

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		160	2,8	4,2	22,6	139,6
КАРТОФЕЛЬ	204,4	143,1	2,8	0,6	22,6	106,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		200	2,9	2,9	15,7	101,2
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,9	4,4	55,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
			7,9	11,4	51,5	342,6
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
			0,4	0,1	7,4	31,3
Обед						
СВЕКЛА ЛОМТИК		60	1,0	0,1	5,6	26,9
СВЕКЛА	85	65,88	1	0,1	5,6	26,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	1,8	4,9	8,3	89,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	47,7	33,4	0,7	0,1	5,2	24,9
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	8,3	5,4	0,2	0	0,4	2,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,8	10,8	0,3	1,6	0,4	21,5
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		80	19,4	18,2	6,5	268,3
ГОВЯДИНА Б/К	120	101,28	18,2	15,7	0	214,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7,3	7,3	0,6	0	3,6	16,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,1	0	0,5	2,5
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ		130	3,3	7,1	31,2	202,6
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,2	87,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,4	6,4	0,3	0	1,2	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (21)		200			15,6	62,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			29,9	30,8	96,0	787,0
Полдник						
СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ 8 %		100	9,1	23,0	18,5	319,0
СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ ДЕТСКИЕ 23% ЖИРНОСТИ	100	100	9,1	23	18,5	319,0
ВАФЛИ		40	1,1	1,3	30,9	141,6
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	40	40	1,1	1,3	30,9	141,6
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
			15,5	29,0	56,8	558,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,7	71,3	211,7	1 719,2

**МЕНЮ**

3-7 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		120	22,6	14,5	20,7	308,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	118	118	20,6	10,3	3,4	193,4
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6,5	6,5	0,7	0,1	4,5	20,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,8	5,8	0,2	0,9	0,2	11,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ		40	2,8	3,3	21,5	127,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,2	4,9	4,5	0,3	61,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,1	3,1	15,2	101,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,9	2,9	0,3	0	1,6	7,2
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3	0	0	9	36,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			35,3	25,6	70,2	657,6
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
ЯБЛОКО		90	0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			0,8	0,5	16,2	73,6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		60	0,5	0,1	1,0	7,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	60	0,5	0,1	1	7,8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	1,9	3,6	11,2	86,4
СВЕКЛА	52	40,3	0,6	0	3,4	16,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22	17,6	0,3	0	0,8	4,8
КАРТОФЕЛЬ	20,5	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
СМЕТАНА		12	0,3	1,7	0,4	24,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		80	12,9	7,1	7,2	143,5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	145	72,5	11,2	0,7	0	50,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7,4	7,4	0,6	0	3,6	17,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,2	11,2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4	0,1	0	0,6	2,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,7	18,5	127,7
КАРТОФЕЛЬ	158,8	111,2	2,1	0,4	17,6	83,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,6	0,9	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОУС ТОМАТНЫЙ		40	0,3	1,6	2,5	25,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20	20	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		29	2,2	0,2	14,6	68,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	29	29	2,2	0,2	14,6	68,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			23,3	19,3	71,7	562,5
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		60	0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,3	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		65	5,9	5,1	44,5	248,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45,5	45,5	4,8	0,6	30,8	147,4
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9	0	0	5,7	22,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,2	0,5	0,5	0	6,4
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,5	33,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,6
ЯБЛОКИ	19,5	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ЯБЛОКИ	19,5	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
БИФИЛАЙФ		190	6,3	4,7	10,2	112,4

КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	6,3	4,7	10,2	112,4
			12,9	9,9	61,5	392,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,3	55,3	219,6	1 685,7

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,3	4,5	29,3	175,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,7	85,7	2,4	2,6	3,9	49,9
КРУПА РИСОВАЯ	29,5	29,21	1,9	0,3	21	94,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,1	64,1	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,4	4,3		53,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,4	4,3	0	53,0
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,3	4,3	16,3	122,0
КАКАО-ПОРОШОК	3,3	3,3	0,8	0,5	0,3	9,2
САХАР ПЕСОК	10,7	10,7	0	0	10,4	41,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	122,7	122,7	3,5	3,8	5,6	71,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,7	86,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			13,9	13,3	58,1	409,8
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
БАНАН		90	1,4	0,5	18,9	86,4
БАНАН	128,7	90	1,4	0,5	18,9	86,4
			1,8	0,6	26,3	117,7
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,2	3,9	3,8	55,5
МОРКОВЬ	45	34,88	0,5	0	2,3	11,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	35	22,75	0,7	0	1,5	8,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ		180	3,1	4,7	15,5	116,4
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	46	46	1,3	1,5	2,1	26,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0

ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (2 ВАРИАНТ)		10	0,9	2,0	5,9	45,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	12,1	12,1	0,9	0,4	5,9	30,4
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		70	18,5	18,7	0,4	244,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	140	105	18,5	18,7	0	242,4
МОРКОВЬ	3,1	2,5	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,1	2,5	0	0	0,2	1,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	3,5	4,4	14,2	111,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200,4	160,3	2,8	0,2	7,3	43,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0	4,2	0	37,5
МОРКОВЬ	3,4	2,6	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,2	0,1	0	0,4	2,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,8	7,8	0,4	0	1,5	7,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (21)		200			15,6	62,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		21	1,6	0,1	10,5	49,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	21	21	1,6	0,1	10,5	49,7
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			31,3	34,1	82,2	764,3
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		65	5,2	6,0	41,9	242,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	17	81,0
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,2	16,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,33 шт.	13,1	1,6	1,5	0,1	20,0
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,6	33,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ПОВИДЛО	29,5	29,5	0,1	0	18,9	76,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,7	0,5	0,4	0	5,6
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
			10,5	10,7	49,3	340,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,5	58,7	215,9	1 632,1

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0,8	3,5	3,0	46,2
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	40	40	0,8	3,5	3	46,2
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		180	5,9	7,1	30,4	210,1
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	36	35,64	3,5	0,5	22,6	108,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,9	85,9	2,4	2,6	3,9	50,0
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		180/7	0,2		8,6	35,4
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			8,8	10,8	54,5	350,9
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
			0,4	0,1	7,4	31,3
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		60	1,2	5,0	6,7	75,6
СВЕКЛА	100	77,5	1,2	0,1	6,6	31,6
ЧЕСНОК	0,2	0,17	0	0	0,1	0,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		180	8,8	2,4	15,4	119,0
КАРТОФЕЛЬ	72	50,4	1	0,2	8	37,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
КРУПА РИСОВАЯ	8,2	8,12	0,6	0,1	5,8	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
РЫБН. КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САЙРА БЛАНШИРОВАН.	38,9	38,9	6,9	0	0	27,6
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ)		80	22,5	24,6	5,3	332,0

ГОВЯДИНА Б/К	120	101,28	18,2	15,7	0	214,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9,6	9,6	0,7	0,1	4,7	22,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,8	13,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,46	0,1	0	0,4	2,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,5	3,5	28,7	164,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,5	0,5	28,7	137,7
СОЛЬ	3,9	3,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,4	2,0	3,0	32,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,2	0,2	27,9	115,0
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		31	2,4	0,2	15,6	73,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	31	31	2,4	0,2	15,6	73,4
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			42,5	38,2	118,9	990,5
Полдник						
БИФИЛАЙФ		190	6,3	4,7	10,2	112,4
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	6,3	4,7	10,2	112,4
ВАТРУШКИ С КАРТОФЕЛЕМ		65	4,3	3,1	20,1	125,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,9	20,9	2,2	0,3	14,2	67,7
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,9	13,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
КАРТОФЕЛЬ	27,9	19,5	0,4	0,1	3,1	14,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,1	0,1	0,2	2,7
			10,6	7,8	30,3	237,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,3	56,9	211,1	1 610,6

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,2	2,4	2,3	35,5
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	53,1	37,2	1,2	0,1	2,3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ОМЛЕТ С КАШЕЙ (150/60)		155	12,4	14,4	14,1	234,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,5	44,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,4	4,3		53,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,4	4,3	0	53,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,8	13,8	92,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,9	2,9	0,3	0	1,6	7,2
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			21,7	24,1	42,7	474,7
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
ГРУША		90	0,4	0,3	9,3	42,3
ГРУША	100	90	0,4	0,3	9,3	42,3
			0,8	0,4	16,7	73,6
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		60	1,1	5,1	4,5	69,3
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	60	1,1	5,1	4,5	69,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		180	7,5	4,1	20,8	150,4
КАРТОФЕЛЬ	51,5	36	0,7	0,1	5,7	26,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	29,2	29	6,5	0,5	13,5	84,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		170	20,2	22,0	13,6	334,4
ГОВЯДИНА Б/К	120	101,28	18,2	15,7	0	214,2
КАРТОФЕЛЬ	95	66,5	1,3	0,3	10,5	49,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (21)		200			15,6	62,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
СОЛЬ НА ДЕНЬ		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			34,4	31,7	90,9	789,8
Полдник						
БЛИНЧИКИ		60	3,3	5,8	19,7	143,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19	19	2	0,2	12,9	61,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,7	56,7	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,4	1,3	1,2	0,1	15,8
САХАР ПЕСОК	6,9	6,9	0	0	6,7	26,7
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ		40	2,8	3,3	21,5	127,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
			11,4	13,8	48,6	368,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,3	70,0	198,9	1 706,4

**МЕНЮ**

3-7 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		40	0,8	3,5	3,0	46,2
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	40	40	0,8	3,5	3	46,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		160	2,8	4,2	22,6	139,6
КАРТОФЕЛЬ	204,4	143,1	2,8	0,6	22,6	106,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,4	4,3		53,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,4	4,3	0	53,0
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		180/7	0,2		10,7	43,5
САХАР ПЕСОК	10,5	10,5	0	0	10,2	40,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			8,7	12,1	46,3	329,7
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
			0,4	0,1	7,4	31,3
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ		60	0,7	3,9	4,0	54,5
СВЕКЛА	55	42,63	0,6	0	3,7	17,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18	18	0,1	0	0,3	2,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		180	1,7	3,6	8,0	72,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	30,8	21,6	0,4	0,1	3,4	16,1
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,5	6,5	0,3	0	1,2	6,4
СМЕТАНА		12	0,3	1,7	0,4	24,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		80	19,1	16,3	4,6	242,2
ГОВЯДИНА Б/К	120	101,28	18,2	15,7	0	214,2
МОРКОВЬ	17,3	13,2	0,2	0	0,9	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7	0	0,6	0	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,8	26,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
КАША ВЯЗКАЯ		130	6,9	5,1	31,3	198,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	57,1	56,53	6,9	1,8	31,3	168,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,1	4,1	0	3,3	0	29,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,5	66,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (21)		200			15,6	62,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			33,1	31,1	92,7	792,4
Полдник						
СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ 8 %		100	9,1	23,0	18,5	319,0
СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ ДЕТСКИЕ 23% ЖИРНОСТИ	100	100	9,1	23	18,5	319,0
БИФИЛАЙФ		190	6,3	4,7	10,2	112,4
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	6,3	4,7	10,2	112,4
ВАФЛИ		40	1,1	1,3	30,9	141,6
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	40	40	1,1	1,3	30,9	141,6
			16,5	29,0	59,6	573,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,7	72,3	206,0	1 726,4

Утверждаю

Директор

Романова Елена Николаевна

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		180	5,8	7,8	29,2	211,3
ПШЕНО	33,7	33,4	3,7	0,9	22,8	114,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,8	55,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	76,2	76,2	2,1	2,3	3,5	44,3
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,6	0	41,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,2	4,9	4,5	0,3	61,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,7	2,7	13,7	90,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,9	2,9	0,3	0	1,6	7,2
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	87	87	2,4	2,7	4	50,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			14,9	15,1	53,2	410,2
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
БАНАН		90	1,4	0,5	18,9	86,4
БАНАН	128,7	90	1,4	0,5	18,9	86,4
			1,8	0,6	26,3	117,7
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,2	3,9	3,8	55,5
МОРКОВЬ	45	34,88	0,5	0	2,3	11,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	35	22,75	0,7	0	1,5	8,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	1,8	2,4	12,8	80,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	4,9	4,9	0,5	0,1	3,4	16,1
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0

БИГУС		150	18,3	17,1	9,0	267,8
ГОВЯДИНА Б/К	100	84,4	15,2	13,1	0	178,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170,8	136,6	2,4	0,1	6,2	37,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,7	0,1	0	0,8	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,6	4,6	0,2	0	0,9	4,6
МОРКОВЬ	16,2	12,5	0,2	0	0,9	4,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
КИСЕЛЬ		200			26,0	103,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	22	22	0	0	17	67,9
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3	0	0	9	36,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			26,9	23,9	88,0	680,9
Полдник						
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		90	12,7	9,9	21,6	229,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	60,3	60,3	10,6	5,2	1,7	98,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,5	13,5	1,5	0,2	9,1	43,7
САХАР ПЕСОК	4,1	4,1	0	0	4	15,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,7	0,6	0,5	0	7,2
СОЛЬ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ		30	2,1	2,5	16,2	95,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,1	2,5	16,2	95,4
			20,1	17,1	45,2	422,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,7	56,7	212,7	1 630,9

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ		180	3,4	5,7	19,9	145,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	57,7	57,7	1,6	1,7	2,6	33,6
КРУПА МАННАЯ	18,9	18,9	1,8	0,2	12,9	60,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82,5	82,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,7	3,9	15,4	111,9
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,7	0,5	0,3	8,4
САХАР ПЕСОК	10,5	10,5	0	0	10,2	40,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	108	108	3	3,4	4,9	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			8,6	13,8	45,3	342,2
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
ЯБЛОКО		90	0,4	0,4	8,8	42,3
ЯБЛОКИ	102,3	90	0,4	0,4	8,8	42,3
			0,8	0,5	16,2	73,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		60	1,2	5,0	6,7	75,6
СВЕКЛА	100,1	77,6	1,2	0,1	6,6	31,6
ЧЕСНОК	0,2	0,2	0	0	0,1	0,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ		180	2,1	2,0	15,1	87,8
КАРТОФЕЛЬ	115,7	81	1,6	0,3	12,8	60,5
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СМЕТАНА		12	0,3	1,7	0,4	24,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ		150	19,4	25,3	30,6	427,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	120	90	15,9	16,1	0	207,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,8	19,9	0,3	0	1,6	8,0
МОРКОВЬ	15	11,7	0,2	0	0,8	4,0
КРУПА РИСОВАЯ	37	36,63	2,5	0,4	26,3	118,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,3	111,3	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,5	0	1,8	9,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20	20	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			28,6	34,5	89,2	788,7
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		60	0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,3	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
БИФИЛАЙФ		190	6,3	4,7	10,2	112,4
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	190	190	6,3	4,7	10,2	112,4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		65	15,9	39,2	28,0	529,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	17,6	17,6	1,8	0,2	11,9	57,0
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,5	11,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,45 шт.	17,9	2,2	2	0,1	27,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	10,9	10,9	1,2	0,1	7,4	35,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	35,9	0,6	0	1,6	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,7	0,7	0,7	0	8,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,4	0	0	0	0,2
СОЛЬ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,37 шт.	15	1,8	1,6	0,1	22,9
			22,9	44,0	45,0	673,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,9	92,8	195,7	1 877,5

**МЕНЮ****3-7 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,2	4,9	4,5	0,3	61,2
КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ		180	5,1	7,2	25,6	186,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,6	0	41,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,1	92,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,4	4,3		53,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,4	4,3	0	53,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		200	2,9	2,9	15,7	101,2
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,9	4,4	55,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36	36	0	0	0	0,0
			17,8	19,0	51,6	449,1
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
			0,4	0,1	7,4	31,3
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		60	0,5	0,1	1,0	7,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	60	0,5	0,1	1	7,8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	1,9	3,6	11,2	86,4
СВЕКЛА	52	40,3	0,6	0	3,4	16,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22	17,6	0,3	0	0,8	4,8
КАРТОФЕЛЬ	20,5	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
СМЕТАНА		12	0,3	1,7	0,4	24,0

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	1,7	0,4	24,0
РЫБА(ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	9,9	4,9	0,4	84,8
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	128	64	9,9	0,6	0	44,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5	2	0	0	0,2	0,8
МОРКОВЬ	3,2	2,5	0	0	0,2	0,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,7	18,5	127,7
КАРТОФЕЛЬ	158,9	111,2	2,1	0,4	17,6	83,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,6	0,9	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,3	2,0	2,4	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
КОМПОТ. ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И МАНДАРИНОВ		200	0,3	0,1	33,8	139,3
САХАР ПЕСОК	32	32	0	0	30,9	123,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
АПЕЛЬСИН	52,9	37,03	0,3	0,1	2,9	15,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
соль на день		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			21,5	17,6	104,1	672,4
Полдник						
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		65	5,8	5,0	44,2	245,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45,5	45,5	4,8	0,6	30,8	147,4
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,2	0,5	0,5	0	6,4
СОЛЬ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,5	33,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,6
ЯБЛОКИ	19,5	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
			11,1	9,7	51,6	343,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,8	46,4	214,7	1 496,0

**МЕНЮ**

3-7 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,2	2,4	2,3	35,5
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	53,1	37,2	1,2	0,1	2,3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ОМЛЕТ С КАШЕЙ (150/60)		155	12,4	14,4	14,1	234,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,9	9	0,6	122,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,5	44,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,8	13,8	92,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,9	2,9	0,3	0	1,6	7,2
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
			17,9	23,8	40,2	447,3
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		75	0,4	0,1	7,4	31,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	75	0,4	0,1	7,4	31,3
			0,4	0,1	7,4	31,3
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ		60	0,7	5,8	4,2	72,7
СВЕКЛА	45,6	35,3	0,5	0	3	14,4
МОРКОВЬ	22,8	17,7	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		180	1,9	3,7	12,7	92,9
КАРТОФЕЛЬ	77,2	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	2,97	0,3	0	1,9	9,1
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,8	10,8	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,2	5,2	0,2	0	1	5,1
СОСИСКА		70	7,5	16,1	0,3	176,3
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	70	69,65	7,5	16,1	0,3	176,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,5	3,5	28,7	164,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4,5	0,5	28,7	137,7
СОЛЬ	3,9	3,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,4	2,0	2,9	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (21)		200			15,6	62,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,1	16,1	0	0	15,6	62,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	202	202	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38	38	2,5	0,3	16,1	77,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
СОЛЬ НА ДЕНЬ		3				
СОЛЬ	3	3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА		10	0,4	2,0	0,5	28,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,3	14,3	0,4	2	0,5	28,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		3			0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
			21,0	33,6	101,3	802,2
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
СНЕЖОК		190	5,3	4,7	7,4	97,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	190	190	5,3	4,7	7,4	97,7
ГРУША		90	0,4	0,3	9,3	42,3
ГРУША	100	90	0,4	0,3	9,3	42,3
			8,7	8,9	46,5	306,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,0	66,4	195,4	1 587,6