

## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

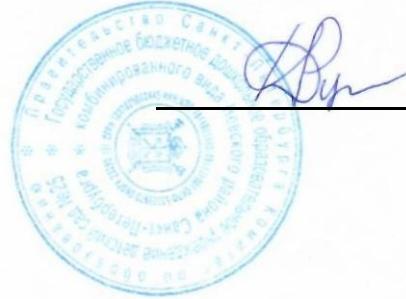
## ДЕНЬ 1

| Наименование блюда  | Выход     |           | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|-----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г  | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |           |                   |              |              |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ   |           | 20        | 2,32              | 1,96         | 7,71         | 58,05                         |
| СЫР   | 5,21      | 5         | 1,19              | 1,52         | 0,00         | 18,75                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15        | 1,13              | 0,44         | 7,71         | 39,30                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ         |           | 130       | 2,80              | 5,70         | 19,79        | 134,90                        |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                    | 20,833    | 20,417    | 2,49              | 0,65         | 11,31        | 60,99                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 23,86     | 23,86     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 84,14     | 84,14     | 2,37              | 2,04         | 3,92         | 44,08                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 5         | 5         | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5       | 0,00              | 0,00         | 3,39         | 13,55                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,417     | 0,417     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ   |           | 150       | 1,95              | 2,56         | 11,29        | 70,59                         |
| КАКАО-ПОРОШОК   | 2,25      | 2,25      | 0,52              | 0,33         | 0,22         | 6,31                          |
| САХАР ПЕСОК   | 8         | 8         | 0,00              | 0,00         | 7,74         | 30,96                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 92        | 92        | 2,59              | 2,23         | 4,29         | 48,19                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 65        | 65        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| БАНАН   |           | 95        | 1,43              | 0,48         | 15,95        | 80,20                         |
| БАНАН   | 158,65    | 95        | 1,43              | 0,48         | 19,95        | 91,20                         |
|   |           |           | <b>8,50</b>       | <b>10,70</b> | <b>54,74</b> | <b>343,74</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |           |                   |              |              |                               |
| ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                  |           | 180       | 5,29              | 9,00         | 23,49        | 162,61                        |
| Йогурт 2,5% жирности фруктовый питьевой                   | 180       | 180       | 5,29              | 9,00         | 23,49        | 162,61                        |
|   |           |           | <b>5,29</b>       | <b>9,00</b>  | <b>23,49</b> | <b>162,61</b>                 |
| <b>Обед</b>   |           |           |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ                 |           | 30        | 0,48              | 1,52         | 3,08         | 28,66                         |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ  | 34,8      | 24,3      | 0,44              | 0,02         | 0,73         | 5,59                          |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ   | 3,75      | 3         | 0,04              | 0,00         | 0,10         | 0,60                          |
| САХАР ПЕСОК   | 2,25      | 2,25      | 0,00              | 0,00         | 2,25         | 8,98                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 1,5       | 1,5       | 0,00              | 1,50         | 0,00         | 13,49                         |
| БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ          |           | 150/20/10 | 4,50              | 2,91         | 14,00        | 132,00                        |
| КУРИНАЯ ГРУДКА филе                                       | 20,615    | 20,1      | 3,55              | 3,59         | 0,00         | 46,40                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 150       | 150       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 3,04      | 2,55      | 0,04              | 0,01         | 0,20         | 1,02                          |
| МОРКОВЬ   | 3,4       | 2,55      | 0,03              | 0,00         | 0,17         | 0,86                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 1,14      | 1,14      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 14,29     | 12        | 0,87              | 0,34         | 5,98         | 30,50                         |

|   |           |              |              |              |               |        |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------|
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                           | 1,05      | 1            | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,48   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 0,497 шт. | 20,004       | 2,46         | 2,23         | 0,14          | 30,47  |
| ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                   |           | 50           | 3,90         | 4,80         | 7,00          | 132,00 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                            | 33,254    | 32           | 4,97         | 0,18         | 0,00          | 21,42  |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 9         | 9            | 1,15         | 0,00         | 5,37          | 26,08  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 6         | 6            | 0,16         | 0,15         | 0,28          | 3,14   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 7         | 7            | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,192     | 0,192        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4         | 4            | 0,00         | 3,88         | 0,00          | 34,88  |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                |           | 110          | 2,17         | 3,72         | 14,34         | 100,14 |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 118,46    | 77           | 1,49         | 0,30         | 12,17         | 57,51  |
| МОРКОВЬ                                     | 30,51     | 22,88        | 0,29         | 0,02         | 1,53          | 7,77   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 13,2      | 13,2         | 0,37         | 0,32         | 0,61          | 6,92   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ            | 3,85      | 3,85         | 0,02         | 3,08         | 0,03          | 27,94  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,5       | 0,5          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                            |           | 150          | 0,85         | 0,05         | 6,78          | 27,09  |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)      | 17        | 17           | 0,85         | 0,05         | 8,41          | 38,26  |
| САХАР ПЕСОК                                 | 7         | 7            | 0,00         | 0,00         | 6,78          | 27,09  |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                            | 0,15      | 0,15         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 153       | 153          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            |           | 25           | 1,26         | 0,22         | 10,60         | 50,99  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25        | 25           | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99  |
|   |           | <b>13,16</b> | <b>13,22</b> | <b>55,80</b> | <b>470,88</b> |        |

### Полдник

|   |           |              |              |               |                 |        |
|---|-----------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                      |           | 130          | 13,06        | 13,44         | 21,63           | 276,00 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                      | 123,067   | 121,333      | 21,18        | 10,59         | 3,53            | 198,90 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5          | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| КРУПА МАННАЯ  | 8,667     | 8,667        | 0,86         | 0,09          | 5,94            | 27,65  |
| САХАР ПЕСОК   | 9         | 9            | 0,00         | 0,00          | 8,71            | 34,83  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,154 шт. | 6,199        | 0,77         | 0,69          | 0,04            | 9,44   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 3,467     | 3,467        | 0,00         | 3,36          | 0,00            | 30,23  |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                                       | 7,6       | 7,6          | 0,97         | 0,00          | 4,53            | 22,03  |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 9         | 9            | 0,22         | 1,31          | 0,31            | 17,98  |
| СОУС ЯБЛОЧНЫЙ   |           | 30           | 0,03         | 0,03          | 5,04            | 20,71  |
| ЯБЛОКИ  | 6,864     | 6,864        | 0,03         | 0,03          | 0,65            | 3,13   |
| САХАР ПЕСОК   | 3,6       | 3,6          | 0,00         | 0,00          | 3,48            | 13,93  |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                      | 1,2       | 1,2          | 0,00         | 0,00          | 0,91            | 3,65   |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА  | 0,03      | 0,03         | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 24        | 24           | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ                                  |           | 150          | 0,45         | 0,15          | 14,30           | 60,00  |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ  | 150       | 150          | 0,45         | 0,00          | 24,75           | 102,00 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 20           | 1,30         | 0,58          | 10,29           | 52,40  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20           | 1,50         | 0,58          | 10,28           | 52,40  |
|   |           | <b>14,84</b> | <b>14,20</b> | <b>51,26</b>  | <b>409,11</b>   |        |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           | <b>41,79</b> | <b>47,12</b> | <b>185,29</b> | <b>1 386,34</b> |        |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

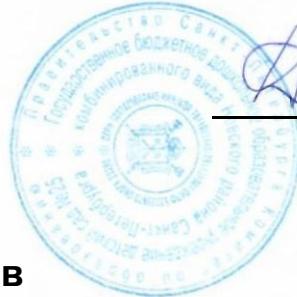
## ДЕНЬ 2

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  |           | 20       | 1,06              | 0,45    | 11,25       | 43,07                         |
| ДЖЕМ  | 5         | 5        | 0,03              | 0,01    | 3,65        | 14,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 15        | 15       | 1,13              | 0,44    | 7,71        | 39,30                         |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                   |           | 130      | 2,07              | 5,71    | 17,58       | 145,89                        |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"   | 18,55     | 18,55    | 2,21              | 1,12    | 11,12       | 63,34                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 65        | 65       | 1,83              | 1,58    | 3,03        | 34,05                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,484     | 0,484    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 0,00    | 3,39        | 13,55                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 5         | 5        | 0,03              | 4,01    | 0,04        | 36,28                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 44        | 44       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ  |           | 150      | 1,40              | 1,82    | 11,83       | 60,39                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК  | 3         | 3        | 0,30              | 0,00    | 1,56        | 7,45                          |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7        | 0,00              | 0,00    | 6,78        | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 75        | 75       | 2,11              | 1,82    | 3,49        | 39,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 90        | 90       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| АПЕЛЬСИН  |           | 95       | 0,86              | 0,19    | 7,70        | 40,85                         |
| АПЕЛЬСИН  | 141,79    | 95       | 0,86              | 0,19    | 7,70        | 40,85                         |
|   |           | 5,39     | 8,17              | 48,36   | 290,20      |                               |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ  |           | 170      | 3,70              | 4,25    | 6,60        | 73,50                         |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ  | 175,98    | 170      | 4,93              | 4,25    | 6,80        | 90,10                         |
|   |           | 3,70     | 4,25              | 6,60    | 73,50       |                               |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ                        |           | 30       | 1,53              | 4,04    | 1,96        | 50,60                         |
| СВЕКЛА  | 30,67     | 23       | 0,34              | 0,02    | 1,96        | 9,37                          |
| СЫР   | 5,21      | 5        | 1,19              | 1,52    | 0,00        | 18,75                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                   | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 2,50    | 0,00        | 22,48                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 150/10/1 | 2,40              | 2,14    | 44,00       | 106,00                        |
| КАРТОФЕЛЬ   | 87,69     | 57       | 1,11              | 0,22    | 9,01        | 42,57                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ  | 6         | 6        | 0,64              | 0,08    | 4,10        | 19,67                         |
| МОРКОВЬ   | 8         | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                   | 2         | 2        | 0,00              | 1,94    | 0,00        | 17,44                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105       | 105      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 1         | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |

|   |           |              |              |              |               |        |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------|
| КУРИНАЯ ГРУДКА филе                                       | 14,359    | 14           | 2,47         | 2,50         | 0,00          | 32,32  |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05      | 1            | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,48   |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                               |           | 160          | 9,20         | 6,86         | 14,52         | 186,28 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ  | 116,129   | 108          | 18,75        | 3,88         | 0,00          | 133,05 |
| КРУПА РИСОВАЯ   | 14,141    | 14           | 0,95         | 0,14         | 10,05         | 45,22  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 42,26     | 35,5         | 0,49         | 0,07         | 2,82          | 14,12  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 4,928     | 4,928        | 0,02         | 3,95         | 0,04          | 35,75  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,239 шт. | 9,62         | 1,18         | 1,08         | 0,07          | 14,65  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,053 шт. | 2,133        | 0,26         | 0,24         | 0,01          | 3,25   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   |           | 0,9          | 0,9          | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                               |           | 150          | 0,49         | 0,20         | 15,74         | 76,15  |
| ШИПОВНИК СУХОЙ  |           | 15           | 15           | 0,49         | 0,20          | 7,03   |
| САХАР ПЕСОК   |           | 9            | 9            | 0,00         | 0,00          | 8,71   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   |           | 150          | 150          | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 15           | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15        | 15           | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 20           | 1,30         | 0,58         | 10,29         | 52,40  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20           | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40  |
|   |           | <b>15,61</b> | <b>13,95</b> | <b>92,87</b> | <b>502,02</b> |        |

### Полдник

|   |           |              |              |               |                 |        |
|---|-----------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------|
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ  |           | 20           | 2,46         | 2,23          | 0,14            | 30,46  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,497 шт. | 20,004       | 2,46         | 2,23          | 0,14            | 30,47  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ   |           | 160          | 9,67         | 9,28          | 12,13           | 202,65 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                      | 100,46    | 80,365       | 1,41         | 0,08          | 3,67            | 21,83  |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 74,964    | 63,27        | 11,42        | 9,82          | 0,00            | 133,79 |
| КРУПА РИСОВАЯ   | 7,247     | 7,153        | 0,49         | 0,07          | 5,13            | 23,11  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 14,01     | 11,765       | 0,16         | 0,02          | 0,93            | 4,68   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 1,482     | 1,482        | 0,01         | 1,18          | 0,01            | 10,76  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,105 шт. | 4,226        | 0,52         | 0,48          | 0,03            | 6,43   |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      |           | 9            | 0,22         | 1,31          | 0,31            | 17,98  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  |           | 2,368        | 2,368        | 0,25          | 0,03            | 1,61   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   |           | 14,116       | 14,116       | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  |           | 1,8          | 1,8          | 0,09          | 0,00            | 0,33   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,095     | 0,095        | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,282     | 0,282        | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| ЧАЙ С САХАРОМ   |           | 150          | 0,09         | 0,00          | 6,96            | 28,18  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                       |           | 0,45         | 0,45         | 0,09          | 0,00            | 0,18   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   |           | 130          | 130          | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| САХАР ПЕСОК   |           | 7            | 7            | 0,00          | 0,00            | 6,78   |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ           |           | 100          | 2,80         | 2,50          | 4,51            | 44,52  |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                                      |           | 100          | 100          | 2,80          | 2,50            | 4,51   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 20           | 1,12         | 0,18          | 8,48            | 40,79  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20        | 20           | 1,32         | 0,18          | 8,48            | 40,79  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 20           | 1,30         | 0,58          | 10,29           | 52,40  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20           | 1,50         | 0,58          | 10,28           | 52,40  |
|   |           | <b>17,44</b> | <b>14,77</b> | <b>42,51</b>  | <b>399,00</b>   |        |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           | <b>42,14</b> | <b>41,14</b> | <b>190,34</b> | <b>1 264,72</b> |        |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 3

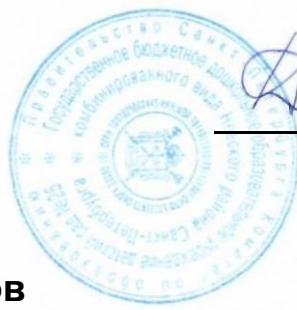
| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ  |           | 130      | 6,56              | 10,31        | 13,34        | 187,80                        |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 1,518 шт. | 61,1     | 7,53              | 6,82         | 0,42         | 93,05                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  |           | 26       | 0,73              | 0,63         | 1,21         | 13,62                         |
| МОРКОВЬ   |           | 72       | 54                | 0,68         | 0,05         | 3,62                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  |           | 6        | 6                 | 0,03         | 4,80         | 0,05                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   |           | 0,2      | 0,2               | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  |           | 5        | 5                 | 0,03         | 4,01         | 0,04                          |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ  |           | 150/12   | 0,16              | 0,04         | 10,86        | 27,87                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ   |           | 0,45     | 0,45              | 0,09         | 0,00         | 0,18                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   |           | 148,8    | 148,8             | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВАРЕНЬЕ   |           | 12       | 12                | 0,05         | 0,04         | 8,63                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  |           | 15       | 0,69              | 0,13         | 6,36         | 30,59                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                         |           | 15       | 15                | 0,99         | 0,13         | 6,36                          |
| ГРУША   |           | 95       | 0,38              | 0,29         | 9,79         | 44,65                         |
| ГРУША   | 105,45    | 95       | 0,38              | 0,29         | 9,79         | 44,65                         |
|   |           |          | <b>7,79</b>       | <b>10,77</b> | <b>40,35</b> | <b>290,91</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                                  |           | 180      | 5,29              | 9,00         | 23,49        | 162,61                        |
| Йогурт 2,5% жирности фруктовый питьевой                                   | 180       | 180      | 5,29              | 9,00         | 23,49        | 162,61                        |
|   |           |          | <b>5,29</b>       | <b>9,00</b>  | <b>23,49</b> | <b>162,61</b>                 |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ   |           | 40       | 0,30              | 2,44         | 0,95         | 26,90                         |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ  | 38,39     | 38       | 0,30              | 0,04         | 0,95         | 5,32                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ   | 2,4       | 2,4      | 0,00              | 2,40         | 0,00         | 21,58                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ |           | 150/10/5 | 2,90              | 3,57         | 9,00         | 90,73                         |
| КАРТОФЕЛЬ   | 30,77     | 20       | 0,39              | 0,08         | 3,16         | 14,94                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ  | 31,25     | 25       | 0,44              | 0,03         | 1,14         | 6,79                          |
| МОРКОВЬ   | 10        | 7,5      | 0,10              | 0,01         | 0,50         | 2,55                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 1,5       | 1,5      | 0,07              | 0,00         | 0,28         | 1,48                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ   | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 120       | 120      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 18,957    | 16       | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  |           | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 9,99                          |

|   |        |              |              |      |              |               |
|---|--------|--------------|--------------|------|--------------|---------------|
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05   | 1            | 0,04         | 0,00 | 0,08         | 0,48          |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ                                |        | 50/20        | 6,75         | 6,24 | 7,45         | 109,00        |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 45,42  | 38,33        | 6,92         | 5,95 | 0,00         | 81,05         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 7,5    | 7,5          | 0,54         | 0,21 | 3,74         | 19,06         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 10     | 10           | 0,28         | 0,24 | 0,47         | 5,24          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 3,96   | 3,33         | 0,05         | 0,01 | 0,26         | 1,33          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 2,5    | 2,5          | 0,01         | 2,00 | 0,02         | 18,14         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 7      | 7            | 0,17         | 1,02 | 0,24         | 13,99         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 3,6    | 3,6          | 0,38         | 0,05 | 2,44         | 11,66         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 13,5   | 13,5         | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,145  | 0,145        | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 4,76   | 4            | 0,06         | 0,01 | 0,32         | 1,59          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 0,4    | 0,4          | 0,00         | 0,32 | 0,00         | 2,90          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 0,4    | 0,4          | 0,02         | 0,00 | 0,08         | 0,40          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,05   | 0,05         | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                                     |        | 110          | 3,44         | 4,04 | 20,97        | 122,74        |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                    | 36,222 | 35,86        | 4,38         | 1,14 | 19,87        | 107,14        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 85,03  | 85,03        | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| САХАР ПЕСОК   | 1,1    | 1,1          | 0,00         | 0,00 | 1,07         | 4,26          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,1    | 0,1          | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 3,63   | 3,63         | 0,02         | 2,90 | 0,03         | 26,34         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА   |        | 150          | 0,38         | 0,09 | 13,18        | 51,56         |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)                                   | 17     | 17           | 0,38         | 0,09 | 10,85        | 46,34         |
| САХАР ПЕСОК   | 6      | 6            | 0,00         | 0,00 | 5,81         | 23,22         |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА  | 0,15   | 0,15         | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 153    | 153          | 0,00         | 0,00 | 0,00         | 0,00          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |        | 15           | 0,69         | 0,13 | 6,36         | 30,59         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15     | 15           | 0,99         | 0,13 | 6,36         | 30,59         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |        | 25           | 1,73         | 0,73 | 12,88        | 65,63         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25     | 25           | 1,88         | 0,73 | 12,85        | 65,50         |
|   |        | <b>16,19</b> | <b>17,24</b> |      | <b>70,79</b> | <b>497,15</b> |

### Полдник

|   |           |        |      |      |       |        |
|---|-----------|--------|------|------|-------|--------|
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ  |           | 60     | 5,60 | 2,70 | 23,00 | 119,00 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ  | 43,645    | 42     | 6,52 | 0,24 | 0,00  | 28,11  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 20        | 20     | 1,46 | 0,56 | 9,97  | 50,83  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 8,728     | 8,728  | 0,24 | 0,21 | 0,41  | 4,57   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,298 шт. | 11,995 | 1,47 | 1,34 | 0,08  | 18,27  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 2,182     | 2,182  | 0,01 | 1,75 | 0,02  | 15,83  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 12        | 12     | 0,34 | 0,29 | 0,56  | 6,29   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 2,08      | 2,08   | 0,01 | 1,67 | 0,02  | 15,09  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ  | 4,8       | 4,8    | 0,50 | 0,06 | 3,26  | 15,55  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 2,4       | 2,4    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,128     | 0,128  | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,2       | 0,2    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   |           | 110    | 2,44 | 3,74 | 16,63 | 110,14 |
| КАРТОФЕЛЬ   | 153,85    | 100    | 1,94 | 0,39 | 15,81 | 74,69  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 17,6      | 16,867 | 0,48 | 0,41 | 0,79  | 8,84   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 3,667     | 3,667  | 0,02 | 2,94 | 0,03  | 26,61  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ  |           | 150    | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50  |
| ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ. СОК И НЕКТАРЫ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА | 150       | 150    | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ  |           | 40     | 1,29 | 2,40 | 19,00 | 97,36  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ  | 16,1      | 16,1   | 1,69 | 0,20 | 10,91 | 52,16  |
| САХАР ПЕСОК   | 1,1       | 1,1    | 0,00 | 0,00 | 1,07  | 4,26   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 0,475     | 0,475  | 0,00 | 0,38 | 0,00  | 3,44   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,25      | 0,25   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |

|  |           |       |              |              |               |                 |
|--|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ДРОЖКИ   | 0,673     | 0,673 | 0,09         | 0,01         | 0,01          | 0,50            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 7,5       | 7,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 0,76      | 0,76  | 0,08         | 0,01         | 0,51          | 2,46            |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 27        | 21,6  | 0,38         | 0,02         | 0,99          | 5,87            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1,26      | 1,26  | 0,00         | 1,22         | 0,00          | 10,99           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,034 шт. | 1,369 | 0,16         | 0,16         | 0,01          | 2,09            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 0,54      | 0,54  | 0,00         | 0,52         | 0,00          | 4,70            |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                              | 0,21      | 0,198 | 0,01         | 0,00         | 0,02          | 0,10            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,18      | 0,18  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1         | 1     | 0,00         | 0,97         | 0,00          | 8,72            |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,001 шт. | 0,04  | 0,01         | 0,00         | 0,00          | 0,06            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |           | 15    | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |           |       | <b>10,77</b> | <b>9,12</b>  | <b>80,14</b>  | <b>421,59</b>   |
|  |           |       | <b>40,04</b> | <b>46,13</b> | <b>214,77</b> | <b>1 372,26</b> |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 4

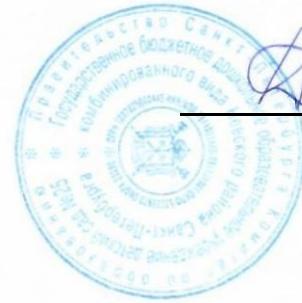
| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |             |              |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  |           | 20       | 1,06              | 0,45        | 11,25        | 43,07                         |
| ДЖЕМ  | 5         | 5        | 0,03              | 0,01        | 3,65         | 14,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15       | 1,13              | 0,44        | 7,71         | 39,30                         |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                  |           | 130      | 3,50              | 5,84        | 22,30        | 143,04                        |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ                                | 24,194    | 24,194   | 2,70              | 0,30        | 15,94        | 77,21                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 63        | 63       | 1,78              | 1,53        | 2,93         | 33,00                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,484     | 0,484    | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 0,00        | 3,39         | 13,55                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 5         | 5        | 0,03              | 4,01        | 0,04         | 36,28                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 42        | 42       | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ  |           | 150/12   | 0,16              | 0,04        | 10,86        | 27,87                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                       | 0,45      | 0,45     | 0,09              | 0,00        | 0,18         | 1,09                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 148,8     | 148,8    | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |
| ВАРЕНЬЕ   | 12        | 12       | 0,05              | 0,04        | 8,63         | 33,52                         |
| АПЕЛЬСИН  |           | 95       | 0,86              | 0,19        | 7,70         | 40,85                         |
| АПЕЛЬСИН  | 141,79    | 95       | 0,86              | 0,19        | 7,70         | 40,85                         |
|   |           |          | <b>5,58</b>       | <b>6,52</b> | <b>52,11</b> | <b>254,83</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |             |              |                               |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                      |           | 170      | 3,70              | 4,25        | 6,60         | 73,50                         |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                      | 175,98    | 170      | 4,93              | 4,25        | 6,80         | 90,10                         |
|   |           |          | <b>3,70</b>       | <b>4,25</b> | <b>6,60</b>  | <b>73,50</b>                  |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |             |              |                               |
| СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ             |           | 20/20    | 2,19              | 3,61        | 1,69         | 53,64                         |
| РЫБА СЕЛЬДЬ СОЛЕННАЯ, СЛАБОЙ СОЛИ, НЕРАЗДЕЛАННАЯ          | 41,6      | 20       | 3,40              | 1,70        | 0,00         | 29,00                         |
| СВЕКЛА  | 26,4      | 19,8     | 0,29              | 0,02        | 1,69         | 8,07                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2        | 0,00              | 2,00        | 0,00         | 17,98                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ        |           | 150/20   | 4,52              | 6,41        | 13,73        | 119,90                        |
| МОРКОВЬ   | 8         | 6        | 0,08              | 0,01        | 0,40         | 2,04                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2        | 0,00              | 1,94        | 0,00         | 17,44                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105       | 105      | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |
| КАРТОФЕЛЬ   | 123,08    | 80       | 1,55              | 0,31        | 12,65        | 59,75                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01        | 0,48         | 2,39                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 25,33     | 22,8     | 4,11              | 3,54        | 0,00         | 48,21                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 2,38      | 2        | 0,03              | 0,00        | 0,16         | 0,80                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 2         | 2        | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |

|   |           |              |              |              |               |        |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------|
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,135 шт. | 5,434        | 0,67         | 0,60         | 0,04          | 8,27   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,18      | 0,18         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05      | 1            | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,48   |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ   |           | 50           | 5,58         | 9,14         | 9,18          | 114,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 47,393    | 40           | 7,22         | 6,21         | 0,00          | 84,58  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,1      | 10,1         | 0,74         | 0,28         | 5,03          | 25,67  |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                                       | 6         | 6            | 0,77         | 0,00         | 3,58          | 17,39  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 3,333     | 3,333        | 0,02         | 2,67         | 0,03          | 24,18  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,2       | 0,2          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 11,7      | 11,7         | 0,33         | 0,28         | 0,54          | 6,13   |
| КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                  |           | 110          | 1,21         | 2,14         | 6,77          | 51,66  |
| КАБАЧКИ   | 136       | 102          | 0,59         | 0,30         | 4,55          | 23,75  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,073     | 0,073        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| САХАР ПЕСОК   | 0,3       | 0,3          | 0,00         | 0,00         | 0,29          | 1,16   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 1,8       | 1,8          | 0,18         | 0,02         | 1,22          | 5,83   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 1,8       | 1,8          | 0,01         | 1,45         | 0,01          | 13,06  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,24      | 0,24         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 15        | 15           | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 15        | 15           | 0,43         | 0,37         | 0,70          | 7,86   |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК   |           | 150          | 0,09         | 0,08         | 13,01         | 53,58  |
| ЯБЛОКИ  | 23,636    | 20,8         | 0,08         | 0,08         | 1,98          | 9,49   |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7            | 0,00         | 0,00         | 6,78          | 27,09  |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                      | 5,6       | 5,6          | 0,01         | 0,00         | 4,25          | 17,00  |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА  | 0,2       | 0,2          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 147,8     | 147,8        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 20           | 1,30         | 0,58         | 10,29         | 52,40  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20           | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 15           | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15        | 15           | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
|   |           | <b>15,58</b> | <b>22,09</b> | <b>61,03</b> | <b>475,77</b> |        |

### Полдник

|   |           |       |      |      |       |        |
|---|-----------|-------|------|------|-------|--------|
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ   |           | 40    | 0,50 | 0,00 | 1,90  | 10,09  |
| ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ                                     | 53,332    | 40    | 0,52 | 0,00 | 1,96  | 10,40  |
| ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ                                     |           | 50    | 4,69 | 5,07 | 11,10 | 110,19 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ  | 41,671    | 40,1  | 6,23 | 0,23 | 0,00  | 26,84  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 8,333     | 8,333 | 0,60 | 0,23 | 4,15  | 21,18  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 9,167     | 9,167 | 0,26 | 0,22 | 0,43  | 4,80   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,169 шт. | 6,802 | 0,83 | 0,76 | 0,05  | 10,36  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 2,98      | 2,5   | 0,04 | 0,01 | 0,20  | 1,00   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 15        | 15    | 1,57 | 0,19 | 10,18 | 48,60  |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 3,5       | 3,5   | 0,00 | 3,40 | 0,00  | 30,53  |
| КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ  |           | 110   | 2,05 | 3,60 | 10,69 | 101,14 |
| КАРТОФЕЛЬ   | 121,54    | 79    | 1,53 | 0,31 | 12,49 | 59,01  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 31,9      | 31,9  | 0,90 | 0,78 | 1,48  | 16,71  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 3         | 3     | 0,02 | 2,41 | 0,02  | 21,77  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 77        | 77    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ                                  |           | 150   | 0,45 | 0,15 | 14,30 | 60,00  |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ  | 150       | 150   | 0,45 | 0,00 | 24,75 | 102,00 |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ  |           | 45    | 1,87 | 0,81 | 12,95 | 113,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 34,65     | 34,65 | 3,63 | 0,44 | 23,49 | 112,26 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 1,35      | 1,35  | 0,15 | 0,02 | 0,91  | 4,37   |
| ДРОЖЖИ  | 0,7       | 0,7   | 0,09 | 0,01 | 0,01  | 0,52   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 18        | 18    | 0,50 | 0,44 | 0,83  | 9,43   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,45      | 0,45  | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 1         | 1     | 0,00 | 0,97 | 0,00  | 8,72   |

|  |    |              |              |               |                 |
|--|----|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 15 | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
|  |    | <b>10,25</b> | <b>9,76</b>  | <b>57,30</b>  | <b>425,01</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |    | <b>35,11</b> | <b>42,62</b> | <b>177,04</b> | <b>1 229,11</b> |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 5

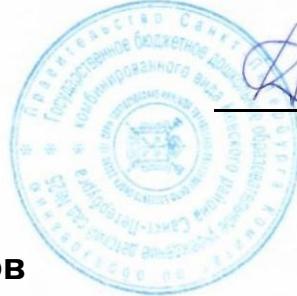
| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ   |           | 20       | 2,32              | 1,96         | 7,71         | 58,05                         |
| СЫР   | 5,21      | 5        | 1,19              | 1,52         | 0,00         | 18,75                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 15        | 15       | 1,13              | 0,44         | 7,71         | 39,30                         |
| КАША "ДРУЖБА"   |           | 130      | 3,08              | 5,71         | 21,09        | 141,70                        |
| КРУПА РИСОВАЯ   | 6,465     | 6,4      | 0,44              | 0,06         | 4,60         | 20,67                         |
| ПШЕНО   | 6,465     | 6,4      | 0,72              | 0,16         | 4,37         | 21,85                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 97,5      | 97,5     | 2,75              | 2,37         | 4,54         | 51,07                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                   | 3,9       | 3,9      | 0,02              | 3,12         | 0,03         | 28,29                         |
| САХАР ПЕСОК   | 7,8       | 7,8      | 0,00              | 0,00         | 7,55         | 30,19                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 15        | 15       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ   |           | 150      | 2,14              | 2,17         | 11,51        | 60,34                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ   | 0,45      | 0,45     | 0,09              | 0,00         | 0,18         | 1,09                          |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7        | 0,00              | 0,00         | 6,78         | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 97,667    | 97,667   | 2,75              | 2,37         | 4,55         | 51,16                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 29        | 29       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                     |           | 100      | 2,80              | 2,50         | 4,51         | 44,52                         |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ  | 100       | 100      | 2,80              | 2,50         | 4,51         | 56,51                         |
|   |           |          | <b>10,34</b>      | <b>12,34</b> | <b>44,82</b> | <b>304,61</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ   |           | 150      | 0,73              | 0,14         | 18,41        | 71,71                         |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ   | 150       | 150      | 0,75              | 0,00         | 19,05        | 82,50                         |
|   |           |          | <b>0,73</b>       | <b>0,14</b>  | <b>18,41</b> | <b>71,71</b>                  |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |              |                               |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ   |           | 40       | 0,32              | 0,04         | 0,68         | 5,20                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ  | 50        | 40       | 0,32              | 0,04         | 0,68         | 5,20                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНОЙ ПЕТРУШКИ |           | 150/10/5 | 3,21              | 5,26         | 7,91         | 88,39                         |
| СВЕКЛА  | 28        | 21       | 0,31              | 0,02         | 1,79         | 8,56                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ  | 15        | 12       | 0,21              | 0,01         | 0,54         | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ   | 23,08     | 15       | 0,29              | 0,06         | 2,38         | 11,20                         |
| МОРКОВЬ   | 10        | 7,5      | 0,10              | 0,01         | 0,50         | 2,55                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01         | 0,48         | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 4,5       | 4,5      | 0,21              | 0,00         | 0,83         | 4,45                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                   | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| САХАР ПЕСОК   | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,46         | 5,81                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 120       | 120      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 18,96     | 16       | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |

|   |        |       |       |       |       |        |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 5      | 5     | 0,13  | 0,73  | 0,17  | 9,99   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5    | 0,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05   | 1     | 0,04  | 0,00  | 0,08  | 0,48   |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ   |        | 160   | 5,71  | 6,12  | 10,75 | 214,07 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА филе                                       | 51,282 | 50    | 8,83  | 8,92  | 0,00  | 115,43 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2,8    | 2,8   | 0,00  | 2,72  | 0,00  | 24,41  |
| КАРТОФЕЛЬ   | 120    | 78    | 1,51  | 0,30  | 12,33 | 58,26  |
| МОРКОВЬ   | 13,33  | 10    | 0,13  | 0,01  | 0,67  | 3,40   |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 5,486  | 5,486 | 0,25  | 0,00  | 1,01  | 5,43   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 10,88  | 9,143 | 0,13  | 0,02  | 0,73  | 3,64   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 3,657  | 3,657 | 0,00  | 3,54  | 0,00  | 31,89  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 4,1    | 4,1   | 0,43  | 0,05  | 2,78  | 13,28  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,4    | 0,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ  |        | 150   | 0,77  | 0,05  | 18,45 | 77,85  |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)                    | 15     | 15    | 0,76  | 0,05  | 7,42  | 33,76  |
| САХАР ПЕСОК   | 7      | 7     | 0,00  | 0,00  | 6,78  | 27,09  |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                      | 5,6    | 5,6   | 0,01  | 0,00  | 4,25  | 17,00  |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА  | 0,15   | 0,15  | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 165    | 165   | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |        | 25    | 1,55  | 0,72  | 12,77 | 65,11  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25     | 25    | 1,88  | 0,73  | 12,85 | 65,50  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |        | 15    | 0,69  | 0,13  | 6,36  | 30,59  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15     | 15    | 0,99  | 0,13  | 6,36  | 30,59  |
|   |        |       | 12,25 | 12,32 | 56,92 | 481,21 |

### Полдник

|   |           |         |      |      |       |        |
|---|-----------|---------|------|------|-------|--------|
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ  |           | 30      | 0,33 | 0,06 | 1,14  | 7,20   |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ  | 30,31     | 30      | 0,33 | 0,06 | 1,14  | 7,20   |
| БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ   |           | 60      | 6,90 | 7,70 | 6,60  | 114,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 56,872    | 48      | 8,66 | 7,45 | 0,00  | 101,50 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 12        | 12      | 0,87 | 0,34 | 5,98  | 30,50  |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 13        | 13      | 0,37 | 0,32 | 0,60  | 6,81   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 2         | 2       | 0,01 | 1,60 | 0,02  | 14,51  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,2       | 0,2     | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ                               |           | 110     | 3,21 | 6,55 | 19,72 | 111,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                              | 26        | 26      | 2,77 | 0,33 | 17,78 | 85,24  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 1,54      | 1,54    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 184,8     | 184,8   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| МОРКОВЬ   | 13,33     | 10      | 0,13 | 0,01 | 0,67  | 3,40   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 8,378     | 7,04    | 0,10 | 0,01 | 0,56  | 2,80   |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 6,16      | 6,16    | 0,29 | 0,00 | 1,13  | 6,09   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 6,4       | 6,4     | 0,00 | 6,20 | 0,00  | 55,81  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,4       | 0,4     | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   |           | 150/7/4 | 0,13 | 0,00 | 7,08  | 29,50  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                       | 0,45      | 0,45    | 0,09 | 0,00 | 0,18  | 1,09   |
| ЛИМОН   | 6,667     | 4       | 0,04 | 0,00 | 0,12  | 1,32   |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7       | 0,00 | 0,00 | 6,78  | 27,09  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 130       | 130     | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                       |           | 50      | 3,71 | 3,25 | 21,89 | 125,60 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 25        | 25      | 2,62 | 0,32 | 16,96 | 81,00  |
| САХАР ПЕСОК   | 2,7       | 2,7     | 0,00 | 0,00 | 2,61  | 10,45  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 1         | 1       | 0,01 | 0,81 | 0,01  | 7,26   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,035 шт. | 1,409   | 0,17 | 0,16 | 0,01  | 2,14   |
| ДРОЖЖИ  | 0,32      | 0,32    | 0,04 | 0,01 | 0,01  | 0,24   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 10        | 10      | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,4       | 0,4     | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                      | 20        | 20      | 3,49 | 1,75 | 0,58  | 32,79  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 0,8       | 0,8     | 0,09 | 0,01 | 0,54  | 2,59   |

|  |           |       |              |              |               |                 |
|--|-----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ               | 0,8       | 0,8   | 0,00         | 0,64         | 0,01          | 5,80            |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,043 шт. | 1,731 | 0,21         | 0,19         | 0,01          | 2,64            |
| САХАР ПЕСОК                                    | 3,8       | 3,8   | 0,00         | 0,00         | 3,68          | 14,71           |
| ВАНИЛИН  | 0,002     | 0,002 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1         | 1     | 0,11         | 0,01         | 0,68          | 3,24            |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,026 шт. | 1,047 | 0,13         | 0,12         | 0,01          | 1,59            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1         | 1     | 0,00         | 0,97         | 0,00          | 8,72            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |           | 15    | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15    | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |
|  |           |       | <b>14,97</b> | <b>17,69</b> | <b>62,79</b>  | <b>417,89</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |           |       | <b>38,29</b> | <b>42,49</b> | <b>182,94</b> | <b>1 275,42</b> |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

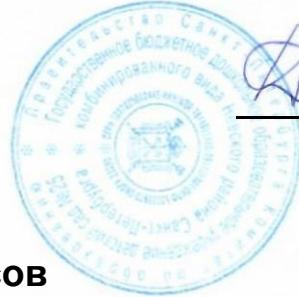
## ДЕНЬ 6

| Наименование блюда  | Выход     |             | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г    | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |             |                   |              |               |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ   |           | 20          | 2,32              | 1,96         | 7,71          | 58,05                         |
| СЫР   | 5,21      | 5           | 1,19              | 1,52         | 0,00          | 18,75                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15          | 1,13              | 0,44         | 7,71          | 39,30                         |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ         |           | 130         | 2,07              | 5,71         | 17,58         | 145,89                        |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"                                 | 18,55     | 18,55       | 2,21              | 1,12         | 11,12         | 63,34                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 65        | 65          | 1,83              | 1,58         | 3,03          | 34,05                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,484     | 0,484       | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5         | 0,00              | 0,00         | 3,39          | 13,55                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 5         | 5           | 0,03              | 4,01         | 0,04          | 36,28                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 44        | 44          | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                |           | 150         | 1,40              | 1,82         | 11,83         | 60,39                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК  | 3         | 3           | 0,30              | 0,00         | 1,56          | 7,45                          |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7           | 0,00              | 0,00         | 6,78          | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 75        | 75          | 2,11              | 1,82         | 3,49          | 39,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 90        | 90          | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| АПЕЛЬСИН  |           | 95          | 0,86              | 0,19         | 7,70          | 40,85                         |
| АПЕЛЬСИН  | 141,79    | 95          | 0,86              | 0,19         | 7,70          | 40,85                         |
|   |           | <b>6,65</b> | <b>9,68</b>       | <b>44,82</b> | <b>305,18</b> |                               |
| <b>II Завтрак</b>   |           |             |                   |              |               |                               |
| ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                  |           | 180         | 5,29              | 9,00         | 23,49         | 162,61                        |
| Йогурт 2,5% жирности фруктовый питьевой                   | 180       | 180         | 5,29              | 9,00         | 23,49         | 162,61                        |
|   |           | <b>5,29</b> | <b>9,00</b>       | <b>23,49</b> | <b>162,61</b> |                               |
| <b>Обед</b>   |           |             |                   |              |               |                               |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ                  |           | 40          | 0,34              | 2,04         | 0,74          | 23,39                         |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ  | 40,4      | 32,4        | 0,26              | 0,03         | 0,55          | 4,21                          |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ   | 7,5       | 6           | 0,08              | 0,01         | 0,19          | 1,20                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2           | 0,00              | 2,00         | 0,00          | 17,98                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ    |           | 150/25/1    | 4,10              | 3,00         | 29,00         | 141,00                        |
| КАРТОФЕЛЬ   | 49,23     | 32          | 0,62              | 0,13         | 5,06          | 23,90                         |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ   | 16,08     | 16          | 3,57              | 0,25         | 7,47          | 46,40                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6           | 0,08              | 0,01         | 0,48          | 2,39                          |
| МОРКОВЬ   | 10        | 7,5         | 0,10              | 0,01         | 0,50          | 2,55                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2           | 0,00              | 1,94         | 0,00          | 17,44                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105       | 105         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 47,62     | 40          | 2,91              | 1,13         | 19,94         | 101,66                        |

|  |           |              |              |              |               |        |
|--|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------|
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,3       | 0,3          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)  | 1,05      | 1            | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,48   |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                  |           | 60           | 8,10         | 6,54         | 6,10          | 132,00 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ   | 77,419    | 72           | 12,50        | 2,58         | 0,00          | 88,70  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 7,14      | 6            | 0,08         | 0,01         | 0,48          | 2,39   |
| МОРКОВЬ  | 12,8      | 9,6          | 0,12         | 0,01         | 0,64          | 3,26   |
| КАРТОФЕЛЬ  | 9,23      | 6            | 0,12         | 0,02         | 0,95          | 4,48   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,3       | 0,3          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 6,6       | 6,6          | 0,03         | 5,29         | 0,05          | 47,89  |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)   | 0,174 шт. | 7,004        | 0,86         | 0,79         | 0,05          | 10,67  |
| РАГУ ОВОЩНОЕ   |           | 110          | 1,55         | 4,54         | 9,93          | 89,90  |
| КАРТОФЕЛЬ  | 54,15     | 35,2         | 0,68         | 0,14         | 5,57          | 26,29  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 5,24      | 4,4          | 0,06         | 0,01         | 0,35          | 1,75   |
| РЕПА   | 18,43     | 13,64        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ   | 24,75     | 19,8         | 0,35         | 0,02         | 0,90          | 5,37   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,2       | 3,2          | 0,02         | 2,56         | 0,03          | 23,22  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,96      | 2,96         | 0,31         | 0,04         | 2,01          | 9,59   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 27,873    | 27,873       | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 13        | 13           | 0,33         | 1,89         | 0,45          | 25,98  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,093     | 0,093        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,183     | 0,183        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ   | 13,976    | 11,88        | 0,12         | 0,01         | 0,50          | 2,65   |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ  |           | 150          | 0,09         | 0,07         | 9,03          | 30,35  |
| ГРУША  | 25        | 22,5         | 0,09         | 0,07         | 2,25          | 10,26  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 129       | 129          | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| САХАР ПЕСОК  | 7         | 7            | 0,00         | 0,00         | 6,78          | 27,09  |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,15      | 0,15         | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 15           | 0,69         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15        | 15           | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  |           | 15           | 1,03         | 0,44         | 7,71          | 39,30  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15           | 1,13         | 0,44         | 7,71          | 39,30  |
|  |           | <b>15,90</b> | <b>16,76</b> | <b>68,87</b> | <b>486,53</b> |        |

### Полдник

|  |        |              |              |               |                 |        |
|--|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------|
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                     |        | 40           | 0,44         | 0,08          | 1,52            | 9,60   |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                   | 40,41  | 40           | 0,44         | 0,08          | 1,52            | 9,60   |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                      |        | 160          | 7,83         | 8,20          | 28,06           | 216,00 |
| КУРИНАЯ ГРУДКА филе                                | 63,59  | 62           | 10,94        | 11,07         | 0,00            | 143,13 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                  | 6      | 6            | 0,03         | 4,80          | 0,05            | 43,53  |
| МОРКОВЬ  | 30,67  | 23           | 0,29         | 0,02          | 1,54            | 7,81   |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                       | 20,24  | 17           | 0,23         | 0,03          | 1,35            | 6,76   |
| КРУПА РИСОВАЯ                                      | 35,354 | 35           | 2,38         | 0,34          | 25,12           | 113,05 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                  | 0,4    | 0,4          | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      |        | 150          | 0,09         | 0,00          | 6,96            | 28,18  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                | 0,45   | 0,45         | 0,09         | 0,00          | 0,18            | 1,09   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                      | 130    | 130          | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00   |
| САХАР ПЕСОК  | 7      | 7            | 0,00         | 0,00          | 6,78            | 27,09  |
| ПРЯНИКИ  |        | 20           | 1,18         | 0,94          | 25,00           | 71,30  |
| ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ                                   | 20     | 20           | 1,18         | 0,94          | 15,00           | 73,20  |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ |        | 100          | 2,80         | 2,50          | 4,51            | 44,52  |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                               | 100    | 100          | 2,80         | 2,50          | 4,51            | 56,51  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                |        | 20           | 0,92         | 0,17          | 8,46            | 40,68  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ     | 20     | 20           | 1,32         | 0,18          | 8,48            | 40,79  |
|  |        | <b>13,26</b> | <b>11,89</b> | <b>74,51</b>  | <b>410,28</b>   |        |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                              |        | <b>41,10</b> | <b>47,33</b> | <b>211,69</b> | <b>1 364,60</b> |        |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

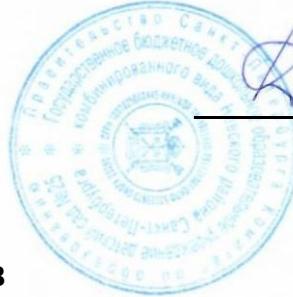
## ДЕНЬ 7

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  |           | 20       | 1,06              | 0,45    | 11,25       | 43,07                         |
| ДЖЕМ  | 5         | 5        | 0,03              | 0,01    | 3,65        | 14,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 15        | 15       | 1,13              | 0,44    | 7,71        | 39,30                         |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                              |           | 130      | 2,07              | 5,72    | 20,29       | 146,02                        |
| КРУПА РИСОВАЯ   | 18,548    | 18,548   | 1,26              | 0,18    | 13,32       | 59,91                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 76,14     | 76,14    | 2,14              | 1,84    | 3,54        | 39,89                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,484     | 0,484    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 0,00    | 3,39        | 13,55                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                                    | 5         | 5        | 0,03              | 4,01    | 0,04        | 36,28                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 32,86     | 32,86    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ  |           | 150      | 1,40              | 1,82    | 11,83       | 60,39                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК  | 3         | 3        | 0,30              | 0,00    | 1,56        | 7,45                          |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7        | 0,00              | 0,00    | 6,78        | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 75        | 75       | 2,11              | 1,82    | 3,49        | 39,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 90        | 90       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ                                    |           | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51        | 44,52                         |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ  | 100       | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51        | 56,51                         |
|   |           | 7,33     | 10,49             | 47,88   | 294,00      |                               |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ  |           | 150      | 0,75              | 0,15    | 15,15       | 64,50                         |
| ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ. СОК И НЕКТАРЫ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРОСТА | 150       | 150      | 0,75              | 0,15    | 15,15       | 64,50                         |
|   |           | 0,75     | 0,15              | 15,15   | 64,50       |                               |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   |           | 40       | 0,32              | 0,04    | 1,00        | 5,59                          |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ  | 40,31     | 39,9     | 0,32              | 0,04    | 1,00        | 5,59                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                            |           | 150/30   | 3,10              | 2,70    | 9,80        | 99,00                         |
| КАРТОФЕЛЬ   | 116,92    | 76       | 1,47              | 0,29    | 12,02       | 56,76                         |
| МОРКОВЬ   | 8         | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 1,5       | 1,5      | 0,07              | 0,00    | 0,28        | 1,48                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                   | 1         | 1        | 0,00              | 0,97    | 0,00        | 8,72                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 105       | 105      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ  | 29,026    | 27,931   | 4,34              | 0,16    | 0,00        | 18,69                         |

|   |           |        |              |              |              |               |
|---|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 8,286     | 8,286  | 0,60         | 0,23         | 4,13         | 21,06         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,077 шт. | 3,099  | 0,38         | 0,35         | 0,02         | 4,72          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 1,028     | 1,028  | 0,01         | 0,82         | 0,01         | 7,46          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 4,5       | 4,5    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ   |           | 50     | 5,80         | 6,30         | 22,42        | 140,29        |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 34,091    | 34,091 | 0,96         | 0,82         | 1,59         | 17,86         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 6,9       | 6,9    | 0,73         | 0,09         | 4,68         | 22,36         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 6,818     | 6,818  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,3       | 0,3    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КУРИНАЯ ГРУДКА филе                                       | 47,982    | 34,545 | 6,10         | 6,17         | 0,00         | 79,75         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,321 шт. | 12,92  | 1,59         | 1,45         | 0,09         | 19,67         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 2,7       | 2,7    | 0,01         | 2,16         | 0,02         | 19,59         |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                    |           | 120    | 1,40         | 3,52         | 13,25        | 103,97        |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ  | 33,6      | 26,04  | 0,25         | 0,03         | 1,12         | 5,81          |
| КАРТОФЕЛЬ   | 53,85     | 35     | 0,68         | 0,14         | 5,54         | 26,14         |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ                                  | 18,463    | 12     | 0,36         | 0,02         | 0,76         | 4,66          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                      | 33,3      | 26,64  | 0,47         | 0,03         | 1,21         | 7,24          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 20,5      | 20,5   | 0,57         | 0,49         | 0,95         | 10,74         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 5,984     | 5,984  | 0,03         | 4,79         | 0,05         | 43,42         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                  | 4,2       | 4,2    | 0,44         | 0,05         | 2,85         | 13,61         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 20,5      | 20,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР ПЕСОК   | 0,41      | 0,41   | 0,00         | 0,00         | 0,40         | 1,59          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,328     | 0,328  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,4       | 0,4    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                    |           | 150    | 0,09         | 0,09         | 9,79         | 40,77         |
| ЯБЛОКИ  | 24,432    | 21,5   | 0,09         | 0,09         | 2,05         | 9,81          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 125       | 125    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| САХАР ПЕСОК   | 8         | 8      | 0,00         | 0,00         | 7,74         | 30,96         |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА  | 0,15      | 0,15   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 25     | 1,26         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 25        | 25     | 1,66         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 15     | 1,03         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15     | 1,13         | 0,44         | 7,71         | 39,30         |
|   |           |        | <b>13,00</b> | <b>13,31</b> | <b>74,57</b> | <b>479,91</b> |

### Полдник

|   |           |         |              |              |               |                 |
|---|-----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ  |           | 30      | 0,37         | 0,03         | 3,41          | 15,69           |
| МОРКОВЬ   | 38,8      | 29,1    | 0,37         | 0,03         | 1,95          | 9,88            |
| САХАР ПЕСОК   | 1,5       | 1,5     | 0,00         | 0,00         | 1,50          | 5,99            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 1         | 1       | 0,00         | 1,00         | 0,00          | 8,99            |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                      |           | 130     | 13,06        | 13,44        | 21,63         | 276,00          |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                      | 123,067   | 121,333 | 21,18        | 10,59        | 3,53          | 198,90          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| КРУПА МАННАЯ  | 8,667     | 8,667   | 0,86         | 0,09         | 5,94          | 27,65           |
| САХАР ПЕСОК   | 9         | 9       | 0,00         | 0,00         | 8,71          | 34,83           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,154 шт. | 6,199   | 0,77         | 0,69         | 0,04          | 9,44            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 3,467     | 3,467   | 0,00         | 3,36         | 0,00          | 30,23           |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                                       | 7,6       | 7,6     | 0,97         | 0,00         | 4,53          | 22,03           |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 9         | 9       | 0,22         | 1,31         | 0,31          | 17,98           |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                           |           | 180     | 2,58         | 4,59         | 8,80          | 99,00           |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 189       | 189     | 5,32         | 4,59         | 8,80          | 99,00           |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   |           | 15      | 1,03         | 0,44         | 7,71          | 39,30           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15      | 1,13         | 0,44         | 7,71          | 39,30           |
|   |           |         | <b>17,04</b> | <b>18,50</b> | <b>41,55</b>  | <b>429,99</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                     |           |         | <b>38,12</b> | <b>42,45</b> | <b>179,15</b> | <b>1 268,40</b> |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 8

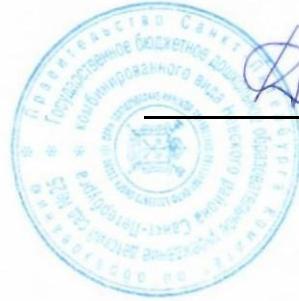
| Наименование блюда                                 | Выход     |             | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г    | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>                                     |           |             |                   |              |               |                               |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ                           |           | 10          | 0,30              | 0,02         | 0,63          | 3,88                          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ                           | 15,385    | 10          | 0,30              | 0,02         | 0,63          | 3,88                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                  |           | 130         | 6,96              | 12,00        | 2,08          | 187,00                        |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)                                 | 1,814 шт. | 73,014      | 8,99              | 8,15         | 0,49          | 111,19                        |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                       | 32,328    | 32,328      | 0,91              | 0,79         | 1,50          | 16,94                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                  | 4,31      | 4,31        | 0,02              | 3,45         | 0,03          | 31,27                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                  | 7         | 7           | 0,04              | 5,61         | 0,06          | 50,79                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                  | 1,078     | 1,078       | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      |           | 150         | 0,09              | 0,00         | 6,96          | 28,18                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                | 0,45      | 0,45        | 0,09              | 0,00         | 0,18          | 1,09                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                      | 130       | 130         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК  | 7         | 7           | 0,00              | 0,00         | 6,78          | 27,09                         |
| ГРУША  |           | 95          | 0,38              | 0,29         | 9,79          | 44,65                         |
| ГРУША  | 105,45    | 95          | 0,38              | 0,29         | 9,79          | 44,65                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   |           | 15          | 0,69              | 0,13         | 6,36          | 30,59                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 15        | 15          | 0,99              | 0,13         | 6,36          | 30,59                         |
|  |           | <b>8,42</b> | <b>12,44</b>      | <b>25,82</b> | <b>294,30</b> |                               |
| <b>II Завтрак</b>                                  |           |             |                   |              |               |                               |
| РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ                             |           | 180         | 3,10              | 4,50         | 8,10          | 72,00                         |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 186,01    | 180         | 5,22              | 4,50         | 7,56          | 97,20                         |
|  |           | <b>3,10</b> | <b>4,50</b>       | <b>8,10</b>  | <b>72,00</b>  |                               |
| <b>Обед</b>  |           |             |                   |              |               |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ        |           | 40          | 0,44              | 2,46         | 1,51          | 30,69                         |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ  | 6         | 4,8         | 0,06              | 0,00         | 0,15          | 0,96                          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                   | 24,25     | 24          | 0,26              | 0,05         | 0,91          | 5,76                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                  | 2,4       | 2,4         | 0,00              | 2,40         | 0,00          | 21,58                         |
| ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ                              | 12,268    | 9,2         | 0,12              | 0,00         | 0,45          | 2,39                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ |           | 150/10/5    | 3,21              | 5,26         | 7,91          | 88,39                         |
| СВЕКЛА   | 28        | 21          | 0,31              | 0,02         | 1,79          | 8,56                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                               | 15        | 12          | 0,21              | 0,01         | 0,54          | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ  | 23,08     | 15          | 0,29              | 0,06         | 2,38          | 11,20                         |
| МОРКОВЬ  | 10        | 7,5         | 0,10              | 0,01         | 0,50          | 2,55                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                       | 7,14      | 6           | 0,08              | 0,01         | 0,48          | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                     | 4,5       | 4,5         | 0,21              | 0,00         | 0,83          | 4,45                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                  | 2         | 2           | 0,00              | 1,94         | 0,00          | 17,44                         |
| САХАР ПЕСОК  | 1,5       | 1,5         | 0,00              | 0,00         | 1,46          | 5,81                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                      | 120       | 120         | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          |

|  |           |        |              |              |              |               |
|--|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ГОВЯДИНА Б/К   | 18,96     | 16     | 2,89         | 2,48         | 0,00         | 33,83         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ   | 5         | 5      | 0,13         | 0,73         | 0,17         | 9,99          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,5       | 0,5    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)  | 1,05      | 1      | 0,04         | 0,00         | 0,08         | 0,48          |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ   |           | 60     | 5,06         | 5,77         | 11,60        | 121,71        |
| ГОВЯДИНА Б/К   | 36,967    | 31,2   | 5,63         | 4,84         | 0,00         | 65,98         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 12        | 12     | 0,87         | 0,34         | 5,98         | 30,50         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 9,36      | 9,36   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 26,53     | 22,284 | 0,30         | 0,04         | 1,78         | 8,87          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 4,8       | 4,8    | 0,00         | 4,66         | 0,00         | 41,86         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)   | 0,137 шт. | 5,514  | 0,68         | 0,61         | 0,04         | 8,40          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)  | 1,26      | 1,2    | 0,04         | 0,00         | 0,09         | 0,57          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ  | 6,36      | 6,36   | 0,81         | 0,00         | 3,79         | 18,43         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 3,6       | 3,6    | 0,00         | 3,49         | 0,00         | 31,39         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,3       | 0,3    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ   |           | 110    | 2,41         | 3,60         | 10,69        | 101,14        |
| КАРТОФЕЛЬ  | 121,54    | 79     | 1,53         | 0,31         | 12,49        | 59,01         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 31,9      | 31,9   | 0,90         | 0,78         | 1,48         | 16,71         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3         | 3      | 0,02         | 2,41         | 0,02         | 21,77         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,5       | 0,5    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 77        | 77     | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ                                    |           | 150    | 0,73         | 0,14         | 18,48        | 72,00         |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ  | 150       | 150    | 0,75         | 0,00         | 19,05        | 82,50         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  |           | 20     | 1,30         | 0,58         | 10,29        | 52,40         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20     | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 15     | 0,69         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15        | 15     | 0,99         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |
|  |           |        | <b>13,84</b> | <b>17,94</b> | <b>66,84</b> | <b>496,92</b> |

### Полдник

|                                   |           |        |       |      |       |        |
|-----------------------------------|-----------|--------|-------|------|-------|--------|
| РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ                  |           | 60     | 5,56  | 4,21 | 0,26  | 90,00  |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                  | 78,977    | 76     | 11,80 | 0,45 | 0,00  | 50,87  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 2,73      | 2,291  | 0,03  | 0,00 | 0,18  | 0,91   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 0,327     | 0,327  | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,909    | 10,909 | 0,05  | 8,73 | 0,09  | 79,15  |
| ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                    |           | 110    | 2,25  | 2,53 | 13,26 | 94,78  |
| КАРТОФЕЛЬ                         | 84,62     | 55     | 1,07  | 0,21 | 8,70  | 41,08  |
| МОРКОВЬ                           | 33,67     | 25,25  | 0,32  | 0,03 | 1,69  | 8,57   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ              | 21,94     | 17,55  | 0,31  | 0,02 | 0,80  | 4,76   |
| БРЮКВА                            | 14,85     | 14,85  | 0,17  | 0,01 | 1,11  | 5,33   |
| РЕПА                              | 20,07     | 14,85  | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 7,7       | 7,7    | 0,21  | 0,18 | 0,36  | 4,04   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,85      | 3,85   | 0,02  | 3,08 | 0,03  | 27,94  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 0,5       | 0,5    | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                    |           | 150/12 | 0,16  | 0,04 | 10,86 | 37,84  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ               | 0,45      | 0,45   | 0,09  | 0,00 | 0,18  | 1,09   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 148,8     | 148,8  | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ВАРЕНЬЕ                           |           | 12     | 12    | 0,05 | 0,04  | 8,63   |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"               |           | 40     | 2,57  | 3,24 | 40,00 | 135,70 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 23        | 23     | 2,41  | 0,29 | 15,60 | 74,52  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 0,85      | 0,85   | 0,09  | 0,01 | 0,57  | 2,75   |
| САХАР ПЕСОК                       | 2,24      | 2,24   | 0,00  | 0,00 | 2,17  | 8,67   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,53      | 0,53   | 0,00  | 0,43 | 0,00  | 3,84   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 0,112 шт. | 4,508  | 0,55  | 0,50 | 0,03  | 6,87   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ      | 4,59      | 4,59   | 0,13  | 0,11 | 0,21  | 2,41   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ              | 7,08      | 7,08   | 1,23  | 0,62 | 0,20  | 11,61  |
| ДРОЖЖИ                            | 0,6       | 0,6    | 0,08  | 0,01 | 0,01  | 0,45   |
| ВАНИЛИН                           | 0,02      | 0,02   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 0,017 шт. | 0,684  | 0,09  | 0,08 | 0,00  | 1,04   |

|  |    |    |              |              |               |                 |
|--|----|----|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1  | 1  | 0,00         | 0,97         | 0,00          | 8,72            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |    | 20 | 1,01         | 0,17         | 8,46          | 40,68           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,32         | 0,18         | 8,48          | 40,79           |
|  |    |    | <b>11,55</b> | <b>10,19</b> | <b>72,84</b>  | <b>399,00</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |    |    | <b>36,91</b> | <b>45,07</b> | <b>173,60</b> | <b>1 262,22</b> |



## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

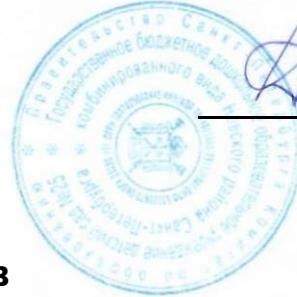
## ДЕНЬ 9

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ   |           | 20       | 2,32              | 1,96    | 7,71        | 58,05                         |
| СЫР   | 5,21      | 5        | 1,19              | 1,52    | 0,00        | 18,75                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15       | 1,13              | 0,44    | 7,71        | 39,30                         |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                    |           | 130      | 2,40              | 6,18    | 22,92       | 141,63                        |
| ПШЕНО   | 24,25     | 24,25    | 2,71              | 0,64    | 16,56       | 82,80                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 63        | 63       | 1,78              | 1,53    | 2,93        | 33,00                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК   | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 0,00    | 3,39        | 13,55                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 5         | 5        | 0,03              | 4,01    | 0,04        | 36,28                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 42        | 42       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ   |           | 150      | 1,95              | 2,56    | 11,29       | 70,59                         |
| КАКАО-ПОРОШОК   | 2,25      | 2,25     | 0,52              | 0,33    | 0,22        | 6,31                          |
| САХАР ПЕСОК   | 8         | 8        | 0,00              | 0,00    | 7,74        | 30,96                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 65        | 65       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ЯБЛОКО  |           | 95       | 0,38              | 0,38    | 9,31        | 39,65                         |
| ЯБЛОКИ  | 108,3     | 95       | 0,38              | 0,38    | 9,31        | 44,65                         |
|   |           |          | 7,05              | 11,08   | 51,23       | 309,92                        |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                      |           | 150      | 3,20              | 3,75    | 5,80        | 67,00                         |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                      | 155,28    | 150      | 4,35              | 3,75    | 6,00        | 79,50                         |
|   |           |          | 3,20              | 3,75    | 5,80        | 67,00                         |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ  |           | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ  | 40,41     | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ    |           | 150/20/5 | 4,50              | 6,05    | 15,99       | 110,10                        |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                      | 15        | 12       | 0,21              | 0,01    | 0,54        | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ   | 56,92     | 37       | 0,72              | 0,15    | 5,85        | 27,64                         |
| МОРКОВЬ   | 8         | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ                                  | 6,924     | 4,5      | 0,14              | 0,01    | 0,28        | 1,75                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2        | 0,00              | 1,94    | 0,00        | 17,44                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 1         | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 112,5     | 112,5    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 37,9      | 31,988   | 5,77              | 4,97    | 0,00        | 67,64                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 5         | 5        | 0,13              | 0,73    | 0,17        | 9,99                          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                               |           | 50       | 2,41              | 3,35    | 4,03        | 57,96                         |

|  |           |         |              |              |              |               |
|--|-----------|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ   | 31,175    | 30      | 4,66         | 0,17         | 0,00         | 20,08         |
| МОРКОВЬ  | 15,15     | 11,364  | 0,15         | 0,01         | 0,76         | 3,86          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 11        | 11      | 0,81         | 0,31         | 5,48         | 27,96         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 3,25      | 2,727   | 0,04         | 0,01         | 0,21         | 1,09          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)   | 0,122 шт. | 4,911   | 0,60         | 0,54         | 0,03         | 7,48          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 3,636     | 3,636   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,364     | 1,364   | 0,01         | 1,10         | 0,01         | 9,89          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,1       | 0,1     | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ   |           | 130     | 2,52         | 3,97         | 20,43        | 117,80        |
| КАРТОФЕЛЬ  | 198,47    | 129,004 | 2,50         | 0,50         | 20,40        | 96,35         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 4,334     | 4,334   | 0,02         | 3,47         | 0,03         | 31,45         |
| КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ  |           | 150     | 0,09         | 0,06         | 25,42        | 99,96         |
| ВАРЕНЬЕ  | 20        | 20      | 0,08         | 0,06         | 14,39        | 55,87         |
| САХАР ПЕСОК  | 7         | 7       | 0,00         | 0,00         | 6,78         | 27,09         |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ   | 5,6       | 5,6     | 0,01         | 0,00         | 4,25         | 17,00         |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,15      | 0,15    | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 143,25    | 143,25  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  |           | 20      | 1,37         | 0,59         | 10,25        | 52,27         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20      | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          |           | 20      | 1,12         | 0,18         | 8,48         | 40,79         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20        | 20      | 1,32         | 0,18         | 8,48         | 40,79         |
|  |           |         | <b>12,45</b> | <b>14,28</b> | <b>86,12</b> | <b>488,48</b> |

### Полдник

|  |           |        |              |              |               |                 |
|--|-----------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                   |           | 20     | 2,46         | 2,23         | 0,14          | 30,46           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,497 шт. | 20,004 | 2,46         | 2,23         | 0,14          | 30,47           |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                |           | 160    | 9,67         | 9,28         | 12,13         | 202,65          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 106,71    | 85,365 | 1,49         | 0,09         | 3,89          | 23,18           |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 74,964    | 63,27  | 11,42        | 9,82         | 0,00          | 133,79          |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 7,247     | 7,153  | 0,49         | 0,07         | 5,13          | 23,11           |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 14,01     | 11,765 | 0,16         | 0,02         | 0,93          | 4,68            |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,482     | 1,482  | 0,01         | 1,18         | 0,01          | 10,76           |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,105 шт. | 4,226  | 0,52         | 0,48         | 0,03          | 6,43            |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 9         | 9      | 0,22         | 1,31         | 0,31          | 17,98           |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 2,368     | 2,368  | 0,25         | 0,03         | 1,61          | 7,67            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 14,116    | 14,116 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 1,8       | 1,8    | 0,09         | 0,00         | 0,33          | 1,78            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,095     | 0,095  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,282     | 0,282  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ                           |           | 150    | 0,18         | 0,04         | 10,40         | 43,80           |
| АПЕЛЬСИН                                       | 32,09     | 21,5   | 0,18         | 0,04         | 1,69          | 8,97            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 125       | 125    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| САХАР ПЕСОК                                    | 9         | 9      | 0,00         | 0,00         | 8,71          | 34,83           |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,15      | 0,15   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                               |           | 45     | 1,87         | 0,81         | 12,95         | 113,00          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 34,65     | 34,65  | 3,63         | 0,44         | 23,49         | 112,26          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,35      | 1,35   | 0,15         | 0,02         | 0,91          | 4,37            |
| ДРОЖЖИ   | 0,7       | 0,7    | 0,09         | 0,01         | 0,01          | 0,52            |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 18        | 18     | 0,50         | 0,44         | 0,83          | 9,43            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,45      | 0,45   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1         | 1      | 0,00         | 0,97         | 0,00          | 8,72            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |           | 20     | 1,12         | 0,18         | 8,48          | 40,79           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20     | 1,32         | 0,18         | 8,48          | 40,79           |
|  |           |        | <b>15,30</b> | <b>12,54</b> | <b>44,10</b>  | <b>430,70</b>   |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |           |        | <b>38,00</b> | <b>41,65</b> | <b>187,25</b> | <b>1 296,10</b> |



# МЕНЮ

## Ясли 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>  |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  |           | 20       | 1,06              | 0,45    | 11,25       | 43,07                         |
| ДЖЕМ  | 5         | 5        | 0,03              | 0,01    | 3,65        | 14,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15        | 15       | 1,13              | 0,44    | 7,71        | 39,30                         |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ                                 |           | 130      | 4,05              | 4,66    | 27,35       | 139,74                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                              | 39,968    | 39,968   | 4,27              | 0,50    | 27,33       | 131,04                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,496     | 0,496    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                          | 2,975     | 2,975    | 0,01              | 2,38    | 0,02        | 21,58                         |
| СЫР РОССИЙСКИЙ  | 12,1      | 11       | 2,47              | 3,15    | 0,00        | 38,84                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ   |           | 150      | 2,14              | 2,17    | 11,51       | 60,34                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                       | 0,45      | 0,45     | 0,09              | 0,00    | 0,18        | 1,09                          |
| САХАР ПЕСОК   | 7         | 7        | 0,00              | 0,00    | 6,78        | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 97,667    | 97,667   | 2,75              | 2,37    | 4,55        | 51,16                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 29        | 29       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МАНДАРИН  |           | 95       | 0,76              | 0,19    | 7,13        | 36,10                         |
| МАНДАРИН  | 129,248   | 95       | 0,76              | 0,19    | 7,13        | 36,10                         |
|   |           |          | 8,01              | 7,47    | 57,24       | 279,25                        |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                  |           | 180      | 5,29              | 9,00    | 23,49       | 162,61                        |
| Йогурт 2,5% жирности фруктовый питьевой                   | 180       | 180      | 5,29              | 9,00    | 23,49       | 162,61                        |
|   |           |          | 5,29              | 9,00    | 23,49       | 162,61                        |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |         |             |                               |
| СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ                              |           | 40       | 2,40              | 4,41    | 3,08        | 60,27                         |
| РЫБА СЕЛЬДЬ СОЛЕННАЯ, СЛАБОЙ СОЛИ, НЕРАЗДЕЛАННАЯ          | 41,6      | 20       | 3,40              | 1,70    | 0,00        | 29,00                         |
| КАРТОФЕЛЬ   | 29,74     | 19,333   | 0,38              | 0,08    | 3,06        | 14,44                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 3,50    | 0,00        | 31,47                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,033     | 0,033    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ        |           | 150/15/5 | 3,90              | 4,60    | 9,51        | 112,06                        |
| МОРКОВЬ   | 8         | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| КАРТОФЕЛЬ   | 80        | 52       | 1,01              | 0,20    | 8,23        | 38,84                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ  | 10,2      | 9        | 0,07              | 0,01    | 0,15        | 1,13                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 114       | 114      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 28,436    | 24       | 4,33              | 3,72    | 0,00        | 50,75                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 5         | 5        | 0,13              | 0,73    | 0,17        | 9,99                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2         | 2        | 0,00              | 1,94    | 0,00        | 17,44                         |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |

|  |         |        |       |       |        |
|--|---------|--------|-------|-------|--------|
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(ПАРОВЫЕ)                         | 50      | 5,78   | 4,10  | 4,35  | 101,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К   | 42,225  | 38     | 6,86  | 5,90  | 0,00   |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 7,5     | 7,5    | 0,54  | 0,21  | 3,74   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 13      | 13     | 0,37  | 0,32  | 0,60   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,45    | 0,45   | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 1,5     | 1,5    | 0,01  | 1,20  | 0,01   |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С<br>СОУСОМ МОЛОЧНЫМ                | 110     | 2,69   | 2,09  | 5,68  | 52,67  |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ  | 163,636 | 85,091 | 2,07  | 0,25  | 3,46   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,073   | 0,073  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1,8     | 1,8    | 0,18  | 0,02  | 1,22   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,24    | 0,24   | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 15      | 15     | 0,43  | 0,37  | 0,70   |
| САХАР ПЕСОК  | 0,3     | 0,3    | 0,00  | 0,00  | 0,29   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 15      | 15     | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 1,8     | 1,8    | 0,01  | 1,45  | 0,01   |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  | 150     | 0,38   | 0,09  | 13,18 | 51,56  |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)                                      | 17      | 17     | 0,38  | 0,09  | 10,85  |
| САХАР ПЕСОК  | 6       | 6      | 0,00  | 0,00  | 5,81   |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,15    | 0,15   | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 153     | 153    | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 25      | 1,26   | 0,22  | 10,60 | 50,99  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 25      | 25     | 1,66  | 0,22  | 10,60  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  | 20      | 1,30   | 0,58  | 10,29 | 52,40  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20      | 20     | 1,50  | 0,58  | 10,28  |
|  |         | 17,71  | 16,09 | 56,69 | 480,95 |

### Полдник

|  |           |        |       |       |        |
|--|-----------|--------|-------|-------|--------|
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                  | 40        | 0,32   | 0,04  | 1,00  | 5,59   |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                               | 40,31     | 39,9   | 0,32  | 0,04  | 1,00   |
| ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                       | 130       | 5,80   | 12,70 | 15,01 | 219,00 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 1,563 шт. | 62,911 | 7,75  | 7,01  | 0,43   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 47,9      | 47,9   | 1,35  | 1,16  | 2,23   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 6,25      | 6,25   | 0,66  | 0,08  | 4,24   |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ                       | 30,769    | 20     | 0,60  | 0,04  | 1,26   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ               | 6,118     | 6,118  | 0,03  | 4,90  | 0,05   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ               | 5         | 5      | 0,03  | 4,01  | 0,04   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,765     | 0,765  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                 | 150/12    | 0,16   | 0,04  | 10,86 | 27,87  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                            | 0,45      | 0,45   | 0,09  | 0,00  | 0,18   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 148,8     | 148,8  | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ВАРЕНЬЕ  | 12        | 12     | 0,05  | 0,04  | 8,63   |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                             | 40        | 1,88   | 1,68  | 20,00 | 112,80 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 28,4      | 28,4   | 2,98  | 0,36  | 19,25  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,2       | 1,2    | 0,13  | 0,02  | 0,81   |
| САХАР ПЕСОК                                    | 4         | 4      | 0,00  | 0,00  | 3,87   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ               | 0,88      | 0,88   | 0,00  | 0,71  | 0,01   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 3,2       | 3,2    | 0,00  | 3,10  | 0,00   |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,021 шт. | 0,845  | 0,11  | 0,10  | 0,01   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4       | 0,4    | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
| ДРОЖЖИ   | 0,6       | 0,6    | 0,08  | 0,01  | 0,01   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1         | 1      | 0,00  | 0,97  | 0,00   |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 12,48     | 12,48  | 0,35  | 0,30  | 0,58   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 20        | 1,12   | 0,18  | 8,48  | 40,79  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20     | 1,32  | 0,18  | 8,48   |
|  |           | 9,28   | 14,64 | 55,35 | 406,05 |

|                |       |       |        |          |
|----------------|-------|-------|--------|----------|
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 40,29 | 47,20 | 192,77 | 1 328,86 |
|----------------|-------|-------|--------|----------|