

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						
МАКАРОНИК С СЫРОМ	152		6.6	8.4	31.8	229.8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	48	48	5,2	0,8	31,8	155.0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8		3.0	6.6	19.6	149.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58.0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0.2		9.0	36.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34.8
			9.8	15.0	60.4	416.3
Итого	400					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
САЛАТ "КАПУСТКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ"	50		0.7	1.9	2.2	30.3
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	6	4,65	0,1	0	0,3	1.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,36	0	0	0,3	1.4
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	200		7.0	7.8	19.3	179.4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	20	20	3,3	3,3	0	42.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,83	0,6	0,6	0	7.4
ГРЕЧКА ПО БАРСКИ С КУРИЦЕЙ	180		10.1	9.3	21.3	209.1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	43	30,96	5,4	5,5	0	71.5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37	36,63	4,5	1,2	20,3	109.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8.7
-----------------------------------	---	---	---	---	---	-----

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2.3
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			8.7	34.8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			21.0	19.4	72.1	552.5
Итого		680				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"		80	7.1	6.9	35.0	228.2
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 СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15.3
			12.7	11.8	44.3	333.0
Итого		280				
Ужин						
ОВОЩНОЕ АССОРТИ		210	3.1	3.8	13.2	102.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31.3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32.6
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3.2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3.0	2.4	14.5	92.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34.8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53.3	52.7	236.7	1,642.2

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5.9	8.0	23.2	189.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26	26	3,1	1,6	15,6	88.8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4.4	9.1	19.6	178.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65.3
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3.0	2.4	12.6	84.4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
			13.3	19.5	55.4	451.7
Итого	453					
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0.7	0.7	16.7	80.2
ЯБЛОКИ	100	100	0,7	0,7	16,7	80.2
			0.7	0.7	16.7	80.2
Обед						
СВЕКОЛКА	50		0.5	1.0	3.0	22.9
СВЕКЛА	45	34,88	0,5	0	3	14.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8.7
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200		6.4	9.2	15.0	173.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,5	0,1	4,9	22.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49.9
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6.1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КУРИНЫЕ	160		10.2	12.4	13.8	209.3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39.1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4.0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			8.7	34.8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34.8
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			20.3	23.0	61.1	538.9
Итого		670				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ		50	1.5	1.9	14.5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	44.5	1,5	1,9	14,5	80,9
			7.1	6.8	23.8	185.7
Итого		250				
Ужин						
ТВОРОЖЕНО МАННЫЙ ПУДИНГ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		180/30	17.3	15.0	16.2	271.3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80	14	7	2,3	131.1
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11.3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1.7	1.3	9.4	55.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
Итого		450				
			22.0	16.5	45.1	418.3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63.4	66.5	202.1	1,674.8

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 ПШЕННАЯ	200		6.2	7.5	26.9	200.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ПШЕНО	28	27,72	3,1	0,8	18,9	94.7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	45/7/6		4.7	7.6	22.0	175.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,3	0,3	21,9	103.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0.2		7.1	28.9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			11.1	15.1	56.0	404.3
Итого	458					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30		0.2		0.6	3.4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЙ	30	28.75	0,2	0	0,6	3.4
ЩИ ПО УРАЛЬСКИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.2	6.9	10.7	131.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3.0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3.2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	20	20	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35	28	0,5	0	1,3	7.6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70		7.8	4.7	4.8	91.9
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	40	6,2	0,4	0	27.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,7	0,1	4,4	20.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9.2

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
РИС ОТВАРНОЙ		140	2.5	5.5	27.0	168.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
КРУПА РИСОВАЯ	38	37,62	2,5	0,4	27	121.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			7.8	30.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			18.9	17.5	71.5	524.5
Итого		690				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ		50	1.6	2.1	15.9	88.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	44.5	1,6	2,1	15,9	88.9
Итого		250				
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		50	0.8	1.0	5.9	35.7
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18.9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	3	3	0,1	0	1,9	8.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8.7
ОЛАДУШКИ СО МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		170/30	8.0	7.8	38.4	254.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19.4
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3.1	2.6	10.6	79.5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
КАКАО-ПОРОШОК	1,4	1,4	0,3	0,2	0,1	3.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
			11.9	11.4	54.9	370.0
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49.8	51.1	220.3	1,546.7

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 МАННАЯ	200		5.2	5.7	24.6	170.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47.1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
КРУПА МАННАЯ	27	27	2,7	0,3	18,5	86.1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4.4	8.3	19.6	170.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58.0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		2.7	2.2	11.1	75.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47.1
			12.3	16.2	55.3	416.1
Итого	453					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0.7	0.1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА С ИЗЮМОМ"	40		1.1	2.1	4.2	41.5
МОРКОВЬ	56	36.6	0,1	0	0,3	1.6
ИЗЮМ	4	4	0,4	0,2	2,3	12.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.7	7.0	15.2	151.4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ С ОВОЩАМИ	70		6.8	9.7	3.9	130.8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		160	3.2	3.8	18.4	121.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78.5
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
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			7.8	30.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			20.0	23.0	70.1	574.7
Итого		720				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЛЮШКА С САХАРОМ		80	6.2	5.7	32.6	205.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15.7
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0.7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
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
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
			11.8	10.6	41.9	310.6
Итого		280				
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		170/30	14.7	12.9	21.8	263.9
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	70	70	12,2	6,1	2	114.8
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38.6
КРУПА МАННАЯ	9	9	0,9	0,1	6,2	28.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КИСЕЛЬ		200			15.1	60.3
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	12	12	0	0	9,3	37.1
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
			17.7	13.1	56.4	416.1
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62.5	63.0	236.4	1,771.7

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						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		7.9	13.0	1.8	155.3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,4 шт.	56,35	7	6,3	0,4	85.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/9/6		4.4	7.5	19.6	163.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3.2	2.6	14.6	95.3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
			15.5	23.1	36.0	414.3
Итого	405					
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0.7	0.7	17.2	82.7
ЯБЛОКИ	100	100	0,7	0,7	17,2	82.7
			0.7	0.7	17.2	82.7
Обед						
ТОМАТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30		0.3	0.1	1.1	6.9
ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	6.9
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		8.3	7.5	19.7	185.2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	11,94	2,6	0,2	5,5	34.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	19,44	3,4	3,5	0	44.9
СУХАРИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	10	0,7	0,1	4,1	19.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	180		8.7	12.2	7.6	177.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3.0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170	136	2,3	0,1	6,2	37.0

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9.7	38.7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			20.5	20.2	58.7	507.3
Итого		660				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		50	2.2	2.8	21.6	121.3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	44.5	2,2	2,8	21,6	121,3
			7.8	7.7	30.9	226.1
Итого		250				
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ		210	11.2	9.8	12.9	183.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	40	6,2	0,4	0	27,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
КАРТОФЕЛЬ	90	63	1,3	0,3	10	47,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2.7	2.2	14.2	87.6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			16.9	12.2	46.6	363.0
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61.4	63.9	189.4	1,593.4

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ С ИЗЮМОМ	200		3.3	5.6	21.6	151.0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	27	27	3,2	1,6	16,2	92.2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10.9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И С СЫРОМ	40/8/6		4.3	7.4	19.6	161.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР РОССИЙСКИЙ	6	5,45	1,3	1,6	0	19.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		0.2		8.9	35.8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			7.8	13.0	50.1	348.7
Итого	454					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50		0.6	1.9	3.3	33.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15.8
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СУП С ЯЙЦОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.1	7.1	10.2	131.4
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33.3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ И РИСА	70		7.6	11.4	7.7	163.5
МЯСО ГОВЯДИНЫ Б/К	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,135 шт.	5,43	0,7	0,6	0	8.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		160		2.9	4.4	18.0	123.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1		0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30		0,9	0,8	1,4	15.7
КАРТОФЕЛЬ	150	105		2	0,4	16,6	78.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4		0	3,2	0	29.0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200				9.7	38.7
САХАР ПЕСОК	10	10		0	0	9,7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11		0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50		3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50		3,2	0,4	20,6	98.9
				19.4	25.2	69.5	589.0
Итого		730					
Полдник							
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200		5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200		5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ		50		1.5	1.9	14.5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	44.5		1,5	1,9	14,5	80.9
				7.1	6.8	23.8	185.7
Итого		250					
Ужин							
РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ		210		14.7	13.6	4.0	197.1
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	70	35		5,4	0,3	0	24.4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38		7,5	6,7	0,4	92.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50		1,5	1,3	2,3	26.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1		0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3		0	2,4	0	21.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3		0	2,9	0	26.2
МОРКОВЬ	25	19,38		0,3	0	1,3	6.6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200		3.3	2.7	13.2	90.3
САХАР ПЕСОК	8	8		0	0	7,8	30.9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75		0,2	0	0,3	1.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110		3,1	2,7	5,1	57.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40		3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40		3	0,2	19,5	91.9
				21.0	16.5	36.7	379.3
Итого		450					
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:				56.0	61.6	192.8	1,556.9

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 НЕЖНОСТЬ	200		6.0	7.6	24.3	189.5
КРУПА МАННАЯ	13	13	1,3	0,1	8,9	41.5
КРУПА ОВСЯНАЯ	13	12,81	1,6	0,8	7,4	42.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4.4	7.5	19.6	163.7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3.4	2.9	12.0	88.6
КАКАО-ПОРОШОК	1,4	1,4	0,3	0,2	0,1	3.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			13.8	18.0	55.9	441.8
Итого	453					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30		0.2		0.7	4.1
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЙ	30	29,69	0,2	0	0,7	4.1
ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.4	6.9	10.9	132.8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10.9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2.3
БАЛОНЕЗ ИЗ КУРИЦЫ	70		7.1	10.0	4.5	136.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,4	6,4	0	83.1
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		130	4.4	3.0	26.6	150.9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	40	40	4,4	0,6	26,6	129.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			6.8	27.1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			20.3	20.3	70.1	550.6
Итого		680				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
БУЛОЧКА		80	5.7	5.7	28.2	185.6
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
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113.4
			11.3	10.6	37.5	290.4
Итого		280				
Ужин						
ТВОРОЖЕНО-МАННЫЙ ПУДИНГ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		190/20	18.4	12.9	18.4	265.4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	85	85	14,8	7,5	2,5	139.4
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6.3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0.2		7.1	28.9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
			21.6	13.1	45.0	386.2
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67.7	62.1	221.2	1,723.2

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 МАННАЯ	200		5,9	7,0	27,2	194,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КРУПА МАННАЯ	28	28	2,8	0,3	19,2	89,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4,4	7,5	19,6	163,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,3	2,7	13,9	93,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
			13,6	17,2	60,7	451,5
Итого	453					
II Завтрак						
СОК	100		0,7	0,1	12,7	54,2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54,2
			0,7	0,1	12,7	54,2
Обед						
САЛАТ "ОЛИВЬЕ ОВОЩНОЕ"	50		0,6	1,9	2,0	29,5
КАРТОФЕЛЬ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6	5,94	0	0	0,1	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,36	0	0	0,3	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		6,4	8,3	14,8	164,1
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	19,44	3,4	3,5	0	44,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	180		9,9	11,1	21,4	225,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	55	39,6	7	7,1	0	91,4
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4

МОРКОВЬ	25	19,4	0,3	0	1,3	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			20,1	21,7	68,5	556,5
Итого		680				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		50	1,5	1,9	14,5	80,9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	1,5	1,9	14,5	80,9
Итого		250				
Ужин						
РЫБНЫЕ БИТОЧКИ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ		210	8,8	6,4	10,3	133,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	80	80	6,2	0,4	0	27,9
КРУПА РИСОВАЯ	13	12,87	0,9	0,1	9,2	41,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КИСЕЛЬ		200			20,2	81,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			11,8	6,6	50,0	306,7
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,3	52,4	215,7	1,554,6

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						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170		10.4	14.3	6.0	195.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,4 шт.	56,35	7	6,3	0,4	85.8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4.4	7.5	19.6	163.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0.2		8.1	32.7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
Итого	423		15.0	21.8	33.7	391.6
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0.7	0.7	17.2	82.7
ЯБЛОКИ	100	100	0,7	0,7	17,2	82.7
			0.7	0.7	17.2	82.7
Обед						
ТОМАТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30		0.3	0.1	1.1	6.9
ТОМАТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	29,69	0,3	0,1	1,1	6.9
РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.3	7.0	12.6	139.4
КАРТОФЕЛЬ	55	38,5	0,8	0,2	6,1	28.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	8	7,92	0,7	0,1	5,1	24.2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	7	7	0,1	0	0,1	0.9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ТУШЕННАЯ КАПУСТА	190		8.9	10.7	8.2	166.8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	190	152	2,6	0,2	6,9	41.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200				7.8	30.9

САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			17,7	18,2	50,3	442,9
Итого		670				
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
БУЛОЧКА		80	7,3	7,1	35,0	231,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
			12,9	12,0	44,3	336,3
Итого		280				
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		180/20	19,9	15,9	19,1	302,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155,8
КРУПА МАННАЯ	13	13	1,3	0,1	8,9	41,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,1	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,26	1,2	1,1	0,1	14,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	6,8
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,5	2,9	13,1	92,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОФОЙ		40	2,3	0,2	15,6	73,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	2,3	0,2	15,6	73,5
			25,7	19,0	47,8	468,8
Итого		450				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,0	71,7	193,3	1,722,3

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						
СУП ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200		3.1	5.9	8.0	98.2
ВЕРМЕШЕЛЬ	25	25	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/8/6		4.4	8.3	19.6	170.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58.0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,76	1,4	1,7	0	21.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3.9	3.2	13.9	100.1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68.1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			11.4	17.4	41.5	369.2
Итого	454					
II Завтрак						
СОК	100		0.7	0.1	12.7	54.2
СОК	100	100	0,7	0,1	12,7	54.2
			0.7	0.1	12.7	54.2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА"	50		0.5	1.9	4.5	38.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	13.2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
РЫБНЫЕ ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200		4.7	3.8	10.5	101.5
КАРТОФЕЛЬ	65	45,5	0,9	0,2	7,2	34.0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	33	16,5	2,5	0,1	0	11.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11.9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ	70		9.6	12.5	3.9	167.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	65	46,8	8,2	8,3	0	108.1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,6	0	3,9	18.3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9.2

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	140		11.1	3.2	23.2	166.0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	50	49,75	11,1	0,8	23,2	144.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200				9.7	38.7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50		3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			29.1	21.8	72.4	611.3
Итого	710					
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ	50		2.2	2.8	21.6	121.3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	2,2	2,8	21,6	121.3
			7.8	7.7	30.9	226.1
Итого	250					
Ужин						
ОВОЩНОЕ РАГУ	210		3.2	4.8	13.0	109.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32.6
КАРТОФЕЛЬ	55	38,5	0,8	0,2	6,1	28.7
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2.7
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0.2		7.1	28.9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40		3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
Итого	450					
			6.4	5.0	39.6	229.8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.4	52.0	197.1	1,490.6