

МБДОУ № 5

Утверждаю  
Заведующий детским садом  
Смеловец Зоя Петровна

## МЕНЮ Сад 10 часов

### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ( ГРЕЧНЕВОЙ )	200		6,35	5,45	16,91	142,97
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	140,000	140,000	4,21	3,40	6,38	74,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ В/С	16,000	15,800	1,93	0,50	8,75	47,20
САХАР ПЕСОК	1,800	1,800	0,00	0,00	1,75	6,96
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,200	2,200	0,21	1,55	0,03	14,12
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		2,90	3,93	14,80	104,50
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,000	5,000	0,50	3,63	0,07	33,10
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,34	2,43	17,03	104,51
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,300	3,300	0,33	0,00	1,72	8,20
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	3,01	2,43	4,56	53,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,000	120,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ, МАРМЕЛАД, ЗЕФИР	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ ТОПЛЁНОЕ МОЛОКО В/С	50,000	50,000	3,75	4,90	37,20	208,50
			<b>16,34</b>	<b>16,71</b>	<b>85,94</b>	<b>560,48</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( СНЕЖОК, КЕФИР,ЙОГУРТ,ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА )	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПЕРСИК	100,000	100,000	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ ( СВЕКОЛЬНИК )	200		1,96	5,10	13,19	107,16
СВЕКЛА	45,470	34,100	0,49	0,03	2,91	13,89
КАРТОФЕЛЬ	66,670	40,000	0,78	0,16	6,32	29,88
МОРКОВЬ	14,000	10,500	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,400	0,12	0,02	0,67	3,34
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,200	6,200	0,29	0,00	1,14	6,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,200	4,200	0,00	4,07	0,00	36,63
САХАР ПЕСОК	1,300	1,300	0,00	0,00	1,26	5,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,600	5,600	0,14	0,81	0,19	8,69
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b>		<b>180</b>	<b>19,39</b>	<b>19,23</b>	<b>12,48</b>	<b>302,44</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	171,000	171,000	2,99	0,16	7,80	46,44
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	87,600	87,600	15,80	13,60	0,00	185,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,600	5,600	0,00	5,42	0,00	48,83
МОРКОВЬ	14,000	10,500	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,700	8,200	0,11	0,02	0,65	3,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,100	4,100	0,19	0,00	0,76	4,05
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
САХАР ПЕСОК	1,600	1,600	0,00	0,00	1,55	6,19
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</b>		<b>50</b>	<b>0,47</b>	<b>0,06</b>	<b>1,00</b>	<b>7,64</b>
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	58,800	58,800	0,47	0,06	1,00	7,64
<b>КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ЧЕРНОСЛИВ)</b>		<b>200</b>	<b>0,45</b>	<b>0,14</b>	<b>26,26</b>	<b>110,03</b>
ЧЕРНОСЛИВ Б\К, В/С	20,000	20,000	0,45	0,14	11,16	49,66
САХАР ПЕСОК	15,600	15,600	0,00	0,00	15,10	60,37
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,000	203,000	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,53</b>	<b>0,12</b>	<b>10,04</b>	<b>47,36</b>
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	20,000	20,000	1,53	0,12	10,04	47,36
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>38</b>	<b>2,52</b>	<b>0,33</b>	<b>16,11</b>	<b>77,50</b>
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			<b>26,32</b>	<b>24,98</b>	<b>79,08</b>	<b>652,13</b>
<b>Полдник</b>						
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ</b>		<b>100</b>	<b>11,53</b>	<b>6,16</b>	<b>3,40</b>	<b>115,90</b>
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З ( ТУШКА ) С/М	65,400	65,400	10,09	0,57	0,00	45,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,300	21,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	38,530	28,900	0,37	0,03	1,93	9,82
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,900	2,900	0,14	0,00	0,53	2,87
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	11,300	0,16	0,02	0,90	4,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,154 шт.	6,200	0,77	0,69	0,04	9,44
<b>РИС ОТВАРНОЙ</b>		<b>120</b>	<b>3,43</b>	<b>4,22</b>	<b>30,83</b>	<b>173,06</b>
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	43,270	42,840	2,91	0,42	30,75	138,38
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>10,99</b>	<b>44,41</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,000	146,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>0,76</b>	<b>0,06</b>	<b>5,02</b>	<b>23,68</b>
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	10,000	10,000	0,76	0,06	5,02	23,68
			<b>15,84</b>	<b>10,44</b>	<b>50,24</b>	<b>357,05</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,30</b>	<b>54,63</b>	<b>219,77</b>	<b>1 626,17</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ( ПШЕНО )	200		6,19	5,37	18,95	149,71
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	140,000	140,000	4,21	3,40	6,38	74,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,700	66,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	16,000	15,800	1,77	0,42	10,79	53,94
САХАР ПЕСОК	1,800	1,800	0,00	0,00	1,75	6,96
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,200	2,200	0,21	1,55	0,03	14,12
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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,58	4,55	0,00	56,14
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,900	15,900	3,58	4,55	0,00	56,14
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200		3,13	2,43	15,55	97,76
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	3,01	2,43	4,56	53,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,700	66,700	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>15,30</b>	<b>12,65</b>	<b>49,23</b>	<b>375,01</b>
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
			<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,54</b>	<b>45,74</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		1,87	5,57	8,88	93,85
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54,300	43,500	0,76	0,04	1,98	11,81
КАРТОФЕЛЬ	52,170	31,300	0,61	0,13	4,95	23,38
МОРКОВЬ	14,000	10,500	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,400	0,12	0,02	0,67	3,34
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,100	2,100	0,10	0,00	0,39	2,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,700	4,700	0,00	4,56	0,00	40,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,800	177,800	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,600	5,600	0,14	0,81	0,19	8,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80		11,07	3,80	4,48	95,82
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З ( ТУШКА ) С/М	57,100	57,100	8,81	0,49	0,00	39,88
МОРКОВЬ	26,670	20,000	0,25	0,02	1,34	6,79

ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	5,000	5,000	0,37	0,03	2,43	11,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,600	0,11	0,02	0,60	3,03
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,25 шт.	10,100	1,24	1,13	0,07	15,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,100	9,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	3,000	3,000	0,29	2,11	0,04	19,26
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		130	3,93	3,28	21,97	132,74
КАРТОФЕЛЬ	203,130	121,880	2,37	0,48	19,27	91,03
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	39,000	39,000	1,17	0,95	1,78	20,81
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,600	2,600	0,25	1,83	0,04	16,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,300	1,300	0,14	0,02	0,88	4,21
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,71	2,48	4,16	41,70
СВЕКЛА	65,070	48,800	0,71	0,05	4,16	19,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		200	0,11	0,00	28,41	114,04
ПОВИДЛО	24,000	24,000	0,10	0,00	15,36	61,83
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,000	7,000	0,01	0,00	5,31	21,25
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191,000	191,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,91	0,16	12,55	59,21
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	25,000	25,000	1,91	0,16	12,55	59,21
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
			<b>22,12</b>	<b>15,62</b>	<b>96,56</b>	<b>614,86</b>
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		130	19,49	13,02	18,01	265,58
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	103,100	103,100	16,70	9,00	1,30	153,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,900	13,900	1,46	0,17	9,43	45,04
САХАР ПЕСОК	7,400	7,400	0,00	0,00	7,17	28,64
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,185 шт.	7,400	0,91	0,82	0,05	11,27
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,300	4,300	0,42	3,03	0,06	27,62
СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ)		30	0,68	3,26	3,88	47,06
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,37	2,18	0,51	23,28
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	1,500	1,500	0,15	1,06	0,02	9,63
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
САХАР ПЕСОК	2,400	2,400	0,00	0,00	2,33	9,29
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР	1,500	1,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР, РЯЖЕНКА, ЙОГУРТ, СНЕЖОК, ПРОСТОК ВАША)		180	5,39	4,65	7,44	98,58
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,000	186,000	5,39	4,65	7,44	98,58
			<b>25,56</b>	<b>20,93</b>	<b>29,33</b>	<b>411,22</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>63,37</b>	<b>49,59</b>	<b>184,66</b>	<b>1 446,83</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		9,47	9,71	31,49	251,56
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,800	30,800	3,68	1,85	18,46	105,17
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	176,000	176,000	5,30	4,27	8,02	93,90
САХАР ПЕСОК	5,100	5,100	0,00	0,00	4,94	19,74
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,100	5,100	0,49	3,59	0,07	32,75
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55		6,88	11,98	14,87	192,20
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,000	15,000	3,48	4,43	0,00	54,60
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	10,000	10,000	1,00	7,25	0,14	66,20
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,12	0,00	10,99	44,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,400	59,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,200	146,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
			<b>16,47</b>	<b>21,69</b>	<b>57,35</b>	<b>488,17</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( РЯЖЕНКА, КЕФИР, СНЕЖОК, ЙОГУРТ, ПРОСТОКВАША )	100		2,90	2,50	4,20	54,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	2,90	2,50	4,20	54,00
			<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,20</b>	<b>54,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		2,22	2,40	16,13	95,25
КАРТОФЕЛЬ	100,000	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	8,000	8,000	0,85	0,10	5,47	26,23
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,100	2,100	0,00	2,04	0,00	18,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180		39,77	35,97	32,75	612,60
ТУШКА ЦЫПЛЯТ 1 СОРТ ОХЛОЖДЕННАЯ	196,900	196,900	35,72	30,75	0,00	420,18
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	6,800	6,800	0,66	4,78	0,10	43,67
МОРКОВЬ	19,470	14,600	0,18	0,01	0,98	4,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,800	8,200	0,11	0,02	0,65	3,26

ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,900	5,900	0,27	0,00	1,09	5,84
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	42,100	41,700	2,83	0,41	29,93	134,69
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		50	0,54	2,51	1,55	31,96
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	55,600	55,600	0,43	0,06	0,92	7,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,400	7,900	0,11	0,02	0,63	3,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,16	0,16	27,02	111,08
ЯБЛОКИ	45,300	39,900	0,16	0,16	3,79	18,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,000	172,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВИШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,000	166,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24,000	24,000	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	20,000	20,000	1,53	0,12	10,04	47,36
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
			<b>46,74</b>	<b>41,49</b>	<b>103,60</b>	<b>975,75</b>
<b>Полдник</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	11,18	16,95	1,98	201,50
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	1,863 шт.	75,000	9,24	8,37	0,51	114,22
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	28,800	28,800	0,86	0,70	1,31	15,36
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,600	5,600	0,54	3,94	0,08	35,96
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,600	5,600	0,54	3,94	0,08	35,96
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		50	0,90	4,23	3,66	56,53
ИКРА КАБАЧКОВАЯ В/С	50,000	47,500	0,90	4,23	3,66	56,53
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200	1,94	0,19	23,28	93,12
СОКИ И НЕКТАРЫ ФРУКТОВЫЕ "САДЫ ПРИДОНЬЯ"	200,000	200,000	1,94	0,19	23,28	93,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	10,000	10,000	0,76	0,06	5,02	23,68
			<b>14,78</b>	<b>21,43</b>	<b>33,94</b>	<b>374,83</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>80,89</b>	<b>87,11</b>	<b>199,09</b>	<b>1 892,75</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		8,86	8,16	34,12	244,68
КРУПА МАННАЯ	30,800	30,800	3,07	0,30	21,09	98,29
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	176,000	176,000	5,30	4,27	8,02	93,90
САХАР ПЕСОК	5,100	5,100	0,00	0,00	4,94	19,74
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,100	5,100	0,49	3,59	0,07	32,75
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	65		3,14	5,35	32,32	187,63
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	7,200	7,200	0,70	5,06	0,10	46,23
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,33	0,29	14,29	69,26
ПОВИДЛО	28,000	28,000	0,11	0,00	17,93	72,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,34	2,43	17,03	104,51
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,300	3,300	0,33	0,00	1,72	8,20
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	3,01	2,43	4,56	53,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,000	120,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>15,34</b>	<b>15,94</b>	<b>83,47</b>	<b>536,82</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( КЕФИР, ЙОГУРТ, СНЕЖОК, РЯЖЕНКА, ПРОСТОКВАША )	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПЕРСИК	100,000	100,000	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ	200		8,68	2,26	15,53	117,63
КАРТОФЕЛЬ	100,000	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,800	6,500	0,09	0,01	0,51	2,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З ( ТУШКА ) С/М	43,000	43,000	6,63	0,38	0,00	30,03
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,800	7,700	0,70	0,08	5,00	23,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80		16,23	18,62	6,44	254,90
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	80,000	80,000	14,43	12,42	0,00	169,17
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	13,000	13,000	0,96	0,08	6,32	29,87

МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	8,700	8,700	0,84	6,12	0,12	55,86
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		3,58	4,70	21,14	139,94
КАРТОФЕЛЬ	212,500	127,500	2,47	0,49	20,16	95,23
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,60	0,49	0,91	10,67
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,300	5,300	0,51	3,72	0,07	34,04
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50		1,12	2,57	4,65	47,87
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58,300	58,300	1,05	0,06	1,75	13,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,800	4,870	0,07	0,01	0,40	2,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200		0,00	0,00	15,10	60,37
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15,600	15,600	0,00	0,00	15,10	60,37
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,000	203,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,30	0,11	8,53	40,26
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	17,000	17,000	1,30	0,11	8,53	40,26
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
			<b>33,43</b>	<b>28,59</b>	<b>87,50</b>	<b>738,47</b>
<b>Полдник</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150		2,50	9,07	15,02	152,79
КАРТОФЕЛЬ	86,500	51,900	1,01	0,20	8,21	38,76
СВЕКЛА	40,000	30,000	0,44	0,03	2,56	12,22
МОРКОВЬ	30,270	22,700	0,29	0,02	1,52	7,71
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	37,500	37,500	0,29	0,04	0,62	4,73
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,800	22,500	0,31	0,05	1,79	8,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,000	9,000	0,00	8,72	0,00	78,48
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,700	5,010	0,16	0,01	0,32	1,94
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,15	0,00	11,10	45,63
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
ЛИМОН	6,100	3,700	0,03	0,00	0,11	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,700	166,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		4,91	4,44	0,27	60,68
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0.99 шт.	39,850	4,91	4,44	0,27	60,68
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	50		0,19	0,19	4,77	22,87
ЯБЛОКИ	57,000	50,160	0,19	0,19	4,77	22,87
			<b>7,75</b>	<b>13,70</b>	<b>31,16</b>	<b>281,97</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,32</b>	<b>60,73</b>	<b>206,64</b>	<b>1 613,77</b>

## МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		6,07	5,00	18,63	144,87
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15,600	15,600	1,67	0,19	10,67	51,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	140,000	140,000	4,21	3,40	6,38	74,69
САХАР ПЕСОК	1,600	1,600	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,000	2,000	0,19	1,41	0,03	12,84
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
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		1,00	7,25	0,14	66,20
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	10,000	10,000	1,00	7,25	0,14	66,20
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,19	3,29	16,53	114,32
КАКАО-ПОРОШОК	2,200	2,200	0,51	0,32	0,21	6,17
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	122,200	122,200	3,68	2,97	5,57	65,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,900	88,900	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>13,66</b>	<b>15,84</b>	<b>50,03</b>	<b>396,79</b>
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
			<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,54</b>	<b>45,74</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		1,85	5,51	11,01	101,79
СВЕКЛА	44,400	33,300	0,49	0,03	2,84	13,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	21,100	16,900	0,29	0,02	0,77	4,59
КАРТОФЕЛЬ	26,670	16,000	0,31	0,06	2,53	11,95
МОРКОВЬ	14,270	10,700	0,14	0,01	0,72	3,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,400	0,12	0,02	0,67	3,34
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,200	6,200	0,29	0,00	1,14	6,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,200	4,200	0,00	4,07	0,00	36,63
САХАР ПЕСОК	2,100	2,100	0,00	0,00	2,04	8,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,900	8,900	0,21	1,30	0,30	13,81
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	100		13,27	7,64	11,15	179,09

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ С/М	67,500	62,800	10,90	2,25	0,00	77,37
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	12,800	12,600	0,85	0,13	9,04	40,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,100	25,400	0,35	0,05	2,02	10,10
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,800	2,800	0,27	1,97	0,04	17,98
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,137 шт.	5,500	0,68	0,61	0,04	8,38
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,043 шт.	1,800	0,22	0,20	0,01	2,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ</b>		<b>130</b>	<b>2,90</b>	<b>2,97</b>	<b>20,93</b>	<b>121,14</b>
КАРТОФЕЛЬ	220,170	132,100	2,56	0,51	20,88	98,67
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	3,500	3,500	0,34	2,46	0,05	22,47
<b>САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)</b>		<b>60</b>	<b>1,64</b>	<b>3,60</b>	<b>4,60</b>	<b>57,22</b>
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	78,000	54,600	1,64	0,11	3,44	21,18
САХАР ПЕСОК	1,200	1,200	0,00	0,00	1,16	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,600	3,600	0,00	3,49	0,00	31,39
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b>		<b>200</b>	<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>26,16</b>	<b>106,86</b>
ЛИМОН	17,800	10,700	0,10	0,01	0,31	3,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214,000	214,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	26,700	26,700	0,00	0,00	25,85	103,33
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,29</b>	<b>0,19</b>	<b>15,05</b>	<b>71,05</b>
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	30,000	30,000	2,29	0,19	15,05	71,05
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>38</b>	<b>2,52</b>	<b>0,33</b>	<b>16,11</b>	<b>77,50</b>
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			<b>24,57</b>	<b>20,25</b>	<b>105,01</b>	<b>714,65</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА " ВЕСНУШКА "</b>		<b>100</b>	<b>8,98</b>	<b>5,72</b>	<b>59,95</b>	<b>324,69</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	72,500	72,500	7,60	0,91	49,16	234,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,400	1,400	0,15	0,02	0,95	4,54
ДРОЖЖИ	2,100	2,100	0,26	0,04	0,04	1,57
САХАР ПЕСОК	7,500	7,500	0,00	0,00	7,27	29,03
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	6,400	6,400	0,62	4,50	0,09	41,10
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,052 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20
ИЗЮМ БЕЛЫЙ Б/К , В/С	3,800	3,800	0,09	0,02	2,43	10,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,600	28,600	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( КЕФИР.СНЕЖОК,ЙОГУРТ,РЯЖЕНКА,П РОСТОКВАША )</b>		<b>180</b>	<b>5,23</b>	<b>4,51</b>	<b>7,22</b>	<b>95,62</b>
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,000	186,000	5,23	4,51	7,22	95,62
<b>ПЕЧЕНЬЕ, МАРМЕЛАД , ЗЕФИР</b>		<b>50</b>	<b>0,75</b>	<b>4,60</b>	<b>32,10</b>	<b>174,50</b>
МАРМЕЛАД В АССОРТИМЕНТЕ В/С	50,000	50,000	0,75	4,60	32,10	174,50
			<b>14,96</b>	<b>14,83</b>	<b>99,27</b>	<b>594,81</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,58</b>	<b>51,31</b>	<b>263,85</b>	<b>1 751,99</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		9,47	9,71	31,49	251,56
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,800	30,800	3,68	1,85	18,46	105,17
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	176,000	176,000	5,30	4,27	8,02	93,90
САХАР ПЕСОК	5,100	5,100	0,00	0,00	4,94	19,74
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,100	5,100	0,49	3,59	0,07	32,75
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5		2,90	3,93	14,80	104,50
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,000	5,000	0,50	3,63	0,07	33,10
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,15	0,00	11,10	45,63
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
ЛИМОН	6,100	3,700	0,03	0,00	0,11	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,300	173,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ, МАРМЕЛАД, ЗЕФИР	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ ТОПЛЁНОЕ МОЛОКО В/С	50,000	50,000	3,75	4,90	37,20	208,50
			<b>16,27</b>	<b>18,54</b>	<b>94,59</b>	<b>610,19</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( СНЕЖОК, КЕФИР, РЯЖЕНКА, ПРОСТОКВАША, ЙОГУРТ )	100		2,72	2,43	4,37	54,81
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПЕРСИК	100,000	100,000	2,72	2,43	4,37	54,81
			<b>2,72</b>	<b>2,43</b>	<b>4,37</b>	<b>54,81</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200		2,27	5,03	15,75	117,90
КАРТОФЕЛЬ	100,000	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,800	7,700	0,70	0,08	5,00	23,53
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,800	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	13,300	13,300	0,11	0,01	0,22	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,600	5,600	0,14	0,81	0,19	8,69
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00

МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ		180	23,51	23,60	37,46	451,66
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	86,300	86,300	15,57	13,40	0,00	182,49
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	4,200	4,200	0,41	2,96	0,06	26,97
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	48,900	48,900	5,22	0,62	33,44	160,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,200	16,300	0,22	0,03	1,30	6,48
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	3,000	3,000	0,29	2,11	0,04	19,26
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,154 шт.	6,100	0,75	0,68	0,04	9,29
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,200	4,200	0,53	0,00	2,50	12,17
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,71	2,48	4,16	41,70
СВЕКЛА	65,070	48,800	0,71	0,05	4,16	19,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ( ЧЕРНОСЛИВ )		200	0,45	0,14	26,26	110,03
ЧЕРНОСЛИВ Б/К, В/С	20,000	20,000	0,45	0,14	11,16	49,66
САХАР ПЕСОК	15,600	15,600	0,00	0,00	15,10	60,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,000	203,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	20,000	20,000	1,53	0,12	10,04	47,36
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
			<b>30,99</b>	<b>31,70</b>	<b>109,78</b>	<b>846,15</b>
<b>Полдник</b>						
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ		100	10,76	5,47	3,36	106,46
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З ( ТУШКА ) С/М	65,400	65,400	10,09	0,57	0,00	45,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,300	21,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	38,530	28,900	0,37	0,03	1,93	9,82
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,900	2,900	0,14	0,00	0,53	2,87
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	11,300	0,16	0,02	0,90	4,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
РИС ОТВАРНОЙ		120	3,43	4,22	30,83	173,06
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	43,270	42,840	2,91	0,42	30,75	138,38
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	10,000	10,000	0,76	0,06	5,02	23,68
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200	1,94	0,19	23,28	93,12
СОКИ И НЕКТАРЫ ФРУКТОВЫЕ "САДЫ ПРИДОНЬЯ"	200,000	200,000	1,94	0,19	23,28	93,12
			<b>16,89</b>	<b>9,94</b>	<b>62,49</b>	<b>396,32</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,87</b>	<b>62,61</b>	<b>271,23</b>	<b>1 907,47</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ( ПШЕНИЧНОЙ )	200		6,19	5,15	18,57	146,19
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	140,000	140,000	4,21	3,40	6,38	74,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ " АРТЕК" В/С	16,000	15,800	1,77	0,20	10,41	50,42
САХАР ПЕСОК	1,800	1,800	0,00	0,00	1,75	6,96
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,200	2,200	0,21	1,55	0,03	14,12
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55		6,88	11,98	14,87	192,20
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,000	15,000	3,48	4,43	0,00	54,60
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	10,000	10,000	1,00	7,25	0,14	66,20
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,34	2,43	17,03	104,51
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,300	3,300	0,33	0,00	1,72	8,20
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	3,01	2,43	4,56	53,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,000	120,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>16,41</b>	<b>19,56</b>	<b>50,47</b>	<b>442,90</b>
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
			<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,54</b>	<b>45,74</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200		4,74	4,33	15,40	119,64
КАРТОФЕЛЬ	66,670	40,000	0,78	0,16	6,32	29,88
ГОРОХ СУХОЙ, КОЛОТЫЙ. ШЛИФОВАННЫЙ В/С	16,700	16,600	3,71	0,26	7,74	48,14
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,000	8,400	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	13,330	10,000	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80		16,22	13,74	8,69	222,29
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	80,000	80,000	14,43	12,42	0,00	169,17
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	8,000	8,000	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,000	19,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,000	8,000	1,03	0,00	4,77	23,18

МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	1,800	1,800	0,17	1,27	0,03	11,56
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	3,58	4,70	21,14	139,94
КАРТОФЕЛЬ	212,500	127,500	2,47	0,49	20,16	95,23
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,60	0,49	0,91	10,67
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,300	5,300	0,51	3,72	0,07	34,04
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		50	1,12	2,57	4,65	47,87
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58,300	58,300	1,05	0,06	1,75	13,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,800	4,870	0,07	0,01	0,40	2,00
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,16	0,16	27,02	111,08
ЯБЛОКИ	45,300	39,900	0,16	0,16	3,79	18,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,000	172,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24,000	24,000	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,68	0,14	11,04	52,10
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	22,000	22,000	1,68	0,14	11,04	52,10
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
			<b>30,02</b>	<b>25,97</b>	<b>104,05</b>	<b>770,42</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	22,66	16,07	19,36	310,31
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	122,500	122,500	19,85	10,70	1,54	181,81
КРУПА МАННАЯ	7,500	7,500	0,75	0,08	5,14	23,94
САХАР ПЕСОК	9,400	9,400	0,00	0,00	9,10	36,38
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,135 шт.	5,500	0,68	0,61	0,04	8,38
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,500	5,500	0,53	3,87	0,08	35,32
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,500	5,500	0,71	0,00	3,28	15,94
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,500	5,500	0,14	0,81	0,18	8,54
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( КЕФИР, СНЕЖОК, ЙОГУРТ, РЯЖЕНКА, П РОСТОКВАША )		180	5,23	4,51	7,22	95,62
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,000	186,000	5,23	4,51	7,22	95,62
СОУС СМЕТАННЫЙ ( СЛАДКИЙ )		30	0,68	3,26	3,88	47,06
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,000	15,000	0,37	2,18	0,51	23,28
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	1,500	1,500	0,15	1,06	0,02	9,63
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
САХАР ПЕСОК	2,400	2,400	0,00	0,00	2,33	9,29
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР	1,500	1,500	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>28,57</b>	<b>23,84</b>	<b>30,46</b>	<b>452,99</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>75,39</b>	<b>69,76</b>	<b>194,52</b>	<b>1 712,05</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		11,26	17,07	1,98	202,91
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	1,876 шт.	75,500	9,30	8,42	0,51	114,98
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	28,800	28,800	0,86	0,70	1,31	15,36
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	5,000	5,000	0,49	3,52	0,07	32,11
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	6,300	6,300	0,61	4,43	0,09	40,46
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
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		1,00	7,25	0,14	66,20
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	10,000	10,000	1,00	7,25	0,14	66,20
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,19	3,29	16,53	114,32
КАКАО-ПОРОШОК	2,200	2,200	0,51	0,32	0,21	6,17
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	122,200	122,200	3,68	2,97	5,57	65,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,900	88,900	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		0,95	4,45	3,85	59,50
ИКРА КАБАЧКОВАЯ В/С	52,630	50,000	0,95	4,45	3,85	59,50
			<b>19,80</b>	<b>32,36</b>	<b>37,23</b>	<b>514,33</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА, КЕФИР, СНЕЖОК, ЙОГУРТ, ПРОСТОКВАША)	100		2,90	2,50	4,20	54,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	2,90	2,50	4,20	54,00
			<b>2,90</b>	<b>2,50</b>	<b>4,20</b>	<b>54,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200		3,63	4,31	19,63	131,27
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,300	16,300	1,71	0,20	11,05	52,81
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,000	2,000	0,19	1,41	0,03	12,84
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,126 шт.	5,000	0,62	0,56	0,04	7,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,000	29,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	77,000	46,200	0,89	0,17	7,30	34,50
МОРКОВЬ	11,330	8,500	0,11	0,01	0,57	2,89
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		180	22,89	19,38	19,04	343,12
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,500	12,500	0,30	1,82	0,43	19,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,750	3,750	0,40	0,05	2,54	12,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,500	37,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ТУШКА ЦЫПЛЯТ 1 СОРТ ОХЛОЖДЕННАЯ	109,700	109,700	19,89	17,13	0,00	234,10
КАРТОФЕЛЬ	128,330	77,000	1,49	0,30	12,17	57,51
МОРКОВЬ	42,670	32,000	0,41	0,03	2,14	10,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,430	18,000	0,24	0,04	1,44	7,16
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬКИЙ КОНСЕРВЫ	7,690	5,000	0,16	0,01	0,32	1,94
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		50	0,54	2,51	1,55	31,96
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	55,600	55,600	0,43	0,06	0,92	7,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,400	7,900	0,11	0,02	0,63	3,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		200	0,00	0,00	15,10	60,37
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20,000	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15,600	15,600	0,00	0,00	15,10	60,37
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203,000	203,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	20,000	20,000	1,53	0,12	10,04	47,36
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
			<b>31,11</b>	<b>26,65</b>	<b>81,47</b>	<b>691,58</b>
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		130	7,63	6,90	26,31	197,58
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	38,400	38,400	4,09	0,49	26,26	125,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,000	52,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	3,300	3,300	0,32	2,32	0,05	21,19
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	14,300	14,300	3,22	4,09	0,00	50,49
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,15	0,00	11,10	45,63
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
ЛИМОН	6,100	3,700	0,03	0,00	0,11	1,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,700	166,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10	0,76	0,06	5,02	23,68
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	10,000	10,000	0,76	0,06	5,02	23,68
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		50	0,19	0,19	4,77	22,88
ЯБЛОКИ	57,000	50,200	0,19	0,19	4,77	22,88
			<b>8,73</b>	<b>7,15</b>	<b>47,20</b>	<b>289,77</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,54</b>	<b>68,66</b>	<b>170,10</b>	<b>1 549,68</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		8,86	8,16	34,12	244,68
КРУПА МАННАЯ	30,800	30,800	3,07	0,30	21,09	98,29
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	176,000	176,000	5,30	4,27	8,02	93,90
САХАР ПЕСОК	5,100	5,100	0,00	0,00	4,94	19,74
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,100	5,100	0,49	3,59	0,07	32,75
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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,58	4,55	0,00	56,14
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,900	15,900	3,58	4,55	0,00	56,14
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200		3,13	2,43	15,55	97,76
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,600	59,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	3,01	2,43	4,56	53,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,700	66,700	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>17,97</b>	<b>15,44</b>	<b>64,40</b>	<b>469,98</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( КЕФИР, ЙОГУРТ, СНЕЖОК, РЯЖЕНКА, ПРОСТОКВАША )	100		2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ПЕРСИК	100,000	100,000	2,80	2,50	4,51	56,51
			<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ( ПШЕНО ) И СМЕТАНОЙ	200/5		2,48	3,26	16,94	107,17
КАРТОФЕЛЬ	106,330	63,800	1,24	0,25	10,09	47,66
ПШЕНО	8,100	8,000	0,89	0,21	5,46	27,32
МОРКОВЬ	11,330	8,500	0,11	0,01	0,57	2,89
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,500	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,100	2,100	0,00	2,04	0,00	18,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,600	139,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	7,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,100	0,100	0,00	0,00	0,01	0,05
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	80		14,10	13,12	9,66	211,88
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	69,900	69,900	12,61	10,84	0,00	147,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	6,900	6,900	0,47	0,07	4,96	22,29

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,000	15,900	0,21	0,03	1,26	6,32
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	3,000	3,000	0,29	2,11	0,04	19,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,000	5,000	0,52	0,07	3,40	16,20
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ		130	6,79	4,83	28,85	184,20
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ В/С	52,500	51,980	6,35	1,67	28,79	155,30
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	4,500	4,500	0,44	3,16	0,06	28,90
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ		50	0,81	3,27	3,47	46,75
СВЕКЛА	40,960	30,720	0,45	0,03	2,62	12,51
ОГУРЦЫ КВАШЕННЫЕ	20,000	20,000	0,16	0,02	0,33	2,52
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,000	2,500	0,04	0,01	0,20	1,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	7,700	5,010	0,16	0,01	0,32	1,94
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА		200	0,11	0,00	28,41	114,04
ПОВИДЛО	24,000	24,000	0,10	0,00	15,36	61,83
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,000	7,000	0,01	0,00	5,31	21,25
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191,000	191,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	30,000	30,000	2,29	0,19	15,05	71,05
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
			<b>29,10</b>	<b>25,00</b>	<b>118,49</b>	<b>812,59</b>
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ		130	17,57	13,86	18,75	269,36
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	89,600	89,600	14,51	7,82	1,13	132,98
ЯБЛОКИ	49,400	43,400	0,16	0,16	4,12	19,79
САХАР ПЕСОК	10,400	10,400	0,00	0,00	10,07	40,26
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,322 шт.	13,000	1,60	1,46	0,09	19,80
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	5,200	5,200	0,50	3,66	0,07	33,39
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,200	5,200	0,67	0,00	3,10	15,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,200	5,200	0,13	0,76	0,17	8,07
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200	1,94	0,19	23,28	93,12
СОКИ И НЕКТАРЫ ФРУКТОВЫЕ "САДЫ ПРИДОНЬЯ"	200,000	200,000	1,94	0,19	23,28	93,12
			<b>19,51</b>	<b>14,05</b>	<b>42,03</b>	<b>362,48</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>69,38</b>	<b>56,99</b>	<b>229,43</b>	<b>1 701,56</b>

## МЕНЮ

**Сад 10 часов**

**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		6,07	5,00	18,63	144,87
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15,600	15,600	1,67	0,19	10,67	51,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	140,000	140,000	4,21	3,40	6,38	74,69
САХАР ПЕСОК	1,600	1,600	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	2,000	2,000	0,19	1,41	0,03	12,84
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,12	0,00	10,99	44,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,400	59,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,200	146,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	65		3,14	5,35	32,32	187,63
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	7,200	7,200	0,70	5,06	0,10	46,23
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,33	0,29	14,29	69,26
ПОВИДЛО	28,000	28,000	0,11	0,00	17,93	72,14
			<b>9,33</b>	<b>10,35</b>	<b>61,94</b>	<b>376,91</b>
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
			<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,54</b>	<b>45,74</b>
<b>Обед</b>						
СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ	200		8,68	2,26	15,53	117,63
КАРТОФЕЛЬ	100,000	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,800	6,500	0,09	0,01	0,51	2,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З ( ТУШКА ) С/М	43,000	43,000	6,63	0,38	0,00	30,03
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,800	7,700	0,70	0,08	5,00	23,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,700	2,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗЕЛЕНЬ ( ПЕТРУШКА , УКРОП, ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ )	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100		18,37	7,24	5,06	179,47
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ С/М	105,300	97,900	16,99	3,51	0,00	120,60
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	3,000	3,000	0,29	2,11	0,04	19,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,600	3,600	0,16	0,00	0,66	3,56

МОРКОВЬ	22,400	16,800	0,21	0,02	1,13	5,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,600	10,500	0,15	0,02	0,83	4,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,600	10,600	0,26	1,54	0,36	16,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,31	0,04	2,04	9,72
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ</b>		<b>130</b>	<b>6,01</b>	<b>3,79</b>	<b>32,92</b>	<b>188,14</b>
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ " АРТЕК" В/С	50,400	49,900	5,57	0,63	32,86	159,24
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	4,500	4,500	0,44	3,16	0,06	28,90
<b>САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО</b>		<b>60</b>	<b>1,41</b>	<b>3,09</b>	<b>2,96</b>	<b>45,17</b>
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	70,000	45,500	1,41	0,09	2,96	18,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b>		<b>200</b>	<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>26,16</b>	<b>106,86</b>
ЛИМОН	17,800	10,700	0,10	0,01	0,31	3,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214,000	214,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	26,700	26,700	0,00	0,00	25,85	103,33
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>2,29</b>	<b>0,19</b>	<b>15,05</b>	<b>71,05</b>
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	30,000	30,000	2,29	0,19	15,05	71,05
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>38</b>	<b>2,52</b>	<b>0,33</b>	<b>16,11</b>	<b>77,50</b>
ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	38,000	38,000	2,52	0,33	16,11	77,50
			<b>39,38</b>	<b>16,91</b>	<b>113,79</b>	<b>785,82</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА " ВЕСНУШКА "</b>		<b>100</b>	<b>8,98</b>	<b>5,72</b>	<b>59,95</b>	<b>324,69</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	72,500	72,500	7,60	0,91	49,16	234,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,400	1,400	0,15	0,02	0,95	4,54
ДРОЖЖИ	2,100	2,100	0,26	0,04	0,04	1,57
САХАР ПЕСОК	7,500	7,500	0,00	0,00	7,27	29,03
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ ( ФОЛЬГА )	6,400	6,400	0,62	4,50	0,09	41,10
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ ( ЛОТОК )	0,052 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20
ИЗЮМ БЕЛЫЙ Б/К , В/С	3,800	3,800	0,09	0,02	2,43	10,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,600	28,600	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ( КЕФИР, СНЕЖОК, ЙОГУРТ, РЯЖЕНКА, П РОСТОКВАША )</b>		<b>180</b>	<b>5,23</b>	<b>4,51</b>	<b>7,22</b>	<b>95,62</b>
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,000	186,000	5,23	4,51	7,22	95,62
<b>ПЕЧЕНЬЕ, МАРМЕЛАД , ЗЕФИР</b>		<b>50</b>	<b>0,40</b>	<b>0,05</b>	<b>39,90</b>	<b>163,00</b>
ЗЕФИР	50,000	50,000	0,40	0,05	39,90	163,00
			<b>14,61</b>	<b>10,28</b>	<b>107,07</b>	<b>583,31</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>63,71</b>	<b>37,93</b>	<b>292,34</b>	<b>1 791,78</b>