

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		6,6	7,5	26,6	201,1
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,6	30,6	3,7	1,8	18,3	104,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	71	71	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	105,3	105,3	3	3,3	4,8	61,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	17,0	124,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
			<b>15,0</b>	<b>18,2</b>	<b>69,0</b>	<b>470,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50		0,9	2,5	3,2	39,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,7	33,4	0,6	0	1,6	9,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,4	0	0	0,3	1,4
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	11,9	8,4	0,3	0	0,5	4,1
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180		5,6	8,4	15,5	160,5
КАРТОФЕЛЬ	73,88	59,1	1,2	0,2	9,3	44,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	7,1	7,1	0,8	0,1	4,9	23,3
МОРКОВЬ	9,47	7,1	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,7	134,7	0	0	0	0,0

СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	23,26	20	3,3	5,4	0	61,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,02	0,02	0	0	0	0,0
<b>ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ</b>		<b>70</b>	<b>9,9</b>	<b>18,2</b>	<b>7,7</b>	<b>224,4</b>
СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	60,2	51,8	8,5	14	0	159,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12,6	12,6	1,4	0,2	7,8	28,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ</b>		<b>130</b>	<b>2,2</b>	<b>7,7</b>	<b>13,2</b>	<b>131,5</b>
КАРТОФЕЛЬ	54,13	43,3	0,9	0,2	6,9	32,3
МОРКОВЬ	40,4	30,3	0,4	0	2	10,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,9	30,3	0,5	0	1,4	8,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,4	10,4	0,1	0	0,9	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	39	39	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>180</b>	<b>0,6</b>		<b>16,6</b>	<b>82,1</b>
ШИПОВНИК	18	18	0,6	0	8,4	49,6
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>23,0</b>	<b>37,3</b>	<b>79,5</b>	<b>742,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>КОТЛета РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ</b>		<b>60</b>	<b>8,0</b>	<b>3,1</b>	<b>4,5</b>	<b>74,1</b>
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕННЫЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	56,67	40,8	6,3	0,2	0	27,4
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	4,8	4,8	0,5	0,1	2,9	10,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,2	0,3	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ</b>		<b>130</b>	<b>5,7</b>	<b>5,0</b>	<b>26,0</b>	<b>171,2</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	43,7	43,4	5,3	1,4	24,1	129,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,5	13	0,2	0	1,1	5,1
МОРКОВЬ	17,33	13	0,2	0	0,9	4,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	91	91	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,6</b>	<b>0,2</b>	<b>9,5</b>	<b>34,4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	15	1,6	0,2	9,5	34,4
<b>ЧАЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>9,0</b>	<b>36,3</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			<b>15,4</b>	<b>8,3</b>	<b>49,0</b>	<b>316,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,2</b>	<b>63,8</b>	<b>207,3</b>	<b>1 573,8</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		7,3	6,1	34,9	223,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	40	40	4,5	0,5	26,4	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,8	3,1	4,7	59,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40		3,2	0,4	20,2	74,6
ПОВИДЛО	10	10	0,1	0	1,8	8,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	30	3,1	0,4	18,4	66,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	17,0	124,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
			<b>14,6</b>	<b>10,9</b>	<b>72,1</b>	<b>423,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7 %	100		2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180		1,5	4,7	6,8	75,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,6	0	1,6	9,8
КАРТОФЕЛЬ	36	21,6	0,4	0,1	3,4	16,1
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
УКРОП	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	180		16,0	27,6	35,7	455,8

СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	86,98	74,8	12,3	20,2	0	230,8
КРУПА РИСОВАЯ	45	45	3,1	0,5	32,3	145,4
МОРКОВЬ	48	36	0,5	0	2,4	12,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,6	11,8	0,2	0	1	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0	7	0	62,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14,4	14,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>21,7</b>	<b>32,9</b>	<b>77,0</b>	<b>684,5</b>

### Уплотненный полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		130/20	17,4	18,8	26,4	346,0
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 9%	89,8	89,8	14	7,9	2,4	139,4
МОРКОВЬ	38,53	28,9	0,4	0	1,9	9,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,2	0,2	2,9
КРУПА МАННАЯ	6,3	6,3	0,6	0,1	4,3	20,1
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,3	6,3	0,2	0,9	0,2	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	64,1
ПЕЧЕНЬЕ		15	1,1	1,4	11,0	61,1
ПЕЧЕНЬЕ	15	15	1,1	1,4	11	61,1
ЧАЙ		180/5	0,1		9,9	39,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			<b>18,6</b>	<b>20,2</b>	<b>47,3</b>	<b>447,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,7</b>	<b>66,5</b>	<b>200,9</b>	<b>1 611,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		13,0	19,9	2,3	240,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	2,42 шт.	97,41	12	10,9	0,7	148,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	35,8	35,8	1	1,1	1,6	20,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,3	5,5	17,4	141,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	162	162	4,6	5	7,4	94,3
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,7	0,5	0,3	8,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
			<b>22,6</b>	<b>31,7</b>	<b>45,1</b>	<b>526,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	40,4	40	0,3	0	1	5,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/15/7		4,2	6,4	8,1	106,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	14,8	11,8	0,2	0	0,6	3,2
КАРТОФЕЛЬ	63	37,8	0,8	0,2	6	28,2
МОРКОВЬ	9,47	7,1	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	8,5	5,7	0,2	0	0,4	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,7	134,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20,83	15	2,7	2,3	0	32,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МЯСО ПТИЦЫ ОТВАРНОЕ В СОУСЕ (ГУЛЯШ)	90		13,9	13,8	2,5	190,5
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	103,33	74,4	13,5	11,6	0	158,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,7	0	0	0,1	0,7

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,3	0	1,8	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,5	49,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МОРКОВЬ	3,73	2,8	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,5	4,5	20,4	132,6
КАРТОФЕЛЬ	215	129	2,5	0,5	20,4	96,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА		180	0,5		14,3	59,9
ИЗЮМ	5,3	4,6	0,2	0	2,3	10,8
КУРАГА	4,6	4,6	0,2	0	2,2	10,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>25,2</b>	<b>25,2</b>	<b>69,6</b>	<b>599,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ		60	7,3	4,3	6,6	85,4
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕННЫЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	55	39,6	6,1	0,2	0	26,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10,8	10,8	1,2	0,1	6,6	24,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		130	1,7	7,8	10,7	120,6
СВЕКЛА	32,5	26	0,4	0	2,2	10,6
КАРТОФЕЛЬ	43,33	32,5	0,7	0,1	5,1	24,3
МОРКОВЬ	24,38	19,5	0,3	0	1,3	6,6
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	26	26	0,2	0	0,4	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,2	19,5	0,3	0	1,6	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,8	7,8	0	7,6	0	68,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
ЧАЙ		180	0,1		9,0	36,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			<b>10,2</b>	<b>12,2</b>	<b>32,6</b>	<b>265,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>58,8</b>	<b>69,1</b>	<b>157,1</b>	<b>1 436,2</b>

# МЕНЮ

## Сад 12 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		7,9	8,0	26,9	212,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,3	30	3,7	1	16,6	89,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40		3,2	0,4	20,2	74,6
ПОВИДЛО	10	10	0,1	0	1,8	8,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	30	3,1	0,4	18,4	66,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	17,0	124,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
			<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>64,1</b>	<b>411,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7 %	100		2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,4	1,4	3,8	30,2
МОРКОВЬ	33,13	26,5	0,3	0	1,7	9,0
ЯБЛОКИ	24,4	21,5	0,1	0,1	2	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/15/7		4,4	6,4	10,3	117,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	14,8	11,8	0,2	0	0,6	3,2
КАРТОФЕЛЬ	70,93	53,2	1,1	0,2	8,4	39,8
МОРКОВЬ	8,88	7,1	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	12,1	10,6	0,1	0	0,2	1,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,6	127,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20,83	15	2,7	2,3	0	32,0
УКРОП	0,02	0,02	0	0	0	0,0

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>70</b>	<b>14,4</b>	<b>13,6</b>	<b>8,9</b>	<b>206,1</b>
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	96	69,1	12,5	10,8	0	147,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13,1	13,1	1,4	0,2	8,1	29,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,5	0,6	0,9	10,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>130</b>	<b>4,7</b>	<b>4,0</b>	<b>26,7</b>	<b>162,1</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>0,9</b>	<b>1,8</b>	<b>17,1</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b>		<b>180</b>			<b>26,1</b>	<b>104,3</b>
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22,5	22,5	0	0	17,4	69,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>28,1</b>	<b>26,8</b>	<b>100,9</b>	<b>741,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>		<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>5,1</b>	<b>10,5</b>	<b>95,7</b>
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	25	20	0,3	0	1,4	6,8
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	30,8	20	0,6	0	1,3	7,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
<b>БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ</b>		<b>70</b>	<b>7,1</b>	<b>8,7</b>	<b>42,0</b>	<b>274,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	49	49	5,1	0,6	33,3	158,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	42	42	1,2	1,3	1,9	24,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5,3
ДРОЖЖИ	2,8	2,8	0,4	0,1	0,1	2,1
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ</b>		<b>180</b>	<b>3,2</b>	<b>3,4</b>	<b>13,3</b>	<b>96,8</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	108	108	3	3,4	4,9	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
			<b>12,2</b>	<b>17,2</b>	<b>65,8</b>	<b>467,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>58,3</b>	<b>59,3</b>	<b>235,3</b>	<b>1 677,1</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200		6,0	7,4	23,8	187,1
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ПШЕНО	10	10	1,2	0,3	6,8	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	17,0	124,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
			<b>14,4</b>	<b>18,1</b>	<b>66,2</b>	<b>456,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	50		0,7	2,5	7,5	55,5
СВЕКЛА	54,67	41	0,6	0	3,5	16,7
ЧЕРНОСЛИВ	4,8	4,8	0,1	0	3,1	13,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СУП - ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	180		2,3	3,9	8,9	80,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	20,25	16,2	0,3	0,1	2,5	12,1
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	16,6	10,8	0,3	0	0,7	4,2
МОРКОВЬ	14,4	10,8	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27	27	0,8	0,9	1,3	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,05	0,05	0	0	0	0,0

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,02	0,02	0	0	0	0,0
<b>БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ</b>		<b>70</b>	<b>13,2</b>	<b>24,5</b>	<b>1,4</b>	<b>279,1</b>
СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	83,02	71,4	11,7	19,2	0	220,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,2	9,8	0,1	0	0,8	3,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,25	0,9	0,8	0,1	11,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,4	0,4	0,6	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b>		<b>130</b>	<b>2,8</b>	<b>3,6</b>	<b>12,7</b>	<b>95,4</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	164,7	131,7	2,3	0,1	6	35,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1
МОРКОВЬ	3,47	2,6	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,2	0,1	0	0,4	2,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,7	44,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>9,7</b>	<b>38,7</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14,4	14,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>22,8</b>	<b>35,0</b>	<b>63,5</b>	<b>653,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>120/20</b>	<b>17,7</b>	<b>16,0</b>	<b>35,6</b>	<b>359,3</b>
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 9%	89,1	89,1	13,9	7,8	2,4	138,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	9,5	9,5	1	0,1	6,5	30,4
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0	0	9,2	36,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
ИЗЮМ	13,8	11,9	0,6	0	6,1	27,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,6	3,6	0,1	0,5	0,1	5,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	64,1
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>15</b>	<b>1,1</b>	<b>1,4</b>	<b>11,0</b>	<b>61,1</b>
ПЕЧЕНЬЕ	15	15	1,1	1,4	11	61,1
<b>ЧАЙ</b>		<b>180/5</b>	<b>0,1</b>		<b>9,9</b>	<b>39,9</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			<b>18,9</b>	<b>17,4</b>	<b>56,5</b>	<b>460,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,9</b>	<b>70,5</b>	<b>196,0</b>	<b>1 614,7</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		7,3	6,6	34,9	228,9
ПШЕНО	40,4	40	4,5	1,1	27,4	136,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,8	3,1	4,7	59,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40		3,2	0,4	20,2	74,6
ПОВИДЛО	10	10	0,1	0	1,8	8,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	30	3,1	0,4	18,4	66,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	17,0	124,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
			<b>14,6</b>	<b>11,4</b>	<b>72,1</b>	<b>428,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И СВИНИНОЙ	180		5,4	7,7	17,5	160,8
КАРТОФЕЛЬ	101,75	81,4	1,6	0,3	12,9	60,8
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,5	5,5	0,6	0,1	3,7	17,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,6	0,6	0	0,5	0	4,4
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	20,93	18	3	4,9	0	55,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
УКРОП	0,02	0,02	0	0	0	0,0
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70		12,7	2,3	2,4	80,0
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕННЫЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	109,9	79,1	12,3	0,5	0	53,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,9	4,6	18,7	128,2
КАРТОФЕЛЬ	138,63	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24,3	24,3	0,7	0,8	1,1	14,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180			26,1	104,3
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22,5	22,5	0	0	17,4	69,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>24,8</b>	<b>15,1</b>	<b>88,0</b>	<b>577,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
РАГУ ОВОЩНОЕ		150	2,3	3,6	14,6	101,5
КАРТОФЕЛЬ	77	46,2	0,9	0,2	7,3	34,5
МОРКОВЬ	35,33	26,5	0,3	0	1,7	9,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,5	13,8	0,2	0	1,1	5,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,1	29,7	0,5	0	1,4	8,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,5	40,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
МОРКОВЬ	3,73	2,8	0	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	0,9	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		70	6,2	4,6	37,9	220,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,5	0,7	35,6	170,1
САХАР ПЕСОК	5,1	5,1	0	0	4,9	19,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,2	22,2	0,6	0,7	1	12,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		180	3,2	3,4	13,3	96,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	108	108	3	3,4	4,9	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
			<b>11,7</b>	<b>11,6</b>	<b>65,8</b>	<b>418,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,9</b>	<b>38,1</b>	<b>235,7</b>	<b>1 469,5</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		12,7	21,3	2,3	252,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	2,36 шт.	94,99	11,7	10,6	0,7	144,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	35,4	35,4	1	1,1	1,6	20,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,9	5,9	0	5,7	0	51,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		5,3	5,5	17,4	141,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	162	162	4,6	5	7,4	94,3
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,7	0,5	0,3	8,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
			<b>22,3</b>	<b>33,1</b>	<b>45,1</b>	<b>537,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	40,41	40	0,3	0	1	5,6
УХА РЫБАЦКАЯ	180		6,4	2,3	9,4	83,7
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕННЫЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	46,2	33,4	5,1	0,2	0	22,3
КАРТОФЕЛЬ	67,5	54	1,1	0,2	8,5	40,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,8	10,8	0,2	0	0,9	4,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
БИГУС	180		21,4	21,3	7,3	306,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	129	92,9	16,9	14,6	0	198,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	147	117,8	2	0,1	5,3	32,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,8	23,3	0,3	0	1,8	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
МОРКОВЬ	3,33	2,5	0	0	0,2	0,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,9	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11,6	11,6	0,6	0	2,1	11,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,4	35,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180		0,9	0,1	19,9	84,8
ИЗЮМ	20,9	18	0,9	0,1	9,2	42,3
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10		1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>32,8</b>	<b>24,2</b>	<b>60,9</b>	<b>585,0</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20		18,1	12,8	29,3	306,1
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 9%	93,3	93,3	14,5	8,1	2,5	144,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,2	15,2	1,6	0,2	10,3	49,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,83	0,6	0,6	0	7,4
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0	0	5,6	22,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	62,2
ПЕЧЕНЬЕ	15		1,1	1,4	11,0	61,1
ПЕЧЕНЬЕ	15	15	1,1	1,4	11	61,1
ЧАЙ	180/5		0,1		9,9	39,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			<b>19,3</b>	<b>14,2</b>	<b>50,2</b>	<b>407,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>75,2</b>	<b>71,5</b>	<b>166,0</b>	<b>1 574,8</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР ТВЕРДЫЙ	10,7	10	2,3	3	0	36,4
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,8	6,0	25,9	180,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,9	3,2	4,7	59,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180		3,2	3,4	13,3	96,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	108	108	3	3,4	4,9	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
			<b>15,6</b>	<b>12,9</b>	<b>64,5</b>	<b>405,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	50		0,6	2,6	1,7	32,4
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	22	17,5	0,1	0	0,4	2,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,5
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	14,5	12,5	0,1	0	0,5	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/15/7		5,0	7,1	12,6	135,0
КАРТОФЕЛЬ	75,2	56,4	1,1	0,2	8,9	42,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,8	3,8	0,4	0	2,4	11,6
МОРКОВЬ	9,5	7,6	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,5	3,8	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	12,8	11,2	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,9	142,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24,31	17,5	3,2	2,7	0	37,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
УКРОП	0,02	0,02	0	0	0	0,0
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>160</b>	<b>14,0</b>	<b>20,3</b>	<b>21,8</b>	<b>326,7</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	69,8	60	9,9	16,2	0	185,1
КРУПА РИСОВАЯ	22,9	22,7	1,6	0,2	16,3	73,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,9	13,3	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>0,9</b>	<b>1,8</b>	<b>17,1</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b>		<b>180</b>			<b>26,1</b>	<b>104,3</b>
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22,5	22,5	0	0	17,4	69,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>23,8</b>	<b>31,4</b>	<b>87,3</b>	<b>720,0</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ</b>		<b>120</b>	<b>5,2</b>	<b>4,5</b>	<b>23,9</b>	<b>157,4</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40,4	40	4,9	1,3	22,1	119,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
<b>ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ</b>		<b>70</b>	<b>5,0</b>	<b>7,3</b>	<b>33,1</b>	<b>218,1</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,7	35,7	3,8	0,5	24,3	115,6
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,8	0,5	0,4	0	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,6	4,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,7	4,7	0,1	0,2	0,2	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ПОВИДЛО	27,9	27,9	0,2	0,1	5,1	22,2
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
<b>ЧАЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>9,0</b>	<b>36,3</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			<b>10,3</b>	<b>11,8</b>	<b>66,0</b>	<b>411,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,5</b>	<b>56,1</b>	<b>227,6</b>	<b>1 582,5</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,8	0,1	52,4
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,0	6,0	28,6	188,7
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	105,3	105,3	3	3,3	4,8	61,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	16,1	121,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		4,3	0,5	25,3	91,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	40	4,3	0,5	25,3	91,6
			<b>13,4</b>	<b>16,7</b>	<b>70,1</b>	<b>453,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,8		9,8	45,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	100	0,8	0	9,8	45,0
			<b>0,8</b>		<b>9,8</b>	<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50		0,8	3,4	4,9	53,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,2	41,7	0,8	0	1,9	11,3
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/7		1,4	4,0	9,1	78,7
СВЕКЛА	38,13	28,6	0,4	0	2,4	11,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	17,9	14,3	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	23,83	14,3	0,3	0,1	2,2	10,7
МОРКОВЬ	9,47	7,1	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,1	0,1	0	0,6	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
САХАР ПЕСОК	2,1	2,1	0	0	2	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,9	142,9	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0

УКРОП	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ</b>		<b>180</b>	<b>18,4</b>	<b>29,9</b>	<b>28,3</b>	<b>456,3</b>
СВИНИНА Б/К ДЛЯ Д/П	104,65	90	14,8	24,3	0	277,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	287,67	172,6	3,4	0,7	27,3	128,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ</b>		<b>40</b>	<b>0,7</b>	<b>3,7</b>	<b>3,9</b>	<b>51,7</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
МОРКОВЬ	12,8	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	4,9	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ И ШИПОВНИКА</b>		<b>180</b>	<b>0,4</b>		<b>13,1</b>	<b>57,9</b>
КУРАГА	4,6	4,6	0,2	0	2,2	10,4
ШИПОВНИК	4,6	4,6	0,2	0	2,1	12,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>25,5</b>	<b>41,5</b>	<b>82,6</b>	<b>802,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ</b>		<b>130/20</b>	<b>7,9</b>	<b>9,7</b>	<b>20,8</b>	<b>203,3</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,3	30,3	3,2	0,4	20,8	99,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52	52	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СЫР ТВЕРДЫЙ	22	20	4,6	5,9	0	72,8
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ</b>		<b>180</b>	<b>3,2</b>	<b>3,4</b>	<b>13,3</b>	<b>96,8</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,4	19,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	108	108	3	3,4	4,9	62,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
			<b>11,1</b>	<b>13,1</b>	<b>34,1</b>	<b>300,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,8</b>	<b>71,3</b>	<b>196,6</b>	<b>1 601,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		6,0	7,5	28,1	202,9
КРУПА МАННАЯ	30,7	30,7	3,1	0,3	21	98,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3	2,8	3,1	4,7	59,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,1	4,4	16,1	121,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140,4	140,4	4	4,4	6,4	81,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40		3,2	0,4	20,2	74,6
ПОВИДЛО	10	10	0,1	0	1,8	8,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	30	3,1	0,4	18,4	66,6
			<b>13,3</b>	<b>12,3</b>	<b>64,4</b>	<b>398,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7 %	120		3,4	3,0	5,4	67,8
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	3	5,4	67,8
			<b>3,4</b>	<b>3,0</b>	<b>5,4</b>	<b>67,8</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	40,41	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	180/15/10		8,2	5,8	23,0	163,0
КАРТОФЕЛЬ	44,13	35,3	0,7	0,1	5,6	26,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	11,8	11,8	2,6	0,2	5,5	34,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
МОРКОВЬ	7,87	5,9	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,1	127,1	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	21,2	15,3	2,8	2,4	0	32,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	18	1,8	0,2	11,1	40,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,02	0,02	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЕ	70		10,2	1,4	7,1	73,4

РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕННЫЙ ОБЕЗГЛАВЛЕННЫЙ	72,92	52,5	8,1	0,3	0	35,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10,5	10,5	1,1	0,1	6,4	23,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	8,1
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>130</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>18,7</b>	<b>128,2</b>
КАРТОФЕЛЬ	138,63	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24,3	24,3	0,7	0,8	1,1	14,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>8,7</b>	<b>34,8</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14,4	14,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>10</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>22,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	10	1,1	0,1	6,3	22,9
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>81,6</b>
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>25,5</b>	<b>12,4</b>	<b>82,3</b>	<b>513,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		<b>120/20</b>	<b>18,2</b>	<b>15,0</b>	<b>27,0</b>	<b>318,3</b>
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 9%	99,7	99,7	15,5	8,7	2,7	154,7
КРУПА МАННАЯ	6,5	6,5	0,7	0,1	4,5	20,8
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,3	4,3	0,1	0,6	0,2	6,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	64,1
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>15</b>	<b>1,1</b>	<b>1,4</b>	<b>11,0</b>	<b>61,1</b>
ПЕЧЕНЬЕ	15	15	1,1	1,4	11	61,1
<b>ЧАЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>9,0</b>	<b>36,3</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			<b>19,4</b>	<b>16,4</b>	<b>47,0</b>	<b>415,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,6</b>	<b>44,1</b>	<b>199,1</b>	<b>1 395,5</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402877

Владелец Бершова Ольга Анатольевна

Действителен с 22.01.2025 по 22.01.2026