

Документ подписан электронной подписью
Харченко Анжелика Александровна
Заведующая
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "СВЕТЛОВСКИЙ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ" - ДЕТСКИЙ САД № 2 "СВЕТЛЯЧОК"
009B2C362CC565E5B661585C4D4616B14A
Срок действия с 24.01.2024 до 18.04.2025
УЦ: Казначейство России
Подписано: 20.08.2024 10:37 (UTC)

МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		110	4,6	8,8	18,7	189,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,2	32,2				
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	11				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,7	23,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216				
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6				
БАТОН		50	3,9	1,5	25,1	129,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	50	50				
			13,6	14,8	49,8	403,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100				
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		60	0,8	3,7	5,0	56,1
СВЕКЛА	77,6	58,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (с мясом и сметаной)		180/14/6	5,6	8,0	3,7	113,1
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	44,6	44,6				
МОРКОВЬ	9,5	7,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,3				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,8	1,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5				
ГОВЯДИНА Б/К	27,9	23,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,1	1,1				
МОРКОВЬ	2,1	1,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,2	183,2				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ		80	6,4	3,3	10,9	128,3
ГОВЯДИНА Б/К	76,8	64,8				
МОРКОВЬ	2,1	1,6				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9	1,6				
МОРКОВЬ	10,7	8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,4	26,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
РИС ОТВАРНОЙ		130	1,2	5,4	36,9	174,9
КРУПА РИСОВАЯ	46,8	46,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6				
МОРС ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (витаминизированный)		180	0,2	0,1	9,7	41,9
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,2	22				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,0	21,0	80,1	588,4
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		110/40	2,4	3,4	38,0	155,2
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	50,9	50,9				
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6,7	6,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7				
ВАНИЛИН	0,01	0,01				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,7	2,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,7	2,7				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	5,6	4,9	8,2	104,8
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			9,5	8,9	56,2	311,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,9	1 350,2

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		0,9	6,7	6,0	88,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16	16				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	24	24				
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	160		6,2	3,1	24,5	154,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА РИСОВАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,2	4,2	14,9	118,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	172	172				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			12,3	14,0	45,4	360,9
II Завтрак						
СОК ВИШНЕВЫЙ	180		1,2	0,4	19,9	89,1
СОК ВИШНЕВЫЙ	180	180				
			1,2	0,4	19,9	89,1
Обед						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (с мясом и сметаной)	180/15/5		2,3	6,5	25,0	136,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,2				
КАРТОФЕЛЬ	71,5	53,5				
МОРКОВЬ	9,7	7,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,1				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,1	10,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	29,2	23,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,2				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,2	1,2				
МОРКОВЬ	2,2	1,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191,7	191,7				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
ШНИЦЕЛЬ (говядина, свинина)	80		7,5	7,7	14,2	220,7
ГОВЯДИНА Б/К	35,1	29,6				
СВИНИНА МЯСНАЯ	34,7	29,6				

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	14,4	14,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,2	19,2				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	6,3	5,1	39,6	248,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,1	90,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	9,2	40,5
ЯБЛОКИ	54,5	48				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			19,1	20,0	101,9	719,7
Полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ		60	6,3	10,1	13,6	108,0
КАРТОФЕЛЬ	12,6	9,5				
СВЕКЛА	9	6,8				
МОРКОВЬ	6	4,5				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6,9	6,8				
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	9,5	6,8				
ЛУК ЗЕЛЕНый	8,6	6,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5				
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	31,2	15				
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		5,0	20,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196				
САХАР ПЕСОК	5	5				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			7,9	10,7	28,6	180,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,8	1 350,1

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	160		0,8	7,9	25,6	140,3
КРУПА МАННАЯ	23,6	23,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,7	97,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,8	35,8				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200		5,1	4,3	13,8	115,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	177,4	177,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			9,0	13,4	59,4	359,4
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180		0,5		28,8	118,7
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180				
			0,5		28,8	118,7
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60		0,5	0,1	1,0	7,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	61,2	60				
СУП РЫБНЫЙ (треска)	200		8,5	0,6	10,5	80,7
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,3	41,7				
КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ	58	46,4				
МОРКОВЬ	17,7	14,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,2				
ПШЕНО	4,4	4,3				
УКРОП	2,2	1,7				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,4	3,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	264,9	264,9				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80		10,9	8,8	2,9	150,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	63,7	59,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,7	8,7				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,9	2,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,6	25,6				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	1,1	7,5	37,5	203,1
КАРТОФЕЛЬ	170,8	128				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			3,5	13,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	28	28				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,8	172,8				
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			23,8	17,5	69,3	529,9
Полдник						
ОЛАДЫИ С ДЖЕМОМ		110/40	1,4	9,2	30,2	236,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	78,4	78,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,8	1,8				
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,4	5,4				
ДЖЕМ	40	40				
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207,1	200				
			7,2	14,2	38,2	342,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,7	1 350,0

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ	160		3,3	3,1	31,6	165,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200		4,7	4,0	12,3	105,3
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			11,1	8,3	63,9	373,9
II Завтрак						
ЯБЛОКИ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100				
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60		0,7	3,1	5,7	53,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30				
ЯБЛОКИ	16,8	15				
МОРКОВЬ	12,8	9,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3				
САХАР ПЕСОК	3	3				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (с мясом)	180/13		5,4	5,2	14,0	124,5
КАРТОФЕЛЬ	114,8	80,4				
МОРКОВЬ	9,5	7,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,9	20				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,3	1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,9	0,9				

МОРКОВЬ	1,3	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,6	156,6				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		70	3,3	4,3	13,0	118,2
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	49,4	47,6				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	5,6	5,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7				
МОРКОВЬ	18,7	14				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28	28				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4				
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,7	4,1	27,0	160,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4				
МОРС ИЗ ЯГОД (ягодная смесь)		180	0,2	0,1	9,7	41,9
ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	22,2	22				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,1	17,3	83,3	572,8
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	2,8	11,3	2,7	110,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,58 шт.	104				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	38,7	38,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	13,1	13,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	211,1				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
			11,7	19,0	37,4	356,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,3	45,0	194,4	1 350,2

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		5,1	9,9	8,4	148,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,1	6,1				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17,3	17,3				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	160		6,8	4,7	26,3	139,9
ПШЕНО	9,7	9,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200		0,2		9,0	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	199,2	199,2				
ЛИМОН	10,7	6,4				
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8				
			12,1	14,6	43,7	326,2
II Завтрак						
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180				21,0	83,8
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	180	0			
					21,0	83,8
Обед						
САЛАТ РЫБНЫЙ	60		2,1	5,7	12,8	110,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	22,4	21,6				
КАРТОФЕЛЬ	50	30				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	8,1	8				
МОРКОВЬ	12	9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	8	6				
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (с мясом и сметаной))	180/13/6		3,8	4,3	18,2	100,7
СВЕКЛА	29,7	22,4				
КАРТОФЕЛЬ	59,8	35,8				
МОРКОВЬ	7,8	5,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,7				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4	4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1				

СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	27,9	21,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,9	0,9				
МОРКОВЬ	1,4	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,4	160,4				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ		150	17,1	17,8	25,3	329,4
ГОВЯДИНА Б/К	96	81				
КРУПА РИСОВАЯ	34,4	34				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5				
МОРКОВЬ	10,6	8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (витаминизированный)		180	0,1	0,1	8,1	34,2
ЯБЛОКИ	27,3	24				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2				
САХАР ПЕСОК	6	6				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			25,9	28,4	78,3	648,4
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ		60	2,3	2,0	37,4	227,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,9	25,9				
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2				
ПОВИДЛО	27	27				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2				
КИСЕЛЬ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ		200	0,2	0,1	15,3	64,5
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	24,2	24				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180				
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3				
			2,5	2,1	52,7	291,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,7	1 350,0

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с сахаром)		130	5,0	5,1	38,6	185,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	54,7	54,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,3	81,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7				
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,7	23,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216				
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6				
БАТОН		30	2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			12,4	10,5	59,6	347,4
II Завтрак						
БАНАНЫ		100	1,3	0,5	18,7	85,5
БАНАН	153	91,8				
			1,3	0,5	18,7	85,5
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ		60	1,0	2,6	7,6	57,9
КАРТОФЕЛЬ	57	45,6				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	11,3	9				
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6	4,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (бульон куриный)		200	1,6	4,2	32,0	163,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16,1	16,1				
МОРКОВЬ	10,9	8,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	91	64				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,9	3,6				
МОРКОВЬ	4,4	3,6				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7				
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ		150	7,2	11,4	15,2	192,5

КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	24,7	22,5				
КАРТОФЕЛЬ	72,7	43,6				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	56,2	45				
МОРКОВЬ	12,7	9,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7				
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (ягодная смесь)		200	0,3	0,1	11,6	49,9
ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	25,2	24,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,7	6,7				
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			12,9	18,8	80,3	537,9
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		110/46	2,7	9,9	20,4	217,8
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	104,9	103,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,5	13,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46,4	46,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2				
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7				
ВАНИЛИН	0,003	0,003				
ЙОГУРТ (2,5% ЖИРНОСТИ, БЕЗ ДОБАВОК)		200	9,7	4,9	6,8	109,6
ЙОГУРТ 2,5% Ж. (БЕЗ ДОБАВОК)	200	200				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			13,9	15,4	37,2	379,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,2	195,8	1 350,0

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,3	10,4	12,0	175,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16	16				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	24	24				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ	160		1,9	1,1	18,3	52,1
КРУПА МАННАЯ	23,7	23,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	57,3	57,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,7	7,7				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,2	4,2	14,9	118,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	172	172				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			9,4	15,7	45,2	346,5
II Завтрак						
ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ	100		0,3	0,3	22,2	95,0
ЯБЛОКИ	92,05	81				
САХАР ПЕСОК	15	15				
			0,3	0,3	22,2	95,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60		0,5	3,1	4,6	49,5
МОРКОВЬ	42,5	31,8				
ЯБЛОКИ	29,3	25,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (с мясом курицы и сметаной)	194/6		7,2	1,4	17,6	100,6
КАРТОФЕЛЬ	77,5	58				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,9	3,9				
МОРКОВЬ	10,3	7,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,6	3,9				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,8	11,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	69,6	48,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144,7	144,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2	3				
МОРКОВЬ	3,6	3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				

СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
СУФЛЕ ИЗ КУР		70	3,0	2,8	14,9	120,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	86,7	60,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,29 шт.	11,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8				
СОУС МОЛОЧНЫЙ		40	1,4	2,8	3,9	47,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,7	23,2	146,3
КАРТОФЕЛЬ	200	150				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня + смородина)		180	0,2	0,1	10,2	43,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	12,1	12				
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	12,1	12				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			18,0	15,4	88,3	581,3
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (с зеленым горошком отварным)		100/50	9,7	12,4	11,8	189,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,82 шт.	73,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,3	27,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	76,9	50				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ		180	0,2		8,2	34,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	179,2	179,2				
ЛИМОН	9,7	5,9				
САХАР ПЕСОК	8	8				
БАТОН		40	3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			13,0	13,6	40,0	327,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,7	45,0	195,7	1 350,1

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ СМЕСИ КРУП (пшено+ рис)	160		3,1	3,2	12,0	89,4
КРУПА РИСОВАЯ	4,8	4,8				
ПШЕНО	4,8	4,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200		5,1	4,3	13,8	115,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	177,4	177,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			11,3	8,7	45,8	308,5
II Завтрак						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	180		0,5	0,4	28,5	122,2
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	180	180				
			0,5	0,4	28,5	122,2
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,1	4,9	52,6
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	48,6	48,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6				
САХАР ПЕСОК	3	3				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной)	194/6		2,8	8,1	17,6	126,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	48,8	38,7				
КАРТОФЕЛЬ	31	23,2				
МОРКОВЬ	10,3	7,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		9,1	12,5	49,1	364,4
ГОВЯДИНА Б/К	103,9	87,7				
КАРТОФЕЛЬ	118,4	89				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	11				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3				
КОМПОТ ВИШНЕВЫЙ		180	0,2	0,1	7,0	30,0
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,7	22,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			15,9	24,3	92,5	647,1
Полдник						
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ		60	1,2	4,1	2,3	50,9
КАПУСТА "ПЕКИНСКАЯ"	40,2	31,8				
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	43	25,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4				
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		70	9,8	7,0	10,7	142,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	46,2				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	9,8	9,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,6	9,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6				
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ		180	0,2	0,1	6,1	27,4
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,8	22,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162				
САХАР ПЕСОК	4,6	4,6				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			12,7	11,8	29,1	272,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,2	195,9	1 349,9

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		5,3	10,5	8,7	151,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	17,2	17,2				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	160		3,2	3,1	11,4	86,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200		4,7	4,0	12,3	105,3
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			13,2	17,6	32,4	343,3
II Завтрак						
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180		0,1		0,2	1,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4				
ВАФЛИ	20		0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20				
			0,7	0,7	15,7	72,3
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60		0,8	0,1	13,4	59,1
МОРКОВЬ	60	45				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6,6	6,6				
ЛИМОН	7,2	4,2				
САХАР ПЕСОК	6	6				
СУП РЫБНЫЙ (из горбуши)	200		10,3	3,0	10,5	109,4
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	62,1	41,7				
КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ	58	46,4				
МОРКОВЬ	17,7	14,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,2				
ПШЕНО	4,4	4,3				
УКРОП	2,3	1,7				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,4	3,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	265	265				

СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ		80	3,0	11,7	28,1	199,4
ГОВЯДИНА Б/К	37,1	31,3				
СВИНИНА МЯСНАЯ	20,4	17,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,7				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,5	3,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	11,3	11,3				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,3	17,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,7	8,7				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	0,8	4,3	29,7	158,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
МОРКОВЬ	4	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			3,5	13,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	28	28	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,8	172,8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,7	19,6	99,1	614,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ВИШНЕВЫМ		110/40	0,7	1,3	22,4	132,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	99,7	98,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
КРУПА МАННАЯ	7	7				
САХАР ПЕСОК	7	7				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,2	4,2				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,2	4,2				
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	4,1	4				
САХАР ПЕСОК	4	4				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,2	1,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,1	36,1				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	211,1				
БАТОН		30	2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			8,9	7,3	47,2	320,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,2	194,4	1 350,2

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПКОЙ	160		2,9	3,1	12,2	88,5
КРУПА РИСОВАЯ	9,7	9,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		4,7	3,8	13,4	107,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	154,8	154,8				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
БАТОН	30		2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			14,9	12,3	40,9	334,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	17,6	75,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180				
			0,9	0,2	17,6	75,1
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50		0,4	0,1	0,8	6,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	51	50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (с мясом)	186/14		4,3	5,8	15,5	164,7
КАРТОФЕЛЬ	49,2	36,9				
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,9	14,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4				
МОРКОВЬ	9,8	7,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6				
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	21,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2	1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1	1				
МОРКОВЬ	2	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168,7	168,7				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
РЫБА ОТВАРНАЯ (с соусом молочным)	70		6,2	13,1	13,9	180,8

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	80,8	77,6				
МОРКОВЬ	5,2	3,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,1	2,5				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,8	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	1,06	7,52	31,51	203,05
КАРТОФЕЛЬ	157,2	125,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,3	21,3				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (витаминизированный)		180	0,3	0,1	14,5	60,3
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,1	24,4	79,5	626,1
Полдник						
БЛИНЫ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		100/50	2,3	3,3	48,9	204,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	53,5	53,5				
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,2	84,2				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,7	1,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
ЙОГУРТ (3,2% Ж ,С ФРУКТОВЫМИ ДОБАВКАМИ)		200	5,4	4,9	8,8	109,6
ЙОГУРТ (2,5% С ФРУКТОВЫМИ ДОБАВКАМИ)	200	200				
			7,7	8,2	57,7	314,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,6	45,1	195,7	1 350,0

МЕНЮ-ВЕСНА-ЛЕТО**3-7 лет****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		110	4,6	8,8	18,7	189,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,2	32,2				
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	11				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,4	7,4				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,7	23,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216				
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6				
БАТОН		50	3,9	1,5	25,1	129,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	50	50				
			13,6	14,8	49,8	403,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100				
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ		60	0,6	4,1	7,5	32,3
САЛАТ	25,8	18,6				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,4	21				
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,4	15				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6				
СВЕКОЛЬНИК (с мясом и сметаной)		180/14/6	3,8	4,5	9,8	136,8
СВЕКЛА	58,1	46,5				
МОРКОВЬ	8,9	7,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4				
КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ	38,4	30,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,9	0,9				
ГОВЯДИНА Б/К	28,4	23,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,2	194,2				
МОРКОВЬ	1,5	1,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,6	1,2				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,03	0,03				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,3	6,3				
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ		80	6,4	6,4	10,9	128,3
ГОВЯДИНА Б/К	76,8	64,8				
МОРКОВЬ	2,1	1,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9	1,6				
МОРКОВЬ	10,7	8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,4	26,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
РИС ОТВАРНОЙ		130	3,2	5,4	28,3	174,9
КРУПА РИСОВАЯ	46,8	46,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6				
МОРС ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (витаминизированный)		180	0,2	0,1	9,7	41,9
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,2	22				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,0	21,0	80,1	588,3
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		110/40	2,4	3,4	38,0	155,2
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	50,9	50,9				
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,7				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6,7	6,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7				
ВАНИЛИН	0,01	0,01				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,7	2,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,7	2,7				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	5,6	4,9	8,2	104,8
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			9,5	8,9	56,2	311,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,9	1 350,1

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		0,9	6,7	6,0	88,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16	16				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	24	24				
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	160		6,2	3,1	24,5	154,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА РИСОВАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,2	4,2	14,9	118,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	172	172				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			12,3	14,0	45,4	360,9
II Завтрак						
СОК ВИШНЕВЫЙ	180		1,2	0,4	19,9	89,1
СОК ВИШНЕВЫЙ	180	180				
			1,2	0,4	19,9	89,1
Обед						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (с мясом и сметаной)	180/15/5		2,3	6,5	25,0	136,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,2				
КАРТОФЕЛЬ	71,5	53,5				
МОРКОВЬ	9,7	7,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,1				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,1	10,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	29,2	23,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,2				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,2	1,2				
МОРКОВЬ	2,2	1,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191,7	191,7				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
ШНИЦЕЛЬ (говядина, свинина)	80		7,5	7,7	14,2	220,7
ГОВЯДИНА Б/К	35,1	29,6				
СВИНИНА МЯСНАЯ	34,7	29,6				

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	14,4	14,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,2	19,2				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	6,3	5,1	39,6	248,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,1	90,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	9,2	40,5
ЯБЛОКИ	54,5	48				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			19,1	20,0	101,9	719,7
Полдник						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С СЕЛЬДЬЮ		45/15	6,3	10,1	13,5	108,1
КАРТОФЕЛЬ	15	11,3				
МОРКОВЬ	13,2	9,9				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	7,8	7,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,7				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,7	5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5				
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	31,25	15				
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		5,0	20,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196				
САХАР ПЕСОК	5	5				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			7,9	10,7	28,5	180,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	45,1	195,7	1 350,2

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	160		0,8	7,9	25,6	140,3
КРУПА МАННАЯ	23,6	23,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,7	97,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,8	35,8				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200		5,1	4,3	13,8	115,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	177,4	177,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			9,0	13,4	59,4	359,4
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180		0,5		28,8	118,7
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180				
			0,5		28,8	118,7
Обед						
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	60		0,4	0,1	1,1	6,6
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	61,2	60				
СУП РЫБНЫЙ (треска)	200		8,5	0,6	10,5	80,7
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,3	41,7				
КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ	58	46,4				
МОРКОВЬ	17,7	14,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,2				
ПШЕНО	4,4	4,3				
УКРОП	2,2	1,7				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,4	3,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	264,9	264,9				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80		10,9	8,8	2,9	150,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	63,7	59,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,7	8,7				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,9	2,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150				
КАРТОФЕЛЬ	170,8	128				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			3,5	13,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	28	28				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,8	172,8				
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			23,7	17,5	69,3	529,8
Полдник						
ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ		110/40	1,4	9,2	30,2	236,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	78,4	78,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,8	1,8				
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,4	5,4				
ДЖЕМ	40	40				
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207,1	200				
			7,2	14,2	38,2	342,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,1	195,7	1 349,9

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ	160		3,3	3,1	31,6	165,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200		4,7	4,0	12,3	105,3
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			11,1	8,3	63,9	373,9
II Завтрак						
НЕКТАРИН	100		0,9	0,1	9,2	43,7
НЕКТАРИНЫ	100	100				
			0,9	0,1	9,2	43,7
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60		0,3	3,5	14,5	102,8
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	45,5	43,2				
ЛУК ЗЕЛЕНый	18,2	14,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (с мясом)	180/13		5,4	5,2	14,0	124,5
КАРТОФЕЛЬ	114,8	80,4				
МОРКОВЬ	9,5	7,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	26,9	20				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,3	1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,9	0,9				
МОРКОВЬ	1,3	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,8	156,8				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70		3,3	4,3	6,0	68,2

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	49,4	47,6				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	5,6	5,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7				
МОРКОВЬ	18,7	14				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28	28				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4				
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,7	4,1	27,0	164,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4				
МОРС ИЗ ЯГОД (ягодная смесь)		180	0,2	0,1	9,7	41,9
ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	22,2	22				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			16,7	17,7	85,1	576,0
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	2,8	11,3	2,7	110,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,58 шт.	104				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	38,7	38,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	13,1	13,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	211,1				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
			11,7	19,0	37,4	356,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,1	195,6	1 350,1

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		5,1	9,9	8,4	148,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,1	6,1				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17,3	17,3				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	160		6,8	4,7	26,3	139,9
ПШЕНО	9,7	9,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200		0,2		9,0	37,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	199,2	199,2				
ЛИМОН	10,7	6,4				
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8				
			12,1	14,6	43,7	326,2
II Завтрак						
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180				21,0	83,8
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	180				
					21,0	83,8
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100		2,0	5,6	17,6	110,0
МОРКОВЬ	70,67	53				
ЯБЛОКИ	48,86	43				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5				
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (с мясом и сметаной))	180/13/6		3,8	4,3	13,4	100,7
СВЕКЛА	29,7	22,4				
КАРТОФЕЛЬ	59,8	35,8				
МОРКОВЬ	7,8	5,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,7				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4	4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	27,9	21,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1				

ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,9	0,9				
МОРКОВЬ	1,4	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,4	160,4				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ		150	17,1	17,8	25,3	329,4
ГОВЯДИНА Б/К	96	81				
КРУПА РИСОВАЯ	34,4	34				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5				
МОРКОВЬ	10,6	8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (витаминизированный)		180	0,1	0,1	8,1	34,2
ЯБЛОКИ	27,3	24				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2				
САХАР ПЕСОК	6	6				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			25,8	28,3	78,3	648,4
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ		60	2,3	2,0	37,4	227,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,6	25,6				
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,9	11,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2				
ПОВИДЛО	27	27				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2				
КИСЕЛЬ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ		200	0,2	0,1	15,3	64,5
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	24,2	24				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180				
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3				
			2,5	2,1	52,7	291,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,0	195,7	1 350,0

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с сахаром)	130		6,3	5,1	38,6	185,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	54,7	54,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,3	81,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7				
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9				
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,7	23,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216				
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6				
БАТОН	30		2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			13,7	10,5	59,6	347,4
II Завтрак						
БАНАНЫ	100		1,3	0,5	18,7	85,5
БАНАН	153	91,8				
			1,3	0,5	18,7	85,5
Обед						
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60		0,4	2,1	14,1	96,3
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	63,16	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (бульон куриный)	200		0,9	4,2	25,6	125,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16,1	16,1				
МОРКОВЬ	10,9	8,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	91,4	64,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,2	190,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,9	3,6				
МОРКОВЬ	4,4	3,6				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7				
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150		7,2	11,4	15,2	192,5
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	24,7	22,5				
КАРТОФЕЛЬ	72,7	43,6				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	56,2	45				

МОРКОВЬ	12,7	9,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7				
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД (ягодная смесь)		200	0,3	0,1	11,6	49,9
ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	25,2	24,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,7	6,7				
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			11,6	18,3	80,4	537,8
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		110/46	2,7	9,9	20,4	217,8
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	104,9	103,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,5	13,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	46,4	46,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2				
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7				
ВАНИЛИН	0,003	0,003				
ЙОГУРТ (2,5% ЖИРНОСТИ, БЕЗ ДОБАВОК)		200	9,7	4,9	6,8	109,6
ЙОГУРТ 2,5% Ж .(БЕЗ ДОБАВОК)	200	200				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			13,9	15,4	37,2	379,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	44,7	195,9	1 349,9

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,3	10,4	12,0	175,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	16	16				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	24	24				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ	160		1,9	1,1	18,3	52,1
КРУПА МАННАЯ	23,7	23,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	57,3	57,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,7	7,7				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,2	4,2	14,9	118,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	172	172				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			9,4	15,7	45,2	346,5
II Завтрак						
ГРУШИ	100		0,4	0,3	10,0	45,6
ГРУША	100	100				
			0,4	0,3	10,0	45,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60		5,3	1,2	31,0	145,1
СВЕКЛА	77,6	58,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (с мясом курицы и сметаной)	194/6		2,2	3,4	13,4	110,6
КАРТОФЕЛЬ	77,5	58				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,9	3,9				
МОРКОВЬ	10,3	7,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,6	3,9				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,8	11,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	49,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,5	145,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2	3				
МОРКОВЬ	3,6	3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
СУФЛЕ ИЗ КУР		70	3,0	2,8	4,9	63,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	86,7	60,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,29 шт.	11,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,2	16,2				
СОУС МОЛОЧНЫЙ		40	1,4	2,8	3,9	47,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,7	23,2	146,3
КАРТОФЕЛЬ	200	150				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня + смородина)		180	0,2	0,1	10,2	43,7
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	12,1	12				
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	12,1	12				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,8	15,5	100,5	629,9
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (с зеленым горошком отварным)		100/50	9,7	12,4	11,8	189,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,82 шт.	73,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27,3	27,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	76,9	50				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ		180	0,2		8,2	34,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	179,2	179,2				
ЛИМОН	9,7	5,9				
САХАР ПЕСОК	8	8				
БАТОН		40	3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			13,0	13,6	40,0	327,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,6	45,1	195,7	1 349,3

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ СМЕСИ КРУП (пшено+ рис)	160		3,1	3,2	12,0	89,4
КРУПА РИСОВАЯ	4,8	4,8				
ПШЕНО	4,8	4,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200		5,1	4,3	13,8	115,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	177,4	177,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4				
БАТОН	40		3,1	1,2	20,0	103,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	40	40				
			11,3	8,7	45,8	308,5
II Завтрак						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	180		0,5	0,4	28,5	122,2
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	180	180				
			0,5	0,4	28,5	122,2
Обед						
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	60		1,0	3,1	4,9	52,6
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	61,22	60				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной)	194/6		2,8	8,1	17,6	126,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	48,8	38,7				
КАРТОФЕЛЬ	31	23,2				
МОРКОВЬ	10,3	7,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		9,1	12,5	49,1	364,4
ГОВЯДИНА Б/К	103,9	87,7				
КАРТОФЕЛЬ	118,4	89				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	11				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3				

КОМПОТ ВИШНЕВЫЙ		180	0,2	0,1	7,0	30,0
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,7	22,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			15,9	24,3	92,5	647,1
Полдник						
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ		60	1,2	4,1	2,3	50,9
КАПУСТА "ПЕКИНСКАЯ"	40,2	31,8				
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	43	25,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4				
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		70	9,8	7,0	10,7	142,0
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	46,2				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	9,8	9,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,6	9,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6				
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ		180	0,2	0,1	6,1	27,4
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	22,8	22,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162				
САХАР ПЕСОК	4,6	4,6				
БАТОН		20	1,5	0,6	10,0	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20				
			12,7	11,8	29,1	272,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,2	195,9	1 349,9

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		5,3	10,5	8,7	151,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	17,2	17,2				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	160		3,2	3,1	11,4	86,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	9,7	9,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200		4,7	4,0	12,3	105,3
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60				
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3				
			13,2	17,6	32,4	343,3
II Завтрак						
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180		0,1		0,2	1,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4				
ВАФЛИ	20		0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20				
			0,7	0,7	15,7	72,3
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		0,7	3,7	12,3	59,1
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	29,1	28,8				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,3	21				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
СУП РЫБНЫЙ (из горбуши)	200		10,3	3,0	10,5	109,4
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	62,1	41,7				
КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ	58	46,4				
МОРКОВЬ	17,7	14,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,2				
ПШЕНО	4,4	4,3				
УКРОП	2,3	1,7				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,4	3,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	265	265				

СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ		80	3,0	8,0	28,1	199,4
ГОВЯДИНА Б/К	37,1	31,3				
СВИНИНА МЯСНАЯ	20,4	17,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,7				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,5	3,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	11,3	11,3				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,3	17,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,7	8,7				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	0,8	4,3	29,7	158,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
МОРКОВЬ	4	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			3,5	13,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	28	28				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,8	172,8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			17,6	19,5	98,0	614,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ВИШНЕВЫМ		110/40	0,7	1,3	24,9	132,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	99,7	98,1				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
КРУПА МАННАЯ	7	7				
САХАР ПЕСОК	7	7				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,2	4,2				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,2	4,2				
ВИШНЯ СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	4,1	4				
САХАР ПЕСОК	4	4				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,2	1,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,1	36,1				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	211,1				
БАТОН		30	2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			8,9	7,3	49,7	320,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,4	45,1	195,8	1 350,2

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПКОЙ	160		2,9	3,1	12,2	88,5
КРУПА РИСОВАЯ	9,7	9,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88	88				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		4,7	3,8	13,4	107,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	154,8	154,8				
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8				
БАТОН	30		2,3	0,9	15,0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30				
			14,9	12,3	40,9	334,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,9	0,2	17,6	75,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180				
			0,9	0,2	17,6	75,1
Обед						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ПОМИДОРАМИ	60		0,7	8,0	3,9	115,5
САЛАТ	38,4	27,6				
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	28,42	27				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (с мясом)	186/14		1,3	3,0	22,5	94,5
КАРТОФЕЛЬ	49,2	36,9				
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,9	14,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,4				
МОРКОВЬ	9,8	7,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6				
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	21,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2	1				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1	1				
МОРКОВЬ	2	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168,7	168,7				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
РЫБА ОТВАРНАЯ (с соусом молочным)		70	10,9	8,1	3,9	141,8
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	80,8	77,6				
МОРКОВЬ	5,2	3,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,1	2,5				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	1,8	1,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35	35				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,1	4,8	20,9	139,9
КАРТОФЕЛЬ	157,2	125,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,3	21,3				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (витаминизированный)		180	0,3	0,1	14,5	60,3
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8				
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05				
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		38	2,8	0,5	13,9	74,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	38				
			19,1	24,5	79,6	626,1
Полдник						
БЛИНЫ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		100/50	0,3	3,3	48,9	204,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	53,5	53,5				
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,2	84,2				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,7	1,7				
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
ЙОГУРТ (3,2% Ж ,С ФРУКТОВЫМИ ДОБАВКАМИ)		200	5,4	4,9	8,8	109,6
ЙОГУРТ (2,5% С ФРУКТОВЫМИ ДОБАВКАМИ)	200	200				
			5,7	8,2	57,7	314,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,6	45,2	195,8	1 350,0

