

УТВЕРЖДЕНО приказом
заведующего от 27.08.2026г.
№ 50/2-о

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,3	5,5	21,7	158,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	17	17	1,9	0,2	11,2	54,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30		0,8	1,0	22,5	103,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	22,5	103,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			6,2	6,5	50,2	285,6
II Завтрак						
ФРУКТЫ	60		0,2	0,2	6,0	29,0
ЯБЛОКИ	70	61,6	0,2	0,2	6	29,0
			0,2	0,2	6,0	29,0
Обед						
СУП ФАСОЛЕВЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		11,8	13,1	19,9	249,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ФАСОЛЬ	25	25	5,1	0,5	11,4	72,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	25	16,25	0,5	0	1,1	6,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	150		10,4	11,8	23,0	241,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	45	33,75	6,1	5,2	0	71,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	142,5	2,5	0,1	6,5	38,7
МОРКОВЬ	25	21,88	0,3	0	1,5	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
КРУПА РИСОВАЯ	20	20	1,4	0,2	14,4	64,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,8	25,3	67,7	603,4
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ДЖЕМОМ	100		15,0	11,7	30,9	287,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	80	80	13	7	1,6	121,8
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	0,24	0	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,2	55,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			15,1	11,7	37,9	315,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,3	43,7	161,8	1 233,7

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,9	4,7	20,8	144,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		2,3	1,9	10,0	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
			10,2	11,1	51,4	347,1
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70		0,4	0,1	7,1	30,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,4	0,1	7,1	30,1
			0,4	0,1	7,1	30,1
Обед						
СУП С РЫБОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		9,6	5,3	11,1	133,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	60	51	7,9	0,5	0	35,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	150		14,4	17,4	21,4	301,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	66,5	11,7	11,8	0	153,6
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	20	17,5	0,2	0	1,2	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30		0,8	2,9	5,3	51,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	38	0,7	0	1,7	10,3
ЯБЛОКИ	5	4,4	0	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			27,4	26,0	62,6	599,4
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		2,3	5,5	3,7	75,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	0,95	0,1	0,1	0	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			5,4	6,7	32,3	212,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,4	43,9	153,4	1 189,0

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,8	4,7	22,2	152,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	17	17	1,4	0,2	11,7	55,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			7,9	9,2	48,8	311,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ	70		1,1	0,4	15,1	69,1
БАНАН	80	72	1,1	0,4	15,1	69,1
			1,1	0,4	15,1	69,1
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		6,9	9,8	11,8	167,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
СВЕКЛА	60	55,5	0,8	0,1	4,8	22,6
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	40		9,5	10,1	9,0	165,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	95,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		4,3	2,1	27,4	145,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,1	0,1	10,3	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			23,4	22,5	75,5	602,4
Полдник						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120		1,9	3,6	15,5	102,2
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30		0,5	4,0	1,2	43,3
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25	24,75	0,2	0	0,6	3,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			5,5	8,8	45,3	282,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,9	40,9	184,7	1 265,6

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,4	5,6	20,7	154,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	17	17	2	1,1	10,2	58,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,4	2,1	9,6	67,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			10,8	12,2	50,9	357,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70		0,4	0,1	7,1	30,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,4	0,1	7,1	30,1
			0,4	0,1	7,1	30,1
Обед						
ЩИ КРЕСТЬЯНСКИЕ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		7,1	9,8	10,7	165,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	38	0,7	0	1,7	10,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ПШЕНО	3	3	0,3	0,1	2	10,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ РЫБНОЕ	60		11,5	3,6	6,2	104,3
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	68	10,5	0,6	0	47,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		3,6	3,1	21,7	129,7
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК	20		0,6		1,3	7,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30	19,5	0,6	0	1,3	7,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			25,4	16,9	64,7	519,1
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120		8,1	9,1	24,0	210,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	19	4,3	5,4	0	67,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			11,2	10,3	52,6	347,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,8	39,5	175,3	1 254,5

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,8	4,7	24,9	161,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА РИСОВАЯ	20	20	1,4	0,2	14,4	64,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			7,9	9,2	51,5	320,6
II Завтрак						
КЕФИР С САХАРОМ	70/3		2,0	1,8	5,7	48,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	70	70	2	1,8	2,8	37,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
			2,0	1,8	5,7	48,7
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200		13,5	9,4	26,0	243,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	30	29,85	6,7	0,5	14	86,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	13,13	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	35		8,1	4,3	5,0	100,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	45	41,85	7,3	1,5	0	51,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	13,13	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100		6,1	4,0	27,7	171,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	50	6,1	1,6	27,7	149,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20		0,3	2,0	1,1	24,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	6,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЁНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			30,6	20,1	84,6	652,2
Полдник						
ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ	90		6,6	7,2	54,9	308,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,2	0,7	34	162,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	0,24	0	0	0	0,4
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,2	55,1
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20		0,1	0,1		0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	0,48	0,1	0,1	0	0,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			6,8	7,3	62,9	341,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,3	38,4	204,7	1 363,0

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,4	5,6	20,7	154,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	17	17	2	1,1	10,2	58,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30		1,7	1,4	21,8	106,5
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,7	1,4	21,8	106,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			7,2	7,0	48,5	285,8
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70		0,4	0,1	7,1	30,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,4	0,1	7,1	30,1
			0,4	0,1	7,1	30,1
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		7,1	9,4	9,8	156,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	47,5	0,9	0	2,1	12,9
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ПЛОВ С МЯСОМ	130		10,5	10,6	37,8	289,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	37,5	6,8	5,8	0	79,3
КРУПА РИСОВАЯ	50	50	3,4	0,5	35,9	161,5
МОРКОВЬ	20	17,5	0,2	0	1,2	5,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,8	1,1	4,8	31,3
СВЕКЛА	60	55,5	0,8	0,1	4,8	22,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			21,0	21,5	77,2	589,3
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90		16,5	12,4	32,8	309,7
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	80	80	13	7	1,6	121,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			16,6	12,4	39,8	338,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,2	41,0	172,6	1 243,6

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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,0	4,7	21,2	148,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	17	16,83	1,6	0,2	10,7	51,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,4	2,1	9,6	67,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
			10,4	11,3	51,4	350,6
II Завтрак						
ФРУКТЫ	60		0,2	0,2	6,0	29,0
ЯБЛОКИ	70	61,6	0,2	0,2	6	29,0
			0,2	0,2	6,0	29,0
Обед						
СУП С КУРОЙ И РИСОМ	200		6,7	8,8	15,1	167,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	130		10,4	13,7	18,5	239,5
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,1	7	0	95,2
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	20	17,5	0,2	0	1,2	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20		0,2		0,3	2,6

ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,9	22,9	58,7	522,4
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150		6,5	10,1	9,5	157,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	171	3	0,2	7,8	46,5
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	10	9,9	0,1	0	0,4	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			9,6	11,3	37,1	290,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,1	45,7	153,2	1 192,1

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,9	4,7	15,9	125,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			8,0	9,2	42,5	284,5
II Завтрак						
ФРУКТЫ	70		1,1	0,4	15,1	69,1
БАНАН	80	72	1,1	0,4	15,1	69,1
			1,1	0,4	15,1	69,1
Обед						
РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		7,0	11,8	12,1	186,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
МОРКОВЬ	15	13,13	0,2	0	0,9	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50		11,4	6,8	5,6	130,3
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	68	10,5	0,6	0	47,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	4,9	25,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		3,5	3,1	20,6	124,5
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК	20		0,6		1,3	7,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30	19,5	0,6	0	1,3	7,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,1	0,1	10,3	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			25,2	22,2	66,9	573,8
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130		8,1	9,1	24,0	210,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	19	4,3	5,4	0	67,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			11,2	10,3	52,6	348,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,5	42,1	177,1	1 275,6

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5,6	5,0	24,2	165,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
ПШЕНО	20	20	2,2	0,5	13,7	68,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		2,3	1,9	10,0	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
			10,9	11,4	54,8	367,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70		0,4	0,1	7,1	30,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,4	0,1	7,1	30,1
			0,4	0,1	7,1	30,1
Обед						
СУП С КУРОЙ И КЛЁЦКАМИ	200		8,1	9,0	21,1	198,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	0,12	0	0	0	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЁНАЯ С КУРОЙ	150		15,1	16,3	10,1	250,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	66,5	11,7	11,8	0	153,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	171	3	0,2	7,8	46,5
МОРКОВЬ	20	17,5	0,2	0	1,2	5,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	10	9,9	0,1	0	0,4	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЁНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			25,8	25,7	56,0	562,1
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		2,3	5,5	3,7	75,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	0,95	0,1	0,1	0	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			5,4	6,7	32,3	212,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,5	43,9	150,2	1 172,1

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,8	4,7	22,2	152,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	17	17	1,4	0,2	11,7	55,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			7,9	9,2	48,8	311,3
II Завтрак						
КЕФИР С САХАРОМ	70/3		2,0	1,8	5,7	48,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	70	70	2	1,8	2,8	37,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
			2,0	1,8	5,7	48,7
Обед						
БОРЩ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		7,1	9,7	10,5	162,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
СВЕКЛА	40	37	0,6	0	3,2	15,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	28,5	0,5	0	1,3	7,8
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50		10,8	6,3	2,7	123,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	60	55,8	9,7	2	0	68,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		3,3	3,0	19,6	119,2
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25		0,3	0,1	1,1	7,1
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	7,1
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			24,8	19,5	62,9	544,4
Полдник						
СЛОЙКА С ТВОРОГОМ	90		12,5	11,5	49,8	353,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	60	60	6,3	0,8	40,6	194,4
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	0,24	0	0	0	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	30	30	4,9	2,6	0,6	45,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	2	1,2	0	0	0	0,4
			12,6	11,5	56,8	382,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,3	42,0	174,2	1 286,4