯ	69,000	69,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,90	0,18	18,18	77,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	180,000	180,000	0,90	0,18	18,18	77,40
БАТОН	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			33,39	18,43	84,31	663,83
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100		18,37	14,36	14,98	262,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	102,000	102,000	16,52	8,90	1,29	151,38
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,000	13,000	1,36	0,16	8,82	42,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,099 шт.	4,000	0,49	0,45	0,03	6,09
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,59	1,52	3,99	31,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,400	1,400	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,400	1,400	0,15	0,02	0,95	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,400	2,400	0,00	0,00	2,33	9,29
ВАНИЛИН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ, ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ	60		0,71	2,02	6,07	46,21
МОРКОВЬ	68,800	51,600	0,65	0,05	3,45	17,52
ЯБЛОКИ	13,640	12,000	0,05	0,05	1,14	5,47
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,400	2,400	0,01	1,92	0,02	17,41
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ЙОГУРТ	180		5,18	4,63	8,34	104,54
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	185,000	185,000	5,18	4,63	8,34	104,54
			24,85	22,53	33,38	445,14
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,20	57,17	174,02	1 541,06



Утверждаю

Сыроедова Татьяна
Ивановна**МЕНЮ****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	200		4,40	4,66	18,21	133,08
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
КРУПА РИСОВАЯ	15,000	14,850	1,01	0,15	10,66	47,97
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,73	2,18	12,01	79,20
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,000	2,000	0,20	0,00	1,04	4,97
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			9,56	11,27	44,99	321,08
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,35	0,35	8,62	41,36
ЯБЛОКИ	100,000	88,000	0,35	0,35	8,62	41,36
			0,35	0,35	8,62	41,36
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200		1,67	4,64	7,54	79,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
КАРТОФЕЛЬ	40,000	24,000	0,47	0,10	3,79	17,93
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,000	40,000	0,70	0,04	1,82	10,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,520	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,600	1,500	0,06	0,01	0,11	0,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТ, СОУСЕ	80/30		18,37	19,24	1,60	252,63
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,000	2,000	0,21	0,03	1,36	6,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,800	18,800	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	112,000	101,920	17,99	18,19	0,00	235,29
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,64	5,46	35,95	215,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,500	52,500	5,61	0,66	35,90	172,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60		1,74	3,02	3,65	48,56
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	87,700	57,000	1,72	0,11	3,60	22,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,700	0,600	0,02	0,00	0,05	0,28
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,28	0,13	13,59	57,73
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ШИПОВНИК	18,000	18,000	0,28	0,13	3,91	19,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШ.	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			30,22	32,82	78,44	731,24
Полдник						
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	85		8,09	14,46	1,55	168,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,49 шт.	59,970	7,39	6,69	0,41	91,33
МОЛОКО 2,5% к/м	23,000	23,000	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60		0,00	4,41	4,41	56,70
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	63,000	63,000	0,00	4,41	4,41	56,70
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОН	180/10/7		0,14	0,00	10,01	41,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	7,000	4,200	0,04	0,00	0,13	1,39
БАТОН пш.	15		1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,20	0,15	7,37	35,70
			9,43	19,02	23,34	302,37
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,56	63,46	155,39	1 396,05



Утверждаю

Сыроедова Татьяна
Ивановна**МЕНЮ****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200		4,89	4,66	17,82	132,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
КРУПА МАННАЯ	15,000	15,000	1,50	0,15	10,27	47,87
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	30/5/20		4,73	7,38	14,77	145,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10,420	10,000	2,30	2,95	0,00	36,38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	11,17	75,41
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,490	0,490	0,10	0,00	0,20	1,18
			12,25	14,22	43,76	353,57
II Завтрак						
МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	135,140	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			0,80	0,20	7,50	38,00
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200		6,98	4,39	8,78	102,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
КАРТОФЕЛЬ	50,000	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
КРУПА РИСОВАЯ	4,000	3,960	0,27	0,04	2,84	12,79
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,950	0,04	0,00	0,07	0,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	43,000	38,100	5,88	0,33	0,00	26,61
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160		13,77	13,19	11,29	219,71
ГОВЯДИНА Б/К	66,000	59,400	10,72	9,22	0,00	125,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,124 шт.	5,000	0,62	0,56	0,04	7,61
КРУПА РИСОВАЯ	8,000	8,000	0,54	0,08	5,74	25,84
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	121,000	96,800	1,69	0,10	4,41	26,29
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,000	13,440	0,18	0,03	1,07	5,34
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30		0,50	1,05	2,13	20,13
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,250	2,250	0,23	0,03	1,52	7,29

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30,680	30,680	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШ.		38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
БАТОН КР,НОВ,		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВ		180	0,12	0,12	12,61	52,75
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЯБЛОКИ	35,000	30,800	0,12	0,12	2,93	14,05
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,29	19,38	65,65	544,38
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ,СО СГ,МОЛ,		100/20	15,49	11,94	28,63	283,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	76,000	76,000	12,31	6,63	0,96	112,79
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,000	3,000	0,08	0,44	0,11	4,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,149 шт.	6,000	0,74	0,67	0,04	9,14
КРУПА РИСОВАЯ	14,000	13,860	0,94	0,14	9,95	44,77
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	1,40	1,65	10,77	63,63
КЕФИР		180	5,39	4,64	7,43	98,42
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	185,700	185,700	5,39	4,64	7,43	98,42
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30,000	30,000	2,25	2,94	22,32	125,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,13	19,52	58,38	507,37
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,47	53,32	175,29	1 443,32

Сыроедова Татьяна
Ивановна

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНКОЙ	200		5,18	5,41	16,54	136,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15,000	15,000	1,79	0,90	8,99	51,22
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,ДЖЕМОМ	30/5/15		2,52	4,33	25,38	149,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ДЖЕМ	15,000	15,000	0,09	0,02	10,61	41,32
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,28	2,72	14,53	96,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	2,81	2,43	4,66	52,38
КАКАО-ПОРОШОК	2,000	2,000	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
			10,98	12,46	56,45	382,02
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	113,640	100,000	0,39	0,39	9,51	45,59
			0,39	0,39	9,51	45,59
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200		2,20	4,67	12,14	99,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
САХАР ПЕСОК	1,000	1,000	0,00	0,00	0,97	3,87
КАРТОФЕЛЬ	40,000	24,000	0,47	0,10	3,79	17,93
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,000	32,000	0,56	0,03	1,46	8,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,400	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
СВЕКЛА	50,000	37,500	0,54	0,04	3,20	15,28
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,000	3,000	0,14	0,00	0,55	2,97
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,080	1,030	0,04	0,00	0,08	0,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	80/130		26,43	26,35	23,42	437,20
ГОВЯДИНА Б/К	143,330	129,000	23,27	20,02	0,00	272,78
КАРТОФЕЛЬ	218,330	131,000	2,54	0,50	20,71	97,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,100	11,000	0,15	0,02	0,87	4,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,000	6,000	0,00	5,81	0,00	52,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,000	10,000	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ОГУРЕЦ СВЕЖ,	50		0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51,000	51,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШ.	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
БАТОН ПШЕН,	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КИСЕЛЬ	180		0,09	0,09	25,11	101,71
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,600	21,600	0,00	0,00	16,67	66,71
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,000	171,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			33,64	31,74	91,51	787,77
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,96	4,49	0,27	61,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,0 шт.	40,250	4,96	4,49	0,27	61,29
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60		5,24	3,81	34,37	192,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,000	0,37	0,34	0,02	4,57
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41,000	41,000	4,30	0,51	27,80	132,83
ДРОЖЖИ	1,000	1,000	0,13	0,02	0,02	0,75
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ВАНИЛЬНЫЙ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,32	4,59	8,80	99,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189,000	189,000	5,32	4,59	8,80	99,00
			15,52	12,89	43,44	352,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,53	57,48	200,91	1 568,13

Сыроедова Татьяна
Ивановна

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200		5,05	4,90	17,69	135,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
ПШЕНО	15,000	14,850	1,66	0,39	10,14	50,70
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,28	2,72	11,63	85,08
МОЛОКО 2,5% к/м	100,000	100,000	2,81	2,43	4,66	52,38
КАКАО-ПОРОШОК	2,000	2,000	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30,000	30,000	2,25	2,94	22,32	125,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,01	14,99	66,41	454,79
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150,000	150,000	0,75	0,15	15,15	64,50
			0,75	0,15	15,15	64,50
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10		5,79	4,47	22,33	152,85
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,080	16,000	3,57	0,25	7,47	46,40
КАРТОФЕЛЬ	66,670	40,000	0,78	0,16	6,32	29,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,520	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,16	0,15	7,15	34,63
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/30		17,94	16,18	1,95	224,86
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,500	7,500	0,18	1,10	0,25	11,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,500	22,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	107,790	97,000	17,50	15,05	0,00	205,12

РИС ОТВАРНОЙ		150	3,56	4,51	37,37	204,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КРУПА РИСОВАЯ	52,500	52,000	3,53	0,50	37,33	167,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАН. КАПУСТЫ с Р,М,		60	0,00	2,33	3,48	34,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,400	2,400	0,00	2,33	0,00	20,93
САХАР ПЕСОК	3,600	3,600	0,00	0,00	3,48	13,93
КАПУСТА РАННЯЯ	69,000	69,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВ		180	0,12	0,12	12,61	52,75
ЯБЛОКИ	35,000	30,800	0,12	0,12	2,93	14,05
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН.		38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
БАТОН		15	1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,20	0,15	7,37	35,70
			31,13	28,09	101,22	782,77
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,250	4,96	4,49	0,27	61,29
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		175	10,42	10,40	35,60	279,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,400	4,400	0,02	3,52	0,04	31,92
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	22,000	21,100	4,85	6,22	0,00	76,76
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,000	52,000	5,55	0,66	35,56	170,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51,000	51,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ		180/10/4	0,12	0,00	9,95	40,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	4,000	2,400	0,02	0,00	0,07	0,80
			15,64	15,00	45,85	382,87
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,53	58,23	228,63	1 684,93



МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	200		5,20	4,99	15,78	129,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15,000	14,850	1,81	0,48	8,23	44,37
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	30/5/10		4,73	7,38	14,77	145,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10,420	10,000	2,30	2,95	0,00	36,38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	14,07	87,04
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
			12,56	14,55	44,62	361,70
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,640	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200		2,22	5,74	5,62	83,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
КАРТОФЕЛЬ	50,000	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	10,000	8,000	0,10	0,01	0,25	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	6,000	5,700	0,20	0,02	0,42	2,71
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,060	1,24	1,13	0,07	15,32
ЩАВЕЛЬ	70,000	53,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160		11,54	8,27	27,24	239,80
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50,000	46,500	8,07	1,67	0,00	57,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,31	0,04	2,04	9,72
КАРТОФЕЛЬ	256,000	153,600	2,98	0,59	24,29	114,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,000	10,920	0,15	0,02	0,87	4,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30		0,43	1,05	1,94	18,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51,000	51,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧ.	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
БАТОН ПШ,	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	150		0,75	0,15	15,15	64,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	150,000	150,000	0,75	0,15	15,15	64,50
			19,86	15,84	80,79	555,24
Полдник						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) СО СГУЩ. МОЛОКОМ	100/20		17,03	13,01	24,88	284,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	84,000	84,000	13,61	7,33	1,06	124,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,149 шт.	6,000	0,74	0,67	0,04	9,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12,000	12,000	1,26	0,16	8,14	38,88
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	1,40	1,65	10,77	63,63
МОРКОВЬ, ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ	60		0,71	2,02	6,07	46,21
МОРКОВЬ	68,800	51,600	0,65	0,05	3,45	17,52
ЯБЛОКИ	13,640	12,000	0,05	0,05	1,14	5,47
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,400	2,400	0,01	1,92	0,02	17,41
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ЙОГУРТ	185		5,18	4,63	8,34	104,54
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	185,000	185,000	5,18	4,63	8,34	104,54
			22,92	19,66	39,29	435,43
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,74	50,45	174,50	1 399,37

**МЕНЮ****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНКОЙ	200		5,18	5,41	16,54	136,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15,000	15,000	1,79	0,90	8,99	51,22
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,	30/5		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,73	2,18	12,01	79,20
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,000	2,000	0,20	0,00	1,04	4,97
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			10,34	12,02	43,32	324,33
II Завтрак						
БАНАН	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,860	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200		1,76	4,66	8,12	81,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,000	32,000	0,56	0,03	1,46	8,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	13,000	8,450	0,25	0,02	0,53	3,28
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,660	1,580	0,06	0,01	0,12	0,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	50,000	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	80/130		21,50	23,47	34,76	436,21
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	112,000	101,920	17,99	18,19	0,00	235,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53
КРУПА РИСОВАЯ	46,000	45,600	3,09	0,45	32,73	147,29
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,100	9,300	0,13	0,02	0,74	3,70
МОРКОВЬ	16,930	12,700	0,16	0,01	0,85	4,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,100	2,100	0,10	0,00	0,39	2,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СОЛ	30		0,25	0,03	0,54	4,16
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	33,000	33,000	0,25	0,03	0,54	4,16

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН.	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
БАТОН ПШЕН,	15		1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,20	0,15	7,37	35,70
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,28	0,13	13,59	57,73
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ШИПОВНИК	18,000	18,000	0,28	0,13	3,91	19,03
			27,51	28,77	80,49	693,26
Полдник						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80		10,56	4,33	7,62	112,04
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	65,000	57,590	8,89	0,50	0,00	40,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	14,000	14,000	1,09	0,14	6,66	32,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,17	5,01	22,02	146,18
КАРТОФЕЛЬ	221,830	133,100	2,58	0,51	21,05	99,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО 2,5% к/м	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ОГУРЕЦ СВЕЖ.,,	30		0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31,000	31,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180/10/4		0,14	0,00	10,01	41,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	10,000	10,000	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	7,000	4,200	0,04	0,00	0,13	1,39
БАТОН пшен.	15		1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,20	0,15	7,37	35,70
			15,07	9,49	47,02	335,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,42	50,78	191,83	1 448,80



МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200		4,89	4,66	17,82	132,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
КРУПА МАННАЯ	15,000	15,000	1,50	0,15	10,27	47,87
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,ДЖЕМОМ	30/5/20		2,22	4,08	13,54	99,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,600	4,600	0,02	3,80	0,04	34,41
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	27,500	27,500	2,20	0,28	13,50	65,45
ДЖЕМ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	11,17	75,43
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,500	0,500	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			9,74	10,92	42,53	308,27
II Завтрак						
МАНДАРИН	100		0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	135,140	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			0,80	0,20	7,50	38,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	200		1,84	4,28	10,64	88,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8,000	7,920	0,97	0,25	4,38	23,66
КАРТОФЕЛЬ	53,330	32,000	0,62	0,13	5,06	23,90
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,950	0,04	0,00	0,07	0,46
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80		12,41	12,23	8,15	192,16
ГОВЯДИНА Б/К	65,560	59,000	10,64	9,16	0,00	124,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
МОЛОКО 2,5% к/м	21,000	21,000	0,59	0,51	0,98	11,00
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,16	0,15	7,15	34,63
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30		0,53	1,05	2,31	20,94
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,17	5,01	22,02	146,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МОЛОКО 2,5% к/м	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
КАРТОФЕЛЬ	221,830	133,100	2,58	0,51	21,05	99,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60		1,24	2,41	5,24	48,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,400	2,400	0,00	2,33	0,00	20,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,200	1,200	0,13	0,02	0,81	3,89
САХАР ПЕСОК	1,200	1,200	0,00	0,00	1,16	4,65
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	66,000	52,800	0,92	0,05	2,41	14,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,800	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
МОРКОВЬ	4,270	3,200	0,04	0,00	0,21	1,09
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,800	1,800	0,09	0,00	0,33	1,78
БАТОН ПШЕН.	15		1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	15,000	15,000	1,20	0,15	7,37	35,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,87	0,17	17,63	75,08
СОК ФРУКТОВЫЙ	180,000	180,000	0,87	0,17	17,63	75,08
			23,78	25,63	89,47	684,47
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100		16,44	13,47	13,23	239,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	94,000	94,000	15,23	8,21	1,18	139,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,099 шт.	4,000	0,49	0,45	0,03	6,09
КРУПА МАННАЯ	6,000	6,000	0,60	0,06	4,11	19,15
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30		0,43	1,05	1,94	18,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,000	7,000	0,17	1,02	0,24	10,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ, ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ	60		0,71	2,02	6,07	46,21
МОРКОВЬ	68,800	51,600	0,65	0,05	3,45	17,52
ЯБЛОКИ	13,640	12,000	0,05	0,05	1,14	5,47
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,400	2,400	0,01	1,92	0,02	17,41
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
КЕФИР	180		5,37	4,63	7,40	98,05
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	185,000	185,000	5,37	4,63	7,40	98,05
			22,95	21,17	28,64	402,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,27	57,92	168,14	1 433,62



Утверждаю

Сыроедова Татьяна
Ивановна

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		4,99	4,70	17,81	134,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МОЛОКО 2,5% к/м	120,000	120,000	3,38	2,91	5,59	62,86
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15,000	15,000	1,60	0,19	10,26	49,18
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,73	2,18	12,01	79,20
МОЛОКО 2,5% к/м	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,000	2,000	0,20	0,00	1,04	4,97
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
			10,15	11,31	44,59	322,29
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,600	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200		1,57	4,64	10,62	90,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,58	0,14	6,21
САХАР ПЕСОК	1,000	1,000	0,00	0,00	0,97	3,87
КАРТОФЕЛЬ	50,000	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,000	6,720	0,09	0,01	0,53	2,68
МОРКОВЬ	12,000	9,000	0,12	0,01	0,60	3,06
СВЕКЛА	50,000	37,500	0,54	0,04	3,20	15,28
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,950	0,04	0,00	0,07	0,46
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	60/60		18,25	18,34	3,85	253,46
ГОВЯДИНА Б/К	108,000	97,200	17,54	15,08	0,00	205,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,000	10,080	0,14	0,02	0,81	4,01
МОРКОВЬ	15,000	11,250	0,15	0,01	0,76	3,82
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,000	3,000	0,14	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150		6,38	5,68	28,84	191,64

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	52,500	52,000	6,35	1,67	28,80	155,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СОЛ,	30		0,25	0,03	0,52	4,04
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	32,000	32,000	0,25	0,03	0,52	4,04
БАТОН ПШ,	30		2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38		2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
КИСЕЛЬ ФР,	180		0,00	0,00	25,38	101,54
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,600	21,600	0,00	0,00	16,67	66,71
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
			31,37	29,32	100,05	790,41
Полдник						
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	85		8,09	14,46	1,55	168,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,49 шт.	59,970	7,39	6,69	0,41	91,33
МОЛОКО 2,5% к/м	23,000	23,000	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,000	4,000	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,15	2,02	2,43	32,37
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	58,460	38,000	1,14	0,08	2,40	14,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,500	0,400	0,01	0,00	0,03	0,19
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	60		5,19	3,80	42,32	223,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,000	1,000	0,00	0,97	0,00	8,72
МОЛОКО 2,5% к/м	15,000	15,000	0,43	0,37	0,70	7,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,000	0,37	0,34	0,02	4,57
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,000	40,000	4,19	0,50	27,12	129,59
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	4,84	19,35
ДРОЖИЖИ	1,000	1,000	0,13	0,02	0,02	0,75
ПОВИДЛО	15,000	15,000	0,06	0,00	9,60	38,64
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО 2,5% к/м	180,000	180,000	5,06	4,37	8,38	94,28
			19,49	24,65	54,68	519,32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,41	65,68	209,12	1 679,02