

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

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жир ы, 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	20		0,6	0,7	15,0	68,7
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15	68,7
ЧАЙ С САХАРОМ	150		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
			6,0	6,2	42,7	251,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ	40		0,2	0,2	4,3	20,7
ЯБЛОКИ	50	44	0,2	0,2	4,3	20,7
			0,2	0,2	4,3	20,7
Обед						
СУП ФАСОЛЕВЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		11,7	12,0	18,8	235,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	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
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	120		10,0	10,5	23,1	228,6
ГОВЯДИНА Б/К	35	31,5	5,7	4,9	0	66,6
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	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КРУПА РИСОВАЯ	20	20	1,4	0,2	14,4	64,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			23,7	22,8	62,4	556,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ДЖЕМОМ	100/30		11,7	9,6	23,6	227,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	60	60	9,7	5,2	1,2	91,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
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
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ДЖЕМ	10	10	0,1	0	7,3	28,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			11,8	9,6	30,6	255,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,7	38,8	140,0	1 084,0

МЕНЮ
Ясли 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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	1,9	10,0	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			9,5	10,8	46,2	320,9
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		6,8	5,9	10,1	123,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	40	34	5,2	0,3	0	23,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
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	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
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	120		12,5	14,3	19,3	256,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	57	10,1	10,2	0	131,6
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
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	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30		0,6	1,0	4,9	31,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	28,5	0,5	0	1,3	7,8
ЯБЛОКИ	5	4,4	0	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			21,9	21,5	54,8	503,6
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			4,7	6,4	26,1	182,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,5	38,8	134,2	1 037,0

МЕНЮ

Ясли 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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	150		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
			7,2	8,9	43,6	285,1
II Завтрак						
ФРУКТЫ	60		0,9	0,3	13,2	60,5
БАНАН	70	63	0,9	0,3	13,2	60,5
			0,9	0,3	13,2	60,5
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		6,6	9,7	9,2	154,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
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
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
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	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
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	40		7,5	8,5	6,6	133,4
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90		3,8	2,1	24,0	129,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150		0,1	0,1	10,3	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			20,0	20,7	62,8	521,1
Полдник						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120		1,6	3,5	13,3	91,8
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20		0,4	4,0	0,9	41,3
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8	0,2	0	0,5	2,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			4,4	8,4	37,6	244,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,5	38,3	157,2	1 110,9

МЕНЮ
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая 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	0,5	0,5	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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,4	2,1	9,6	67,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	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
			10,1	11,9	45,7	331,3
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		6,8	9,8	9,3	157,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	28,5	0,5	0	1,3	7,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
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 ИЗ РЫБНОЕ	50		9,8	3,3	3,8	85,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	70	59,5	9,2	0,5	0	41,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
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

МОРКОВЬ	10	8,75	0,1	0	0,6	3,0
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	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		3,3	2,2	19,6	111,9
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	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	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 СУШЁНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			22,5	15,6	54,5	454,5
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	90		6,3	7,5	20,6	175,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3,1	3,9	0	48,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			8,7	8,4	43,0	282,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,7	36,0	150,3	1 098,3

МЕНЮ

Ясли 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
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		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
			7,2	8,9	46,3	294,4
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		12,9	9,2	22,2	223,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	30	29,85	6,7	0,5	14	86,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
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
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	30		6,3	4,8	4,2	92,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	35	32,55	5,6	1,2	0	40,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90		4,9	3,7	22,1	141,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	40	4,9	1,3	22,1	119,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
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"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			26,4	20,0	70,1	573,8
Полдник						
ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ	90		6,6	8,0	47,8	287,7
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	3	3	0	2,4	0	21,7
ДЖЕМ	10	10	0,1	0	7,1	27,5
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	150		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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	8,1	55,8	321,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,4	38,8	177,9	1 237,9

МЕНЮ

Ясли 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	6,4	20,7	162,0
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	0,5	0,5	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	20		1,2	0,9	14,6	71,0
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,2	0,9	14,6	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		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
			6,7	7,3	41,3	257,4
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		6,8	9,3	8,3	148,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	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	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
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ	130		9,5	10,3	30,6	253,7
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
КРУПА РИСОВАЯ	40	40	2,7	0,4	28,7	129,2
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	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
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,6	1,0	3,3	24,5
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
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"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			18,9	20,9	62,7	518,9
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90		12,5	11,7	27,0	263,3
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	60	60	9,7	5,2	1,2	91,4
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	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,4	31,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			12,6	11,7	34,0	292,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,6	40,0	145,1	1 098,4

МЕНЮ
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти- ческая 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
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,4	2,1	9,6	67,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
			9,7	11,0	46,2	324,4
II Завтрак						
ФРУКТЫ	40		0,2	0,2	4,2	20,1
ЯБЛОКИ	50	44	0,2	0,2	4,2	20,1
			0,2	0,2	4,2	20,1
Обед						
СУП С КУРОЙ И РИСОМ	200		6,5	8,7	13,0	157,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,3
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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	130		8,5	12,3	16,3	209,7
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	1,5	1,31	0	0	0,1	0,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20		0,2		0,3	2,6

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,6
КОМПОТ ИЗ СУШЁНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			17,2	21,3	50,1	461,9
Полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	120		6,1	10,1	8,4	150,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	152	2,6	0,2	6,9	41,3
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	5	4,95	0,1	0	0,2	1,2
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			8,5	11,0	30,8	257,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,6	43,5	131,3	1 064,0

МЕНЮ
Ясли 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	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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	150		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
			7,3	8,9	42,2	277,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ	60		0,9	0,3	13,2	60,5
БАНАН	70	63	0,9	0,3	13,2	60,5
			0,9	0,3	13,2	60,5
Обед						
РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/7		7,6	9,9	15,6	185,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	28,5	5	5	0	65,8
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	15	14,85	1,4	0,2	9,6	45,4
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	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50		9,7	3,3	3,2	82,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	70	59,5	9,2	0,5	0	41,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5	5	0,4	0,1	2,5	12,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100		3,3	3,8	19,6	126,3
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	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	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"	150		0,1	0,1	10,3	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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	1	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
			23,9	17,5	67,0	526,6
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	90		6,3	7,5	20,6	175,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,2	0,4	20,6	98,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,64	3,1	3,9	0	48,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150		0,1		8,0	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			8,7	8,4	44,0	286,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,8	35,1	166,4	1 151,4

МЕНЮ

Ясли 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	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	1,9	10,0	67,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
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	49,6	341,3
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		8,0	8,9	20,0	193,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	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
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 СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЁНАЯ С КУРОЙ	120		13,1	14,7	9,0	222,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	57	10,1	10,2	0	131,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	152	2,6	0,2	6,9	41,3
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	5	4,95	0,1	0	0,2	1,2
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"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			23,1	23,9	49,5	508,3
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80		2,3	5,5	3,7	75,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	0,95	0,1	0,1	0	1,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
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	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			4,7	6,4	27,1	186,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,4	41,5	133,3	1 065,9

МЕНЮ

Ясли 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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4			3,3		29,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,3	0	29,9
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		8,0	32,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			7,2	8,9	45,6	292,8
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		4,9	8,0	8,1	128,0
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	30	18,3	3,2	3,3	0	42,3
СВЕКЛА	30	27,75	0,4	0	2,3	11,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	28,5	0,5	0	1,3	7,8
КАРТОФЕЛЬ	30	21	0,4	0,1	3,3	15,7
МОРКОВЬ	5	4,38	0,1	0	0,3	1,5
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
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50		9,2	5,9	2,7	111,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50	46,5	8,1	1,6	0	57,3
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 СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	0,16	0	0	0	0,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		1,1	2,4	3,0	37,6
КАРТОФЕЛЬ	14	9,8	0,2	0	1,6	7,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	15		0,2		0,8	4,8
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8	0,2	0	0,8	4,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150				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	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
			17,4	16,6	35,1	374,2
Полдник						
СЛОЙКА С ТВОРОГОМ	80		6,5	10,1	22,4	207,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,75	19,75	2	0,3	13,4	64,0
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
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	20	20	3,2	1,7	0,4	30,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
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	150		0,1		7,0	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	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
			6,6	10,1	29,4	236,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,2	37,4	115,8	952,1