

Утверждаю  
Руководитель учреждения  
Г.В. Смирнова

МЕНЮ  
09 сентября 2026 г.

Ясли утро 4 часа

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                       | 130       |          | 5,00              | 5,43    | 17,75       | 120,96         |
| КРУПА МАННАЯ                                                 | 20,000    | 20,000   | 2,00              | 0,19    | 13,70       | 63,83          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 0,000     | 0,000    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ                                 | 105,000   | 105,000  | 2,96              | 2,55    | 4,89        | 55,00          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,300     | 0,300    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,600     | 2,600    | 0,00              | 0,00    | 2,51        | 10,06          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,400     | 2,400    | 0,01              | 1,92    | 0,02        | 17,41          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20        |          | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 20,000    | 20,000   | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                               | 180       |          | 0,12              | 0,00    | 6,05        | 24,67          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 150,000   | 150,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,600     | 0,600    | 0,12              | 0,00    | 0,24        | 1,45           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 41,040    | 41,040   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6,000     | 6,000    | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                           | 30        |          | 2,64              | 3,39    | 8,40        | 80,64          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 20,000    | 20,000   | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                               | 12,100    | 11,000   | 2,55              | 3,25    | 0,00        | 40,04          |
|                                                              |           |          | 9,26              | 9,40    | 42,48       | 278,67         |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-                                 | 110       |          | 2,14              | 2,36    | 10,14       | 69,99          |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО-ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.) | 110,000   | 110,000  | 3,19              | 2,97    | 11,77       | 86,90          |
|                                                              |           |          | 2,14              | 2,36    | 10,14       | 69,99          |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |           |          | 11,40             | 11,76   | 52,62       | 348,66         |

Ясли вечер 4 часа

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|---------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                             | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Полдник                                     |           |          |                   |         |             |                |
| -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                            |           | 30       | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90           |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                             | 30,000    | 30,000   | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90           |
| -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                  |           | 60       | 7,43              | 5,24    | 6,90        | 98,70          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                            | 66,507    | 64,000   | 9,93              | 0,37    | 0,00        | 42,84          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                           | 0,150     | 0,150    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| РИСОВАЯ МУКА                                | 2,250     | 2,250    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 0,87 шт.  | 35,018   | 4,32              | 3,91    | 0,24        | 53,33          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 7,500     | 7,500    | 0,21              | 0,18    | 0,35        | 3,93           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                           | 0,075     | 0,075    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,000     | 3,000    | 0,00              | 2,91    | 0,00        | 26,16          |
| КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ       |           | 120      | 1,15              | 4,49    | 15,17       | 103,05         |
| КАБАЧКИ                                     | 174,400   | 130,800  | 0,76              | 0,38    | 5,84        | 30,45          |
| РИСОВАЯ МУКА                                | 1,200     | 1,200    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 4,200     | 4,200    | 0,02              | 3,37    | 0,03        | 30,48          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                        | 9,000     | 9,000    | 0,22              | 1,31    | 0,31        | 13,97          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                           | 0,400     | 0,400    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,200     | 1,200    | 0,00              | 0,00    | 1,16        | 4,65           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                        |           | 25       | 1,66              | 0,22    | 10,60       | 50,99          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25,000    | 25,000   | 1,66              | 0,22    | 10,60       | 50,99          |
| -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                            |           | 150      | 2,10              | 2,90    | 9,24        | 76,10          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 120,000   | 120,000  | 3,38              | 2,91    | 5,59        | 62,86          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 30,000    | 30,000   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                 | 6,000     | 6,000    | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
| КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ                          | 6,000     | 6,000    | 0,06              | 0,00    | 4,96        | 20,07          |
| ВАФЛИ                                       |           | 25       | 0,70              | 0,83    | 19,33       | 88,50          |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ          | 25,000    | 25,000   | 0,70              | 0,83    | 19,33       | 88,50          |
|                                             |           |          | 13,28             | 13,71   | 61,75       | 421,24         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                              |           |          | 13,28             | 13,71   | 61,75       | 421,24         |

## Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                       | 130       |          | 5,00              | 5,43    | 17,75       | 120,96         |
| КРУПА МАННАЯ                                                 | 20,000    | 20,000   | 2,00              | 0,19    | 13,70       | 63,83          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 0,000     | 0,000    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 105,000   | 105,000  | 2,96              | 2,55    | 4,89        | 55,00          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,300     | 0,300    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,600     | 2,600    | 0,00              | 0,00    | 2,51        | 10,06          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,400     | 2,400    | 0,01              | 1,92    | 0,02        | 17,41          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20        |          | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 20,000    | 20,000   | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                               | 180       |          | 0,12              | 0,00    | 6,05        | 24,67          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 150,000   | 150,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,600     | 0,600    | 0,12              | 0,00    | 0,24        | 1,45           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 41,040    | 41,040   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6,000     | 6,000    | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                           | 30        |          | 2,64              | 3,39    | 8,40        | 80,64          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 20,000    | 20,000   | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                               | 12,100    | 11,000   | 2,55              | 3,25    | 0,00        | 40,04          |
|                                                              |           |          | 9,26              | 9,40    | 42,48       | 278,67         |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-                                 | 110       |          | 2,14              | 2,36    | 10,14       | 69,99          |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЖИРНОСТИ ЯБЛОКО-ГРУША (АГУША ОТ 6 МЕС.) | 110,000   | 110,000  | 3,19              | 2,97    | 11,77       | 86,90          |
|                                                              |           |          | 2,14              | 2,36    | 10,14       | 69,99          |
| Обед                                                         |           |          |                   |         |             |                |
| -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                                   | 40        |          | 0,64              | 2,00    | 3,07        | 33,12          |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                             | 32,000    | 32,000   | 0,58              | 0,03    | 0,96        | 7,36           |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                                                  | 5,750     | 4,600    | 0,06              | 0,00    | 0,15        | 0,92           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,000     | 2,000    | 0,00              | 0,00    | 2,00        | 7,98           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2,000     | 2,000    | 0,00              | 2,00    | 0,00        | 17,98          |
| -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                                    | 180/5     |          | 3,83              | 3,43    | 20,30       | 120,72         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 145,000   | 145,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                                                | 16,200    | 16,200   | 3,62              | 0,25    | 7,56        | 46,99          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 70,000    | 49,000   | 0,95              | 0,19    | 7,75        | 36,60          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 5,952     | 5,000    | 0,07              | 0,01    | 0,40        | 1,99           |
| МОРКОВЬ                                                      | 7,500     | 6,000    | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,500     | 2,500    | 0,01              | 2,00    | 0,02        | 18,14          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,700     | 0,700    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 7,875     | 7,875    | 0,57              | 0,22    | 3,93        | 20,01          |
| -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                     | 60        |          | 7,09              | 6,79    | 7,22        | 133,67         |
| ГОВЯДИНА Б/К                                                 | 68,400    | 61,600   | 11,12             | 9,56    | 0,00        | 130,26         |
| МОРКОВЬ                                                      | 15,000    | 12,000   | 0,16              | 0,01    | 0,81        | 4,07           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 8,300     | 7,000    | 0,10              | 0,01    | 0,55        | 2,78           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,500     | 1,500    | 0,00              | 1,46    | 0,00        | 13,09          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1,800     | 1,800    | 0,18              | 0,02    | 1,22        | 5,83           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 15,000    | 15,000   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,350     | 0,350    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                  | 110/3     |          | 1,71              | 3,15    | 18,45       | 90,04          |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                       | 22,222    | 22,000   | 2,69              | 0,71    | 12,18       | 65,73          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 85,000    | 85,000   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,300     | 0,300    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,000     | 3,000    | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20        |          | 1,32              | 0,18    | 8,48        | 40,79          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ                  | 20,000    | 20,000   | 1,32              | 0,18    | 8,48        | 40,79          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20        |          | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 20,000    | 20,000   | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40          |
| -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                 | 180       |          | 0,58              | 0,10    | 15,96       | 67,16          |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                                           | 20,000    | 20,000   | 0,58              | 0,10    | 10,15       | 43,94          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 190,000   | 190,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,180     | 0,180    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6,000     | 6,000    | 0,00              | 0,00    | 5,81        | 23,22          |
|                                                              |           |          | 16,67             | 16,23   | 83,76       | 537,90         |
| Полдник                                                      |           |          |                   |         |             |                |
| -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                             | 30        |          | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90           |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                              | 30,000    | 30,000   | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90           |
| -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                   | 60        |          | 7,43              | 5,24    | 6,90        | 98,70          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                             | 66,507    | 64,000   | 9,93              | 0,37    | 0,00        | 42,84          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,150     | 0,150    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| РИСОВАЯ МУКА                                                 | 2,250     | 2,250    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0.87 шт.  | 35,018   | 4,32              | 3,91    | 0,24        | 53,33          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 7,500     | 7,500    | 0,21              | 0,18    | 0,35        | 3,93           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,075     | 0,075    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |

|                                                |         |         |              |              |               |                 |
|------------------------------------------------|---------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 3,000   | 3,000   | 0,00         | 2,91         | 0,00          | 26,16           |
| КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ          | 120     |         | 1,15         | 4,49         | 15,17         | 103,05          |
| КАБАЧКИ                                        | 174,400 | 130,800 | 0,76         | 0,38         | 5,84          | 30,45           |
| РИСОВАЯ МУКА                                   | 1,200   | 1,200   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 4,200   | 4,200   | 0,02         | 3,37         | 0,03          | 30,48           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 9,000   | 9,000   | 0,22         | 1,31         | 0,31          | 13,97           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                              | 0,400   | 0,400   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                    | 1,200   | 1,200   | 0,00         | 0,00         | 1,16          | 4,65            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 25      |         | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25,000  | 25,000  | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
| -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                               | 150     |         | 2,10         | 2,90         | 9,24          | 76,10           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 120,000 | 120,000 | 3,38         | 2,91         | 5,59          | 62,86           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 30,000  | 30,000  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6,000   | 6,000   | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |
| КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ                             | 6,000   | 6,000   | 0,06         | 0,00         | 4,96          | 20,07           |
| ВАФЛИ                                          | 25      |         | 0,70         | 0,83         | 19,33         | 88,50           |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ             | 25,000  | 25,000  | 0,70         | 0,83         | 19,33         | 88,50           |
|                                                |         |         | <b>13,28</b> | <b>13,71</b> | <b>61,75</b>  | <b>421,24</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |         |         | <b>41,35</b> | <b>41,70</b> | <b>198,13</b> | <b>1 307,80</b> |

### Логопедия 10 часов

| Наименование блюда                                             | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность<br>, ккал |
|----------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|--------------------------------------|
|                                                                | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                      |
| Завтрак                                                        |           |          |                   |         |             |                                      |
| -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                      | 150       |          | 5,60              | 6,04    | 22,46       | 157,48                               |
| КРУПА МАННАЯ                                                   | 24,000    | 24,000   | 2,40              | 0,23    | 16,43       | 76,59                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 0,000     | 0,000    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                   | 160,000   | 160,000  | 4,50              | 3,88    | 7,45        | 83,81                                |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,100     | 0,100    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 3,000     | 3,000    | 0,00              | 0,00    | 2,90        | 11,61                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                              | 3,000     | 3,000    | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 25        |          | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 25,000    | 25,000   | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50                                |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 200       |          | 0,14              | 0,00    | 9,00        | 36,53                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 157,000   | 157,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                            | 0,707     | 0,707    | 0,14              | 0,00    | 0,29        | 1,70                                 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 48,600    | 48,600   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 9,000     | 9,000    | 0,00              | 0,00    | 8,71        | 34,83                                |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                             | 35        |          | 4,25              | 5,21    | 10,24       | 95,00                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 23,000    | 23,000   | 1,73              | 0,67    | 11,82       | 60,26                                |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                 | 13,200    | 12,000   | 2,78              | 3,54    | 0,00        | 43,68                                |
|                                                                |           |          | 11,87             | 11,98   | 54,55       | 354,51                               |
| II Завтрак                                                     |           |          |                   |         |             |                                      |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША            | 110       |          | 2,92              | 3,00    | 13,06       | 89,98                                |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ<br>ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ) | 110,000   | 110,000  | 4,18              | 3,30    | 13,75       | 101,20                               |
|                                                                |           |          | 2,92              | 3,00    | 13,06       | 89,98                                |
| Обед                                                           |           |          |                   |         |             |                                      |
| -САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                                    | 50        |          | 0,85              | 2,50    | 3,84        | 41,40                                |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                               | 40,000    | 40,000   | 0,72              | 0,04    | 1,20        | 9,20                                 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                                                    | 7,188     | 5,750    | 0,07              | 0,01    | 0,18        | 1,15                                 |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 2,500     | 2,500    | 0,00              | 0,00    | 2,50        | 9,98                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,500     | 2,500    | 0,00              | 2,50    | 0,00        | 22,48                                |
| -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                                      | 200/10    |          | 3,11              | 3,81    | 22,53       | 154,00                               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 162,000   | 162,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                                                  | 18,000    | 18,000   | 4,02              | 0,28    | 8,40        | 52,21                                |
| КАРТОФЕЛЬ                                                      | 78,570    | 55,000   | 1,07              | 0,21    | 8,70        | 41,08                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                   | 9,200     | 7,000    | 0,10              | 0,01    | 0,55        | 2,78                                 |
| МОРКОВЬ                                                        | 8,750     | 7,000    | 0,09              | 0,01    | 0,47        | 2,38                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,000     | 2,000    | 0,00              | 1,94    | 0,00        | 17,44                                |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,400     | 0,400    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 15,750    | 15,750   | 1,14              | 0,45    | 7,86        | 40,03                                |
| -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                       | 70        |          | 9,95              | 9,46    | 10,72       | 154,00                               |
| ГОВЯДИНА Б/К                                                   | 80,000    | 72,000   | 12,99             | 11,17   | 0,00        | 152,25                               |
| МОРКОВЬ                                                        | 17,500    | 14,000   | 0,17              | 0,01    | 0,94        | 4,75                                 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                   | 9,500     | 8,000    | 0,11              | 0,02    | 0,64        | 3,18                                 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,200     | 2,200    | 0,00              | 2,13    | 0,00        | 19,19                                |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                       | 2,100     | 2,100    | 0,22              | 0,03    | 1,43        | 6,80                                 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 17,500    | 17,500   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,400     | 0,400    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |
| -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                    | 130       |          | 2,02              | 3,72    | 24,64       | 136,76                               |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                         | 30,300    | 30,000   | 3,67              | 0,96    | 16,62       | 89,63                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 100,000   | 100,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                 |

|                                                              |           |         |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|-----------|---------|-------|-------|--------|----------|
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,400     | 0,400   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,500     | 3,500   | 0,02  | 2,80  | 0,03   | 25,39    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 25        |         | 1,66  | 0,22  | 10,60  | 50,99    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 25,000    | 25,000  | 1,66  | 0,22  | 10,60  | 50,99    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 30        |         | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30,000    | 30,000  | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
| -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                 | 200       |         | 0,00  | 0,00  | 6,78   | 27,09    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                                           | 20,300    | 20,300  | 0,59  | 0,10  | 10,30  | 44,60    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 210,000   | 210,000 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,200     | 0,200   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6,000     | 6,000   | 0,00  | 0,00  | 5,81   | 23,22    |
|                                                              |           |         | 19,84 | 20,58 | 94,53  | 642,84   |
| Полдник                                                      |           |         |       |       |        |          |
| -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                   | 70        |         | 5,42  | 4,91  | 6,82   | 76,95    |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                             | 68,066    | 65,500  | 10,17 | 0,38  | 0,00   | 43,84    |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,200     | 0,200   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 3,800     | 3,800   | 0,40  | 0,05  | 2,58   | 12,31    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0.721 шт. | 29,020  | 3,58  | 3,24  | 0,19   | 44,19    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 9,500     | 9,500   | 0,27  | 0,23  | 0,45   | 4,98     |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,090     | 0,090   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2,000     | 2,000   | 0,00  | 1,94  | 0,00   | 17,44    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 15        |         | 0,99  | 0,13  | 6,36   | 30,59    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15,000    | 15,000  | 0,99  | 0,13  | 6,36   | 30,59    |
| ВАФЛИ                                                        | 25        |         | 0,70  | 0,83  | 19,33  | 88,50    |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ                           | 25,000    | 25,000  | 0,70  | 0,83  | 19,33  | 88,50    |
| -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ                                  | 180       |         | 1,79  | 2,86  | 7,70   | 61,21    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 130,000   | 130,000 | 3,66  | 3,15  | 6,05   | 68,09    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 60,000    | 60,000  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВАРЕНЬЕ                                                      | 12,000    | 12,000  | 0,05  | 0,04  | 8,63   | 33,52    |
| КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ                                           | 10,500    | 10,500  | 0,11  | 0,00  | 8,68   | 35,11    |
|                                                              |           |         | 8,90  | 8,73  | 40,21  | 257,25   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |           |         | 43,53 | 44,29 | 202,35 | 1 344,58 |

Сад 12 часов (1 корпус)

| Наименование блюда                                          | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая |
|-------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------|
|                                                             | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                |
| Завтрак                                                     |           |          |                   |         |             |                |
| -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                      | 150       |          | 5,60              | 6,04    | 22,46       | 157,48         |
| КРУПА МАННАЯ                                                | 24,000    | 24,000   | 2,40              | 0,23    | 16,43       | 76,59          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 0,000     | 0,000    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                | 160,000   | 160,000  | 4,50              | 3,88    | 7,45        | 83,81          |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,100     | 0,100    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 3,000     | 3,000    | 0,00              | 0,00    | 2,90        | 11,61          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                           | 3,000     | 3,000    | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 25        |          | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 25,000    | 25,000   | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50          |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 200       |          | 0,14              | 0,00    | 9,00        | 36,53          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 157,000   | 157,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                         | 0,707     | 0,707    | 0,14              | 0,00    | 0,29        | 1,70           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 48,600    | 48,600   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 9,000     | 9,000    | 0,00              | 0,00    | 8,71        | 34,83          |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                          | 35        |          | 4,25              | 5,21    | 10,24       | 95,00          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 22,000    | 22,000   | 1,65              | 0,64    | 11,31       | 57,64          |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                              | 15,400    | 14,000   | 3,25              | 4,13    | 0,00        | 50,96          |
|                                                             |           |          | 11,87             | 11,98   | 54,55       | 354,51         |
| II Завтрак                                                  |           |          |                   |         |             |                |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША            | 110       |          | 2,92              | 3,00    | 13,06       | 89,98          |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ) | 110,000   | 110,000  | 4,18              | 3,30    | 13,75       | 101,20         |
|                                                             |           |          | 2,92              | 3,00    | 13,06       | 89,98          |
| Обед                                                        |           |          |                   |         |             |                |
| -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                                  | 50        |          | 0,85              | 2,50    | 3,84        | 41,40          |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                            | 40,000    | 40,000   | 0,72              | 0,04    | 1,20        | 9,20           |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                                                 | 7,188     | 5,750    | 0,07              | 0,01    | 0,18        | 1,15           |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 2,500     | 2,500    | 0,00              | 0,00    | 2,50        | 9,98           |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                           | 2,500     | 2,500    | 0,00              | 2,50    | 0,00        | 22,48          |
| -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                                   | 200/10    |          | 3,11              | 3,81    | 22,53       | 154,00         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 162,000   | 162,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00           |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                                               | 18,000    | 18,000   | 4,02              | 0,28    | 8,40        | 52,21          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                   | 78,570    | 55,000   | 1,07              | 0,21    | 8,70        | 41,08          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                | 9,200     | 7,000    | 0,10              | 0,01    | 0,55        | 2,78           |
| МОРКОВЬ                                                     | 8,750     | 7,000    | 0,09              | 0,01    | 0,47        | 2,38           |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                           | 3,000     | 3,000    | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77          |

|                                                             |           |         |       |       |        |          |
|-------------------------------------------------------------|-----------|---------|-------|-------|--------|----------|
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,400     | 0,400   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ                          | 15,750    | 15,750  | 1,14  | 0,45  | 7,86   | 40,03    |
| -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                    | 70        |         | 9,95  | 9,46  | 10,72  | 154,00   |
| ГОВЯДИНА Б/К                                                | 80,000    | 72,000  | 12,99 | 11,17 | 0,00   | 152,25   |
| МОРКОВЬ                                                     | 17,500    | 14,000  | 0,17  | 0,01  | 0,94   | 4,75     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                | 9,500     | 8,000   | 0,11  | 0,02  | 0,64   | 3,18     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                           | 2,200     | 2,200   | 0,00  | 2,13  | 0,00   | 19,19    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                    | 2,100     | 2,100   | 0,22  | 0,03  | 1,43   | 6,80     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 17,500    | 17,500  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,400     | 0,400   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                 | 130       |         | 2,02  | 3,72  | 24,64  | 136,76   |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                      | 30,300    | 30,000  | 3,67  | 0,96  | 16,62  | 89,63    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 100,000   | 100,000 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,400     | 0,400   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                           | 3,500     | 3,500   | 0,02  | 2,80  | 0,03   | 25,39    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                        | 25        |         | 1,66  | 0,22  | 10,60  | 50,99    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 25,000    | 25,000  | 1,66  | 0,22  | 10,60  | 50,99    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 30        |         | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30,000    | 30,000  | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
| -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                | 200       |         | 0,64  | 0,11  | 17,94  | 75,43    |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                                          | 22,000    | 22,000  | 0,64  | 0,11  | 11,16  | 48,34    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 210,000   | 210,000 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                            | 0,200     | 0,200   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 7,000     | 7,000   | 0,00  | 0,00  | 6,78   | 27,09    |
|                                                             |           |         | 20,48 | 20,69 | 105,69 | 691,18   |
| <b>Полдник</b>                                              |           |         |       |       |        |          |
| -ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ                                    | 50        |         | 0,40  | 0,05  | 0,85   | 6,50     |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                             | 50,000    | 50,000  | 0,40  | 0,05  | 0,85   | 6,50     |
| -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                  | 75        |         | 10,35 | 7,47  | 10,01  | 130,40   |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                            | 100,750   | 67,500  | 10,48 | 0,40  | 0,00   | 45,18    |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,200     | 0,200   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                    | 2,800     | 2,800   | 0,29  | 0,04  | 1,90   | 9,07     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                          | 0,870 шт. | 35,018  | 4,32  | 3,91  | 0,24   | 53,33    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                | 9,500     | 9,500   | 0,27  | 0,23  | 0,45   | 4,98     |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,090     | 0,090   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                           | 2,500     | 2,500   | 0,00  | 2,43  | 0,00   | 21,81    |
| КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В<br>СМЕТАНЕ                    | 130       |         | 1,25  | 4,91  | 21,01  | 138,44   |
| КАБАЧКИ                                                     | 188,933   | 141,700 | 0,82  | 0,42  | 6,32   | 32,99    |
| РИСОВАЯ МУКА                                                | 1,300     | 1,300   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                           | 4,500     | 4,500   | 0,02  | 3,60  | 0,04   | 32,65    |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                        | 13,000    | 13,000  | 0,32  | 1,89  | 0,45   | 20,18    |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                           | 0,325     | 0,325   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 1,300     | 1,300   | 0,00  | 0,00  | 1,26   | 5,03     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                        | 30        |         | 1,99  | 0,26  | 12,72  | 61,19    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 30,000    | 30,000  | 1,99  | 0,26  | 12,72  | 61,19    |
| -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                            | 200       |         | 2,79  | 3,86  | 11,70  | 101,21   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                | 160,000   | 160,000 | 4,50  | 3,88  | 7,45   | 83,81    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                               | 40,000    | 40,000  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                 | 8,000     | 8,000   | 0,00  | 0,00  | 7,74   | 30,96    |
| КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ                                          | 9,000     | 9,000   | 0,09  | 0,00  | 7,44   | 30,10    |
| ВАФЛИ                                                       | 30        |         | 0,84  | 0,99  | 23,19  | 106,20   |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ                          | 30,000    | 30,000  | 0,84  | 0,99  | 23,19  | 106,20   |
|                                                             |           |         | 17,62 | 17,54 | 79,48  | 543,94   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                       |           |         | 52,89 | 53,21 | 252,78 | 1 679,61 |

**Сад 12 часов (2 корпус)**

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энерге-<br>тическая |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|---------------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                     |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                     |
| -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                    | 150       |          | 5,60              | 6,04    | 22,46       | 157,48              |
| КРУПА МАННАЯ                                                 | 24,000    | 24,000   | 2,40              | 0,23    | 16,43       | 76,59               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 0,000     | 0,000    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 160,000   | 160,000  | 4,50              | 3,88    | 7,45        | 83,81               |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                            | 0,100     | 0,100    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 3,000     | 3,000    | 0,00              | 0,00    | 2,90        | 11,61               |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,000     | 3,000    | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 25        |          | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25,000    | 25,000   | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50               |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                               | 200       |          | 0,14              | 0,00    | 9,00        | 36,53               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 157,000   | 157,000  | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,707     | 0,707    | 0,14              | 0,00    | 0,29        | 1,70                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 48,600    | 48,600   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 9,000     | 9,000    | 0,00              | 0,00    | 8,71        | 34,83               |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                           | 35        |          | 4,25              | 5,21    | 10,24       | 95,00               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 22,000    | 22,000   | 1,65              | 0,64    | 11,31       | 57,64               |

|                                                                |           |         |              |              |               |                 |
|----------------------------------------------------------------|-----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                 | 15,400    | 14,000  | 3,25         | 4,13         | 0,00          | 50,96           |
|                                                                |           |         | <b>11,87</b> | <b>11,98</b> | <b>54,55</b>  | <b>354,51</b>   |
| <b>II Завтрак</b>                                              |           |         |              |              |               |                 |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША            | 110       |         | 2,92         | 3,00         | 13,06         | 89,98           |
| ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ<br>ЯБЛОКО-ГРУША (ОТ 3 ЛЕТ) | 110,000   | 110,000 | 4,18         | 3,30         | 13,75         | 101,20          |
|                                                                |           |         | <b>2,92</b>  | <b>3,00</b>  | <b>13,06</b>  | <b>89,98</b>    |
| <b>Обед</b>                                                    |           |         |              |              |               |                 |
| -САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                                    | 50        |         | 0,85         | 2,50         | 3,84          | 41,40           |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                               | 40,000    | 40,000  | 0,72         | 0,04         | 1,20          | 9,20            |
| ЛУК ЗЕЛЕНЬИЙ                                                   | 7,188     | 5,750   | 0,07         | 0,01         | 0,18          | 1,15            |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 2,500     | 2,500   | 0,00         | 0,00         | 2,50          | 9,98            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,500     | 2,500   | 0,00         | 2,50         | 0,00          | 22,48           |
| -СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                                      | 200/10    |         | 3,11         | 3,81         | 22,53         | 154,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 162,000   | 162,000 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                                                  | 18,000    | 18,000  | 4,02         | 0,28         | 8,40          | 52,21           |
| КАРТОФЕЛЬ                                                      | 78,570    | 55,000  | 1,07         | 0,21         | 8,70          | 41,08           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                   | 9,200     | 7,000   | 0,10         | 0,01         | 0,55          | 2,78            |
| МОРКОВЬ                                                        | 8,750     | 7,000   | 0,09         | 0,01         | 0,47          | 2,38            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                              | 3,000     | 3,000   | 0,02         | 2,41         | 0,02          | 21,77           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,400     | 0,400   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ                             | 15,750    | 15,750  | 1,14         | 0,45         | 7,86          | 40,03           |
| -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                       | 70        |         | 9,95         | 9,46         | 10,72         | 154,00          |
| ГОВЯДИНА Б/К                                                   | 80,000    | 72,000  | 12,99        | 11,17        | 0,00          | 152,25          |
| МОРКОВЬ                                                        | 17,500    | 14,000  | 0,17         | 0,01         | 0,94          | 4,75            |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                   | 9,500     | 8,000   | 0,11         | 0,02         | 0,64          | 3,18            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,200     | 2,200   | 0,00         | 2,13         | 0,00          | 19,19           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                       | 2,100     | 2,100   | 0,22         | 0,03         | 1,43          | 6,80            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 17,500    | 17,500  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,400     | 0,400   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                    | 130       |         | 2,02         | 3,72         | 24,64         | 136,76          |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                         | 30,300    | 30,000  | 3,67         | 0,96         | 16,62         | 89,63           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 100,000   | 100,000 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,400     | 0,400   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                              | 3,500     | 3,500   | 0,02         | 2,80         | 0,03          | 25,39           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                           | 25        |         | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 25,000    | 25,000  | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30        |         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 30,000    | 30,000  | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60           |
| -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                   | 200       |         | 0,64         | 0,11         | 17,94         | 75,43           |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                                             | 22,000    | 22,000  | 0,64         | 0,11         | 11,16         | 48,34           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 210,000   | 210,000 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                               | 0,200     | 0,200   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 7,000     | 7,000   | 0,00         | 0,00         | 6,78          | 27,09           |
|                                                                |           |         | <b>20,48</b> | <b>20,69</b> | <b>105,69</b> | <b>691,18</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                 |           |         |              |              |               |                 |
| -ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ                                       | 50        |         | 0,40         | 0,05         | 0,85          | 6,50            |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                                | 50,000    | 50,000  | 0,40         | 0,05         | 0,85          | 6,50            |
| -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                     | 75        |         | 10,35        | 7,47         | 10,01         | 130,40          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                               | 100,750   | 67,500  | 10,48        | 0,40         | 0,00          | 45,18           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,200     | 0,200   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                       | 2,800     | 2,800   | 0,29         | 0,04         | 1,90          | 9,07            |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                             | 0,870 шт. | 35,018  | 4,32         | 3,91         | 0,24          | 53,33           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                   | 9,500     | 9,500   | 0,27         | 0,23         | 0,45          | 4,98            |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,090     | 0,090   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                              | 2,500     | 2,500   | 0,00         | 2,43         | 0,00          | 21,81           |
| КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В<br>СМЕТАНЕ                       | 130       |         | 1,25         | 4,91         | 21,01         | 138,44          |
| КАБАЧКИ                                                        | 188,933   | 141,700 | 0,82         | 0,42         | 6,32          | 32,99           |
| РИСОВАЯ МУКА                                                   | 1,300     | 1,300   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                              | 4,500     | 4,500   | 0,02         | 3,60         | 0,04          | 32,65           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                           | 13,000    | 13,000  | 0,32         | 1,89         | 0,45          | 20,18           |
| СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ                                              | 0,325     | 0,325   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 1,300     | 1,300   | 0,00         | 0,00         | 1,26          | 5,03            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                           | 30        |         | 1,99         | 0,26         | 12,72         | 61,19           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 30,000    | 30,000  | 1,99         | 0,26         | 12,72         | 61,19           |
| -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                               | 200       |         | 2,79         | 3,86         | 11,70         | 101,21          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                   | 160,000   | 160,000 | 4,50         | 3,88         | 7,45          | 83,81           |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                  | 40,000    | 40,000  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                                    | 8,000     | 8,000   | 0,00         | 0,00         | 7,74          | 30,96           |
| КРАХМАЛ КУКУРУЗНЫЙ                                             | 9,000     | 9,000   | 0,09         | 0,00         | 7,44          | 30,10           |
| ВАФЛИ                                                          | 30        |         | 0,84         | 0,99         | 23,19         | 106,20          |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ                             | 30,000    | 30,000  | 0,84         | 0,99         | 23,19         | 106,20          |
|                                                                |           |         | <b>17,62</b> | <b>17,54</b> | <b>79,48</b>  | <b>543,94</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                          |           |         | <b>52,89</b> | <b>53,21</b> | <b>252,78</b> | <b>1 679,61</b> |