

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	
Завтрак						
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
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, ЗЕФИР. МАРМЕЛАД	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
			19,46	20,97	100,52	669,07
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК,РЯЖЕНКА.ЙОГУРТ,ПРОСТО КВАША.КЕФИР)	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
			2,80	2,50	4,51	56,51
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		3,23	6,18	16,10	134,34
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54,100	43,300	0,76	0,04	1,98	11,76
КАРТОФЕЛЬ	51,830	31,100	0,60	0,12	4,92	23,23
МОРКОВЬ	13,870	10,400	0,14	0,01	0,70	3,53
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	4,600	4,600	0,00	4,46	0,00	40,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,400	9,400	0,23	1,37	0,32	14,59
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
КАРТОФЕЛЬ	33,330	20,000	0,39	0,08	3,16	14,94

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ (РАННЯЯ, МОЛОДАЯ)	25,000	20,000	0,35	0,02	0,91	5,43
МОРКОВЬ	26,670	20,000	0,25	0,02	1,34	6,79
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,400	20,000	0,27	0,04	1,59	7,95
МОРКОВЬ	2,130	1,600	0,02	0,00	0,11	0,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240,000	240,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	180		19,64	20,57	37,51	409,09
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	64,700	64,700	11,67	10,04	0,00	136,82
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	48,900	48,900	5,22	0,62	33,44	160,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,200	15,300	0,20	0,03	1,21	6,08
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,146 шт.	5,900	0,73	0,66	0,04	8,98
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,400	4,400	0,56	0,00	2,63	12,76
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,300	2,300	0,22	1,62	0,03	14,77
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,54	2,98	1,71	35,70
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	71,000	70,300	0,54	0,07	1,71	9,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
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
			27,46	30,18	96,57	764,36
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		11,24	17,00	1,98	202,26
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)	5,600	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
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,64	0,12	2,22	14,02
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	59,000	58,400	0,64	0,12	2,22	14,02
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
			14,58	17,37	32,50	333,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,30	71,02	234,10	1 823,02

МЕНЮ
Сад 10 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 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	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ПШЕНО	16,000	15,800	1,77	0,42	10,79	53,94
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		3,49	4,43	0,00	54,73
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,500	15,500	3,49	4,43	0,00	54,73
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
			15,21	12,53	49,23	373,60
II Завтрак						
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
			0,39	0,39	9,54	45,74
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200		4,74	4,33	15,40	119,62
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	13,070	9,800	0,13	0,01	0,66	3,33
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)	0,100	0,100	0,00	0,00	0,01	0,05
КАБАЧКИ, БАКЛАЖАНЫ, ПЕРЕЦ ИЛИ ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ	180		16,49	15,69	17,39	275,42
КАБАЧКИ	167,000	125,250	0,73	0,37	5,59	29,16
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	76,900	76,900	13,87	11,93	0,00	162,61
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	12,000	11,900	0,81	0,12	8,55	38,44

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,400	14,600	0,19	0,03	1,16	5,81
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,600	4,600	0,45	3,24	0,06	29,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,400	3,400	0,44	0,00	2,03	9,86
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,50	0,06	1,58	8,82
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	63,600	63,000	0,50	0,06	1,58	8,82
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		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
			26,65	20,60	93,94	666,45
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130		22,70	15,97	19,98	312,11
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	122,400	122,400	19,83	10,69	1,54	181,65
КРУПА МАННАЯ	8,500	8,500	0,85	0,09	5,82	27,13
САХАР ПЕСОК	9,400	9,400	0,00	0,00	9,10	36,38
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАНОЕ (ЛОТОК)	0,135 шт.	5,400	0,67	0,60	0,04	8,23
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,400	5,400	0,69	0,00	3,22	15,66
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,400	5,400	0,14	0,79	0,18	8,38
СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,42	1,13	4,71	30,70
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,500	7,500	0,18	1,10	0,25	11,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК , ЙОГУРТ , КЕФИР, РЯЖЕНКА, ПРОСТОКВАША)	180		5,22	4,50	7,20	95,40
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180,000	180,000	5,22	4,50	7,20	95,40
			28,34	21,60	31,89	438,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,59	55,12	184,60	1 524,00

МЕНЮ

Сад 10 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 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
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	65		3,23	5,52	33,31	193,43
ПОВИДЛО	28,000	28,000	0,11	0,00	18,48	74,37
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	7,200	7,200	0,72	5,22	0,10	47,66
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ.	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	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165,800	165,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,100	11,100	0,00	0,00	10,75	42,96
			9,70	10,97	61,21	380,81
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК,РЯЖЕНКА.ЙОГУРТ,ПРОСТО КВАША.КЕФИР)	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
			2,90	2,50	4,20	54,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		2,22	2,40	16,14	95,30
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)	0,100	0,100	0,00	0,00	0,01	0,05
ПЛОВ	180		20,26	20,94	31,19	394,44
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	94,800	94,800	17,10	14,71	0,00	200,46

РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	41,200	40,800	2,77	0,40	29,28	131,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,000	6,000	0,00	5,81	0,00	52,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,400	7,200	0,10	0,01	0,57	2,86
МОРКОВЬ	12,800	9,600	0,12	0,01	0,64	3,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,800	3,800	0,17	0,00	0,70	3,76
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,90	2,97	5,48	52,76
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ (РАННЯЯ, МОЛОДАЯ)	59,000	47,200	0,82	0,05	2,15	12,82
МОРКОВЬ	8,530	6,400	0,08	0,01	0,43	2,17
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,900	5,900	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ,ГРУШИ,СЛИВЫ)	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
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	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
			28,35	26,99	110,99	802,13
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	100		8,98	5,72	59,95	324,69
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 ФАСОВАНОЕ (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
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
			13,17	9,01	76,48	439,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,12	49,47	252,88	1 675,95

МЕНЮ
Сад 10 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	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
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
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
			15,60	18,14	66,02	486,79
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК,РЯЖЕНКА.ЙОГУРТ,ПРОСТО КВАША.КЕФИР)	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
			2,80	2,50	4,51	56,51
Обед						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИК)	200		2,29	5,79	15,28	123,14
СВЕКЛА	45,470	34,100	0,49	0,03	2,91	13,89
КАРТОФЕЛЬ	87,000	52,200	1,01	0,20	8,25	38,98
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
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,000	10,000	0,24	1,46	0,34	15,52
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	9,59	211,57
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	6,800	0,47	0,07	4,88	21,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,000	15,960	0,21	0,03	1,27	6,34
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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,600	100,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,500	4,500	0,44	3,16	0,06	28,90
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60		0,73	3,04	2,99	43,57
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	51,000	50,500	0,54	0,10	1,86	11,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,900	14,200	0,19	0,03	1,13	5,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
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	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
			29,90	27,42	106,14	780,46
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130		7,43	6,64	26,31	194,41
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.	13,400	13,400	3,02	3,83	0,00	47,32
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,15	0,00	11,10	45,59
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	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	3,600	0,03	0,00	0,11	1,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,400	172,400	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 (ЯБЛОКИ.СЛИВЫ,БАНАНЫ,ПЕРСИКИ, ЧЕРЕШНЯ,АБРИКОСЫ,ГРУША)	50		0,19	0,19	4,77	22,87
ЯБЛОКИ	57,000	50,160	0,19	0,19	4,77	22,87
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРСИКИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕРЕШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,53	6,89	47,20	286,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,83	54,95	223,87	1 610,31

МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		11,24	17,00	1,98	202,26
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)	5,600	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
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
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55		6,03	8,56	14,82	159,10
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	13,000	13,000	3,02	3,84	0,00	47,32
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	6,100	6,100	0,61	4,42	0,09	40,38
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ПЕЧЕНЬЕ, ЗЕФИР. МАРМЕЛАД	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
			25,21	33,75	70,53	684,18
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ,БАНАНЫ.СЛИВЫ,ГРУШИ,ПЕРСИК,ЧЕРЕШНЯ , АБРИКОСЫ)	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРСИКИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕРЕШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,39	0,39	9,54	45,74
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		12,92	3,03	19,88	159,13
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	46,900	46,900	7,24	0,41	0,00	32,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,800	2,400	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,200	2,400	0,03	0,00	0,16	0,81
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	18,800	18,800	2,90	0,16	0,00	13,13

ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,02 шт.	0,810	0,10	0,09	0,01	1,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,760	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
КАРТОФЕЛЬ	133,330	80,000	1,55	0,31	12,65	59,75
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,520	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,800	7,720	0,70	0,08	5,01	23,59
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
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	180		15,74	8,18	28,71	263,37
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	70,000	65,100	11,30	2,34	0,00	80,20
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	3,200	3,200	0,31	2,25	0,04	20,54
КАРТОФЕЛЬ	271,670	163,000	3,16	0,63	25,77	121,74
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,000	11,700	0,16	0,02	0,93	4,66
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,100	2,100	0,20	1,47	0,03	13,48
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,100	2,100	0,20	1,47	0,03	13,48
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,200	3,200	0,41	0,00	1,91	9,27
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,54	2,98	1,71	35,70
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	71,000	70,300	0,54	0,07	1,71	9,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200		0,10	0,01	26,16	106,86
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
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
			34,11	14,72	107,62	713,61
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100		8,81	7,60	57,10	328,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	65,500	65,500	6,86	0,82	44,41	212,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,000	2,000	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР ПЕСОК	11,500	11,500	0,00	0,00	11,14	44,51
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	8,600	8,600	0,83	6,05	0,12	55,22
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,15 шт.	6,000	0,74	0,67	0,04	9,14
ДРОЖЖИ	1,400	1,400	0,17	0,03	0,03	1,05
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР	0,001	0,001	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,000	30,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ПРОСТОКВАША,КЕФИР.РЯЖЕНКА.СН ЕЖОК , ЙОГУРТ)	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
			14,04	12,11	64,32	424,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,75	60,97	252,01	1 867,76

МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,15	0,00	11,10	45,59
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	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	3,600	0,03	0,00	0,11	1,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,400	172,400	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	65		3,23	5,52	33,31	193,43
ПОВИДЛО	28,000	28,000	0,11	0,00	18,48	74,37
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	7,200	7,200	0,72	5,22	0,10	47,66
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
			12,85	15,23	75,90	490,58
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК, ЙОГУРТ, РЯЖЕНКА, КЕФИР, ПРОСТОКВАША)	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
			2,72	2,43	4,37	54,81
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО) И СМЕТАНОЙ	200		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
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80		11,08	3,52	4,97	95,31
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	57,000	57,000	8,79	0,49	0,00	39,81
МОРКОВЬ	26,670	20,000	0,25	0,02	1,34	6,79

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,000	7,560	0,11	0,02	0,60	3,01
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0.248 шт.	10,000	1,23	1,12	0,07	15,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,000	8,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,600	2,600	0,25	1,83	0,04	16,69
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	6,000	6,000	0,45	0,04	2,92	13,78
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130		3,54	3,69	32,75	176,64
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	46,000	45,540	3,09	0,45	32,69	147,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95,600	95,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,600	4,600	0,45	3,24	0,06	29,54
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,90	2,97	5,48	52,76
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ (РАННЯЯ, МОЛОДАЯ)	59,000	47,200	0,82	0,05	2,15	12,82
МОРКОВЬ	8,530	6,400	0,08	0,01	0,43	2,17
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,900	5,900	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,16	0,16	23,15	95,60
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,000	166,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20,000	20,000	0,00	0,00	19,36	77,41
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,07	0,09	7,03	33,15
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	14,000	14,000	1,07	0,09	7,03	33,15
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
			21,75	14,02	106,43	638,13
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		11,24	17,00	1,98	202,26
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)	5,600	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
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,64	0,12	2,22	14,02
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	59,000	58,400	0,64	0,12	2,22	14,02
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
			14,58	17,37	32,50	333,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,90	49,05	219,20	1 516,60

МЕНЮ
Сад 10 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 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
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
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
			12,93	15,13	50,47	388,30
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО.СЛИВА,ГРУША, ПЕРСИК, АБРИКОС,ЧЕРЕШНЯ,БАНАНЫ)	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
БАНАН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРСИКИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕРЕШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,39	0,39	9,54	45,74
Обед						
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200		1,58	6,08	6,94	88,54
ЩАВЕЛЬ	26,600	20,200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	35,500	21,300	0,42	0,09	3,37	15,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,000	4,000	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,800	4,800	0,00	4,66	0,00	41,86
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАНОЕ (ЛОТОК)	0,1 шт.	4,000	0,49	0,45	0,03	6,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,600	149,600	0,00	0,00	0,00	0,00

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,500	5,500	0,14	0,81	0,18	8,54
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
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180		19,71	18,48	16,65	310,14
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	94,800	94,800	17,10	14,71	0,00	200,46
КАРТОФЕЛЬ	160,000	96,000	1,86	0,37	15,18	71,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,400	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,800	4,800	0,47	3,38	0,07	30,83
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,400	2,400	0,12	0,00	0,45	2,38
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60		0,73	3,04	2,99	43,57
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	51,000	50,500	0,54	0,10	1,86	11,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,900	14,200	0,19	0,03	1,13	5,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
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		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
			26,94	28,12	86,15	704,84
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130		17,57	13,86	18,76	269,39
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	89,600	89,600	14,51	7,82	1,13	132,98
ЯБЛОКИ	49,400	43,470	0,16	0,16	4,13	19,82
САХАР ПЕСОК	10,400	10,400	0,00	0,00	10,07	40,26
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0.323 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	1,000	1,000	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
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК , ЙОГУРТ, КЕФИР, ПРОСТОКВАША , РЯЖЕНКА)	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
			22,96	18,51	26,20	367,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,22	62,15	172,36	1 506,85

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		11,24	17,00	1,98	202,26
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)	5,600	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
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
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55		6,03	8,56	14,82	159,10
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	13,000	13,000	3,02	3,84	0,00	47,32
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	6,100	6,100	0,61	4,42	0,09	40,38
БАТОН КРЫМСКИЙ НОВЫЙ	30,000	30,000	2,40	0,30	14,73	71,40
ПЕЧЕНЬЕ, ЗЕФИР. МАРМЕЛАД	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
			25,21	33,75	70,53	684,18
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК, РЯЖЕНКА,ЙОГУРТ, КЕФИР, 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
			2,90	2,50	4,20	54,00
Обед						
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
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180		20,29	25,04	14,40	365,77
МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	95,000	95,000	17,14	14,74	0,00	200,89

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,900	23,200	0,31	0,05	1,84	9,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,800	5,800	0,00	5,62	0,00	50,58
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ (РАННЯЯ, МОЛОДАЯ)	166,880	133,500	2,33	0,13	6,08	36,26
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,600	4,600	0,00	4,46	0,00	40,11
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,800	2,800	0,13	0,00	0,51	2,77
МОРКОВЬ	14,000	10,500	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,600	4,600	0,06	0,01	0,37	1,83
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,800	1,800	0,18	0,02	1,22	5,83
САХАР ПЕСОК	3,800	3,800	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,300	40,300	0,00	0,00	0,00	0,00
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		0,71	3,02	2,59	41,11
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	31,000	30,600	0,33	0,06	1,13	7,12
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	37,000	36,600	0,28	0,04	0,89	4,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,500	7,200	0,10	0,01	0,57	2,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
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
			27,27	30,91	74,37	687,36
Полдник						
РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100		10,76	5,47	3,41	106,74
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	65,400	65,400	10,09	0,57	0,00	45,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,000	0,16	0,02	0,95	4,77
МОРКОВЬ	38,530	28,900	0,37	0,03	1,93	9,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,900	2,900	0,14	0,00	0,53	2,87
РИС ОТВАРНОЙ	100		2,87	3,51	25,69	144,21
РИС ШЛИФОВАННЫЙ , В/С	36,100	35,700	2,43	0,35	25,63	115,31
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,500	4,500	0,44	3,16	0,06	28,90
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,15	0,00	11,10	45,59
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,600	0,600	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	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	3,600	0,03	0,00	0,11	1,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,400	172,400	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 (ЯБЛОКИ,СЛИВЫ,БАНАНЫ,ПЕРСИКИ, ЧЕРЕШНЯ,АБРИКОСЫ,ГРУША)	50		0,19	0,19	4,77	22,87
ЯБЛОКИ	57,000	50,160	0,19	0,19	4,77	22,87
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРСИКИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕРЕШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,73	9,23	49,99	343,09
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,11	76,39	199,09	1 768,63

МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,49	4,43	0,00	54,73
СЫР ЛАРЕЦ 50% ЖИР.	15,500	15,500	3,49	4,43	0,00	54,73
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
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
			17,88	15,32	64,40	468,57
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК,ЙОГУРТ,РЯЖЕНКА,КЕФИР, 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
			2,90	2,50	4,20	54,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		1,98	5,54	12,00	106,49
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	37,170	22,300	0,44	0,09	3,52	16,65
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
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,900	8,900	0,21	1,30	0,30	13,81
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		13,29	15,94	8,20	226,26

МЯСО ГОВЯДИНА БЕСКОСТНАЯ 1 КАТ. В/С	60,000	60,000	10,83	9,31	0,00	126,88
МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	17,000	17,000	0,51	0,42	0,78	9,07
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	8,700	8,700	0,84	6,12	0,12	55,86
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	15,000	15,000	1,11	0,09	7,30	34,45
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130		3,76	3,90	27,04	156,99
КАРТОФЕЛЬ	284,380	170,630	3,31	0,66	26,98	127,45
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,600	4,600	0,45	3,24	0,06	29,54
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,50	0,06	1,58	8,82
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	63,600	63,000	0,50	0,06	1,58	8,82
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ,ГРУШИ, СЛИВЫ)	200		0,16	0,16	23,15	95,60
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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,000	166,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20,000	20,000	0,00	0,00	19,36	77,41
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,14	0,09	7,53	35,52
ХЛЕБ ГОРОДСКОЙ БЕЛЫЙ ФОРМОВОЙ	15,000	15,000	1,14	0,09	7,53	35,52
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
			23,35	26,02	95,61	707,18
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130		22,63	15,97	19,37	309,39
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ	122,500	122,500	19,85	10,70	1,54	181,81
КРУПА МАННАЯ	7,600	7,600	0,76	0,08	5,21	24,25
САХАР ПЕСОК	9,400	9,400	0,00	0,00	9,10	36,38
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАНОЕ (ЛОТОК)	0,135 шт.	5,400	0,67	0,60	0,04	8,23
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	5,400	5,400	0,52	3,80	0,08	34,68
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,400	5,400	0,69	0,00	3,22	15,66
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,400	5,400	0,14	0,79	0,18	8,38
СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,42	1,13	4,71	30,70
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,500	7,500	0,18	1,10	0,25	11,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,000	3,000	0,00	0,00	2,90	11,61
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
			24,99	17,29	47,36	433,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,12	61,13	211,57	1 662,96

МЕНЮ
Сад 10 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		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	4,000	4,000	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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
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
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	65		3,23	5,52	33,31	193,43
ПОВИДЛО	28,000	28,000	0,11	0,00	18,48	74,37
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	7,200	7,200	0,72	5,22	0,10	47,66
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
			12,64	12,95	68,97	442,81
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ,ГРУШИ,БАНАНЫ,СЛИВЫ,ПЕРСИКИ,АБРИКОСЫ,ЧЕРЕШНЯ)	100		0,39	0,39	9,54	45,74
ЯБЛОКИ	114,000	100,320	0,39	0,39	9,54	45,74
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРСИКИ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СЛИВА	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕРЕШНЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,39	0,39	9,54	45,74
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		12,92	3,03	19,88	159,13
ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	46,900	46,900	7,24	0,41	0,00	32,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140,000	140,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,800	2,400	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,200	2,400	0,03	0,00	0,16	0,81

ФИЛЕ МИНТАЯ С/З (ТУШКА) С/М	18,800	18,800	2,90	0,16	0,00	13,13
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0.02 шт.	0,810	0,10	0,09	0,01	1,23
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,760	4,000	0,06	0,01	0,32	1,59
КАРТОФЕЛЬ	133,330	80,000	1,55	0,31	12,65	59,75
МОРКОВЬ	10,670	8,000	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,520	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7,800	7,720	0,70	0,08	5,01	23,59
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		18,25	6,89	4,61	173,91
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ С/М	105,300	97,930	17,00	3,51	0,00	120,64
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	2,700	2,700	0,26	1,90	0,04	17,33
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,300	3,300	0,16	0,00	0,61	3,27
МОРКОВЬ	20,400	15,300	0,19	0,02	1,03	5,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,400	9,600	0,13	0,02	0,77	3,82
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,600	9,600	0,23	1,40	0,33	14,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,700	2,700	0,28	0,04	1,83	8,75
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		6,01	3,79	32,92	188,14
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ " АРТЕК" В/С	50,400	49,900	5,57	0,63	32,86	159,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,000	90,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	4,500	4,500	0,44	3,16	0,06	28,90
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60		0,73	3,04	2,99	43,57
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КРУГЛЫЙ)	51,000	50,500	0,54	0,10	1,86	11,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,900	14,200	0,19	0,03	1,13	5,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200		0,10	0,01	26,16	106,86
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
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
			42,82	17,28	117,72	820,16
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	100		9,01	5,76	59,96	325,15
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
ЯЙЦО СТОЛОВОЕ 1 С ФАСОВАННОЕ (ЛОТОК)	0,059 шт.	2,400	0,29	0,27	0,02	3,66
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
МАСЛО СЛАДКОСЛИВОЧНОЕ 72,5 % ЖИРНОСТИ (ФОЛЬГА)	6,400	6,400	0,62	4,50	0,09	41,10
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА,СНЕЖОК,КЕФИР,ЙОГУРТ, ПРОСТОКВАША)	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
			14,40	10,41	67,40	423,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,25	41,03	263,63	1 732,44