



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,6	8,5	32,2	228,6
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			13,3	20,4	67,2	540,2
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б	250		6,8	7,8	27,3	263,9
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
КАРТОФЕЛЬ	164,3	115	2,2	0,5	18,1	119,4
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	3,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17	15	0,1	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,3	1	0,1	0	0,3	1,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЬ	70		14,6	14,3	14,2	310,7
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	45,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,5	0,7	8,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,1	0	0,6	4,3
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120		2,3	3,7	19,0	153,5

КАРТОФЕЛЬ	171,43	120	2,3	0,5	19	124,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,5	26,1	112,6	995,4
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ОЛАДЬИ С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		125/20	8,4	9,5	46,2	308,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	48,1	48,1	5	0,6	32,6	155,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
ДРОЖЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ГРУША		150	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУША	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			9,0	10,0	69,5	409,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,8	56,7	268,9	2 028,6



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,3	8,3	33,1	225,9
Крупа кукурузная	30	30	2,3	0,3	21,8	96,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			13,0	20,2	68,1	537,5
Обед						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		5,6	7,4	15,7	194,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	43,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,5	1,28	0,1	0	0,4	1,8
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	23,5
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		12,2	9,8	4,4	219,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,6	0,2	0	0,8	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
РИС ОТВАРНОЙ	120		2,7	4,4	28,4	164,2
Рис пропаренный	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	214,0
		24,3	21,9	100,6	845,4
Полдник					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,6	52,9
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	22,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0,0
		0,3	0,1	11,6	52,9
Уплотнённый полдник					
РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	180	14,4	3,8	7,7	146,6
МОРКОВЬ	60	46,5	0,6	0	20,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	5,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60	50,4	0,7	0,1	30,3
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	120	84	13	0,8	66,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,6	66,6	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	146,0
		17,4	5,0	36,1	323,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		55,0	47,2	216,4	1 759,3



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,0	9,6	26,3	215,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			13,7	21,5	61,3	526,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ НА 1/Б	250		8,6	6,3	18,8	202,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	71,4	50	1	0,2	8	51,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	6,0
МОРКОВЬ	16,1	12,5	0,2	0	0,9	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
ФАСОЛЬ	20	20	4,1	0,4	9,1	57,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		13,8	15,3	11,6	309,9
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,7	14	0,2	0	1,1	8,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,67	1,4	0	0	0,1	0,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МОРКОВЬ	7,2	5,6	0,1	0	0,4	2,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14	14	1,1	0,4	7	36,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6

КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		3,0	5,4	11,3	109,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	172,5	138	2,4	0,1	6,3	37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	3,1	2,4	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,8	0,1	0	0,4	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			29,2	27,3	93,8	889,5
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180		2,2	3,2	12,0	104,9
КАРТОФЕЛЬ	50,4	37,8	0,8	0,2	6	39,2
СВЕКЛА	36	27	0,4	0	2,3	13,6
МОРКОВЬ	23,4	18	0,2	0	1,2	7,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	34,2	27	0,2	0	0,5	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18	11,8	0,4	0	0,8	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,1	0,2	0	1,2	9,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			5,2	4,4	40,4	281,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,1	53,4	215,1	1 781,6



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,3	8,8	31,6	231,3
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,0	20,7	66,6	542,9
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б	250		5,8	6,0	15,8	161,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ(ВЕРМИШЕЛЬ)	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70		13,4	8,1	8,8	178,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	70	65,1	11,3	2,3	0	80,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,4	0,5	5,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	10,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		3,8	5,1	22,8	190,3
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	138,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0

ИКРА МОРКОВНАЯ		40	0,6	1,9	3,1	37,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,1	0	0,6	4,3
МОРКОВЬ	37,6	29,1	0,4	0	1,9	12,7
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,1	0	0,2	1,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,4	21,4	102,6	835,1
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,3	0,1	11,6	52,9
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			0,3	0,1	11,6	52,9
Уплотнённый полдник						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ В ОМЛЕТЕ		180	15,0	10,1	5,3	209,1
РЫБА ПИКША	140	64,4	10,8	0,3	0	64,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,2	34,2	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт	20,13	2,5	2,2	0,1	50,1
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ		40	7,5	2,9	51,4	265,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	40	3	1,2	20,6	106,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			25,5	14,2	85,1	651,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,2	56,4	265,9	2 081,9

**МЕНЮ**

Сад 12 часов

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	250		5,8	6,8	42,1	252,0
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80,6	80,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,9	31,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			8,1	9,7	72,3	408,5
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		5,6	7,4	10,3	163,9
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	42,9	30	0,6	0,1	4,8	31,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	6,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,3	1	0,1	0	0,3	1,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ	180		15,3	17,8	25,2	387,1
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	28,4	28,4	0,8	1	1,3	16,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0

ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			24,7	25,5	87,6	818,3
Полдник						
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200		5,6	6,8	9,1	116,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	6,8	9,1	116,4
			5,6	6,8	9,1	116,4
Уплотнённый полдник						
ТВОРОЖНОЕ ПИРОЖЕНОЕ	180		28,5	21,6	32,6	448,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	140	140	24,4	12,2	4,1	229,5
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,2	0,1	8,2	38,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	6,72	0,9	0,8	0	16,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,6
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,6
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	10	10	0,8	1	7,2	40,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,9	4,4	13,4	106,3
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАНАН	200		3,0	1,0	42,0	192,0
БАНАН	285,7	200	3	1	42	192,0
			35,4	27,0	88,0	747,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,8	69,0	257,0	2 090,2



MEHIO

Сад 12 часов

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,0	9,6	26,3	215,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			13,7	21,5	61,3	526,9
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ НА М/Б	250		9,4	7,7	19,7	224,5
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,5	0,3	9,3	58,0
КАРТОФЕЛЬ	71,4	50	1	0,2	8	51,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	6,0
МОРКОВЬ	16,1	12,5	0,2	0	0,9	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,3	1	0,1	0	0,3	1,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70		13,6	13,6	9,5	281,8
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	12	12	0,9	0,3	6	30,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	3,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120		4,3	4,5	27,4	167,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ " УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			31,1	26,1	108,7	941,0
Полдник						
СНЕЖОК	200		2,5	2,5	11,0	322,0
СНЕЖОК	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
			2,5	2,5	11,0	322,0
Уплотнённый полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	150		16,0	12,2	48,6	376,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	60	60	6,3	0,8	40,6	194,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	25,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	40	40	7	3,5	1,2	65,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ДРОЖЖИ	2,6	2,6	0,3	0,1	0,1	1,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	37,5	37,5	1,1	1,3	1,7	21,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ГРУША	200		0,8	0,6	20,6	94,0
ГРУША	222,2	200	0,8	0,6	20,6	94,0
			16,8	12,8	77,0	501,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,1	62,9	258,0	2 290,9

СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,0	18,9	96,8	841,2
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180		9,2	12,9	20,2	306,6
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	111,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	154,3	108	2,1	0,4	17,1	112,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,4	18	0,3	0	1,5	10,9
МОРКОВЬ	23,2	18	0,2	0	1,2	7,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,4		8,6	35,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			16,1	18,6	49,4	557,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,6	57,9	232,8	2 019,7



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,0	8,3	32,6	225,8
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			12,7	20,2	67,6	537,4
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/Б	250		5,5	7,4	11,8	175,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	71,4	50	1	0,2	8	51,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	6,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,5	1,3	0,1	0	0,4	1,8
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	3,8
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		12,2	12,7	4,9	248,6
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
МОРКОВЬ	9	7	0,1	0	0,5	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,7	14	0,2	0	1,1	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7	7	0,3	0	1,3	6,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	120		4,9	4,5	21,9	147,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,9	1,3	21,9	118,3

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			26,4	24,9	90,7	838,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	6,8	9,1	116,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	6,8	9,1	116,4
			5,6	6,8	9,1	116,4
Уплотнённый полдник						
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	160		5,2	9,4	31,9	289,2
КАРТОФЕЛЬ	208	145,6	2,8	0,6	23	151,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
МОРКОВЬ	31	24	0,3	0	1,6	10,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	38,1	32	0,4	0,1	2,5	19,9,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,6	1,5	2,4	29,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,4		8,6	35,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
БАНАН	150		2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,3	150	2,3	0,8	31,5	144,0
			11,5	12,9	95,0	644,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,2	64,8	262,4	2 136,7

**МЕНЮ**

Сад 12 часов

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,3	8,8	31,7	231,7
ПШЕНО	30	29,8	3,3	0,8	20,4	101,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,0	20,7	66,7	543,3
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		5,4	7,3	12,6	173,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	32,5	22,8	0,5	0,1	3,6	23,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	6,3
МОРКОВЬ	15	11,5	0,1	0	0,8	5,0
СВЕКЛА	50	38,8	0,6	0	3,3	19,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1	0,8	0,1	0	0,2	1,2
ШНИЦЕЛЬ	70		14,6	14,3	14,2	310,6
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	45,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,5	0,7	8,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	0,1	0	0,6	4,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		3,6	5,1	21,7	183,1

КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	130,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		40	0,7	1,9	3,7	35,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	39	31,2	0,6	0	1,5	8,4
МОРКОВЬ	5	3,88	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			28,1	28,9	104,3	970,0
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С КРАСНЫМ СОУСОМ		180	16,3	4,6	23,5	224,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	43,2	36,3	0,5	0,1	2,9	21,8
МОРКОВЬ	40	31	0,4	0	2	13,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	120	84	13	0,8	0	66,8
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			19,3	5,8	51,9	401,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,4	55,6	242,5	1 997,8



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		4,3	4,5	27,4	167,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			10,1	11,9	57,5	392,6
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М/Б	250		6,1	9,8	15,1	198,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180		11,0	12,4	11,2	248,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	4,5	3,5	0	0	0,2	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	4,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	138,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0

ХЛЕБ " УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			20,9	22,5	78,4	714,5
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,3	0,1	11,6	52,9
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			0,3	0,1	11,6	52,9
Уплотнённый полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140		32,4	21,4	24,8	437,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	163,3	163,3	28,5	14,3	4,8	267,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,5	15,5	1,6	0,2	10,5	50,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,29 шт.	11,7	1,5	1,3	0,1	29,2
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,7	4,7	0	4,6	0	41,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,8	1	6,3	37,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,9	4,4	13,4	106,3
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			36,9	26,4	52,9	614,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,2	60,9	200,4	1 774,5



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,6	9,8	29,2	232,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30	30	3,6	1,8	17,9	102,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,7	0,1	60,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,3	21,8	64,2	544,4
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б	250		6,5	7,7	25,0	248,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	101,8
МОРКОВЬ	12,5	9,69	0,1	0	0,7	4,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17	15	0,1	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	70		15,3	18,7	3,9	325,3
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	50,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	120		4,9	5,3	21,9	154,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,9	1,3	21,9	118,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			30,5	32,0	102,9	995,4
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ	150		2,4	2,0	18,1	101,4
ГРУША	50	45	0,2	0,1	4,5	20,6
ЯБЛОКИ	50	44	0,2	0,2	4,2	20,1
БАНАН	50	35	0,5	0,2	7,2	32,6
СНЕЖОК	48,4	48,4	1,5	1,5	2,2	32,1
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180		5,0	5,8	16,2	133,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ (ВЕРМИШЕЛЬ)	14,4	14,4	1,6	0,2	9,9	47,2
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	31,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,08	0,08	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
БАНАН	150		2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,3	150	2,3	0,8	31,5	144,0
			12,7	9,8	94,2	556,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,5	63,8	280,9	2 179,3



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,3	9,6	31,6	238,6
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			17,4	19,4	66,5	559,4
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250		5,5	6,9	12,5	176,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	82,5	57,8	1,2	0,2	9,1	59,9
МОРКОВЬ	13,3	10,3	0,1	0	0,7	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	6,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	12	8	0,2	0	0,5	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180		11,1	10,7	23,2	320,3
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	138,8
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	130,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18,2	0,3	0	1,5	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОРКОВЬ	22,5	17,5	0,2	0	1,2	7,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	39,9	0,3	0	1	5,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1

СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			20,7	17,9	88,8	769,7
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,3	0,1	14,5	64,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			0,3	0,1	14,5	64,6
Уплотнённый полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70		10,9	10,0	11,2	183,9
РЫБА СКУМБРИЯ АТЛАНТИЧЕСКАЯ	80	48	8,3	6,1	0	88,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	14	14	1,1	0,4	7	36,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,2
РИС ОТВАРНОЙ	120		2,7	4,4	28,4	164,2
Рис пропаренный	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,4		8,6	35,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			17,0	15,6	68,8	529,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,4	53,0	238,6	1 923,6



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,8	8,3	32,0	225,9
Крупа пшеничная	30	30	3,8	0,3	20,7	96,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,5	20,2	67,0	537,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА М/Б	250		7,0	7,0	22,0	243,4
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	130,8
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	6,72	0,9	0,8	0	16,8
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	70		14,2	13,8	13,6	303,3
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	45,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	5,0
РАУ ОВОЩНОЕ	150		2,6	4,6	14,9	136,0
МОРКОВЬ	42,6	33	0,4	0	2,2	14,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30	0,4	0,1	2,4	18,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,2	33	0,6	0	1,6	8,9

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	70,7	49,5	1	0,2	7,9	51,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,6	25,7	102,6	950,0
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180		2,2	3,2	12,0	104,9
КАРТОФЕЛЬ	50,4	37,8	0,8	0,2	6	37,8
СВЕКЛА	36	27	0,4	0	2,3	13,6
МОРКОВЬ	23,4	18	0,2	0	1,2	7,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	34,2	27	0,2	0	0,5	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18	11,7	0,4	0	0,8	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,1	0,2	0	1,2	9,1
ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ С МЯСОМ	180		12,0	14,1	24,5	311,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ (ВЕРМИШЕЛЬ)	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,1	53,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,6	3,6	0,5	0	2,1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	111,1
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,9	31,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			20,7	23,0	65,0	662,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,8	69,1	254,2	2 233,4



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,6	8,5	32,2	228,6
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			16,7	18,3	67,1	549,4
Обед						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		6,3	7,5	21,6	233,4
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	87,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	19,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	200		15,6	16,8	24,1	379,6
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	106	84	1,5	0,1	3,8	22,8
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,2	11,6	0,2	0	1	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8

МОРКОВЬ	15	11,6	0,2	0	0,8	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			25,7	24,6	97,8	880,3
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,3	0,1	14,5	64,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			0,3	0,1	14,5	64,6
Уплотнённый полдник						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		180	13,4	9,5	12,9	239,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	58,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
РЫБА ПИКША	145	66,7	11,2	0,3	0	66,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25	0,2	0	1,6	7,3
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			16,4	10,7	41,3	416,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,1	53,7	220,7	1 911,0



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	250		5,8	7,6	42,1	259,3
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	31,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,04	0,04	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			8,1	10,5	72,2	415,4
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		6,8	7,6	18,9	221,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	87,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	80	64	1,2	0,1	2,9	17,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,8	0,8	0	0	0,2	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70		14,2	13,8	13,5	302,6
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	45,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,1	0	0,6	4,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		4,3	4,5	27,4	167,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			29,1	26,2	111,9	958,5
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	6,8	9,1	116,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	6,8	9,1	116,4
			5,6	6,8	9,1	116,4
Уплотнённый полдник						
ТВОРОЖНОЕ ПИРОЖЕНОЕ	180		28,2	22,2	32,6	451,7
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	140	140	24,4	12,2	4,1	229,5
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,2	0,1	8,2	38,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	23,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	25,8
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	40,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	10	10	0,8	1	7,2	106,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,9	4,4	13,4	5,6
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	30,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	32,1
			32,1	26,6	46,0	558,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,9	70,1	239,2	2 048,3

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,4	10,0	23,3	205,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			16,5	19,8	58,2	526,3
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б	250		5,8	6,0	15,8	161,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ(ВЕРМИШЕЛЬ)	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ	180		16,3	18,7	29,6	466,7
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАРТОФЕЛЬ	232,7	163,1	3,2	0,7	25,8	169,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	7,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,4	0	1,9	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,7	0,9	11,6
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40		0,6		3,2	19,2
СВЕКЛА	49,03	38	0,6	0	3,2	19,2

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			26,5	25,0	100,7	914,6
Полдник						
СНЕЖОК	200		2,5	2,5	11,0	322,0
СНЕЖОК	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
			2,5	2,5	11,0	322,0
Уплотнённый полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯИЦОМ	120		10,5	10,6	47,5	345,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	60	60	6,3	0,8	40,6	194,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	5,3
ДРОЖЖИ	3,8	3,8	0,5	0,1	0,1	2,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,9	31,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯБЛОКО	200		0,8	0,8	19,6	94,0
ЯБЛОКИ	227,2	200	0,8	0,8	19,6	94,0
			11,3	11,4	75,0	470,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,8	58,7	244,9	2 233,5

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		6,0	9,1	32,6	233,1
КРУПА РИСОВАЯ	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			12,7	21,0	67,6	544,7
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		5,6	7,4	10,8	167,6
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	36,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	6,3
МОРКОВЬ	17,5	13,6	0,2	0	0,9	5,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,5	1,3	0,1	0	0,4	1,8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
БИТОЧЕК МЯСНОЙ	70		14,6	14,3	14,3	311,4
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	45,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,5	0,7	8,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	5,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120		2,3	3,7	19,0	153,5
КАРТОФЕЛЬ	171,43	120	2,3	0,5	19	124,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		50	0,8	2,4	4,0	42,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	49,4	39,5	0,7	0	1,8	10,8
МОРКОВЬ	6,4	5	0,1	0	0,3	2,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,1	28,1	100,2	942,4
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С КРАСНЫМ СОУСОМ		180	20,1	9,2	23,8	351,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	33,6	28,2	0,4	0,1	2,2	17,0
МОРКОВЬ	31,1	24,1	0,3	0	1,6	10,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,2	62,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ	140	84	16,7	5,3	0	195,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			23,1	10,4	52,2	528,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,9	59,7	239,6	2 099,1



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,8	8,3	32,0	225,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
Крупа пшеничная	30	30	3,8	0,3	20,7	96,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,5	20,2	67,0	537,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ НА М/Б	250		6,3	6,7	19,6	221,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	10,1
КАРТОФЕЛЬ	150,67	113	2,2	0,5	17,8	117,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180		10,1	11,9	10,6	233,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	157,5	126	2,2	0,1	5,7	34,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МОРКОВЬ	4,6	3,6	0	0	0,2	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,8	4,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	124,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			20,2	18,9	82,3	722,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	200	5,6	6,8	9,1	116,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	6,8	9,1	116,4
			5,6	6,8	9,1	116,4
Уплотнённый полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ПОМИДОРОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	150	7,1	13,2	4,5	203,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	100,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,7	2,3	29,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	20	13	0,4	0	0,8	6,9
ПОМИДОРЫ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	6,9
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15	15	3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
БАНАН	200	200	3,0	1,0	42,0	192,0
БАНАН	285,7	200	3	1	42	192,0
			16,6	19,9	74,9	641,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,9	65,8	233,3	2 018,7



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250		7,3	9,6	31,6	238,6
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,8	6,4	81,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,6	4,1	14,3	105,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,1	6,6	0,1	60,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,6	0,1	59,8
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40		3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			14,0	21,5	66,6	550,2
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	250		5,8	7,4	15,1	191,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	43,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,2	1,02	0,1	0	0,3	1,5
СВЕКЛА	40	31	0,5	0	2,6	15,6
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		12,2	9,8	4,4	219,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	7,6
МОРКОВЬ	15	11,6	0,2	0	0,8	5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	120		4,9	5,3	21,9	154,6

КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,9	1,3	21,9	118,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			26,7	22,8	93,5	833,0
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Уплотнённый полдник						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		70	9,5	4,0	6,9	115,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	5	5	0,4	0,1	2,5	14,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	20,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	70	49	7,6	0,4	0	39,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	10,1
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	3,3	5,8	19,6	175,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	23,3
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	116,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		70	0,6	0,1	1,7	9,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	75	69,75	0,6	0,1	1,7	9,8
ЧАЙ С САХАРОМ		200			7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			16,4	11,1	56,6	47,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,1	55,6	236,3	1 944,3



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		4,3	4,5	27,4	167,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,5	4,5		69,2
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ	15,63	15	3,5	4,5	0	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200				7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			10,1	11,9	57,5	392,6
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ НА М/Б	250		9,1	5,7	19,4	200,3
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	55,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20,1	20	4,5	0,3	9,3	58,0
КАРТОФЕЛЬ	71,4	50	1	0,2	8	51,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	6,0
МОРКОВЬ	16,1	12,5	0,2	0	0,9	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	1,41	1,2	0,1	0	0,4	1,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,05	0,05	0	0	0	0,0
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С КРАСНЫМ СОУСОМ	180		14,3	15,5	21,2	350,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	63	11,3	9,8	0	194,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	10,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	10,1
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,4		12,8	53,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3	3	0,2	0	1,5	6,8

СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	3	3	0,1	0	1,6	7,5
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ" РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,4	0,3	39,3	214,0
ХЛЕБ "УСАДЕБНЫЙ"	40	40	3,4	0,3	39,3	214,0
			27,2	21,5	92,7	817,6
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,3	0,1	11,6	52,9
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			0,3	0,1	11,6	52,9
Уплотнённый полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		180	23,8	19,5	17,1	346,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	120	120	21	10,5	3,5	196,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03	0,6	0,6	0	12,5
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1,4	1,8	2,1
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,4	4,1	13,2	100,6
КАКАО-ПОРОШОК	0,02	0,02	0	0	0	0,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	4,1	5,4	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"		40	3,0	1,2	20,6	146,0
БАТОН "ГУБЕРНСКИЙ"	40	40	3	1,2	20,6	146,0
			30,2	24,8	50,9	593,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,8	58,3	212,7	1 856,2