

Удобрения
Завтрак
Для документа

Сад 12.01.01

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ СО СГУЩЕННОЙ 120	КАША "ДРУЖБА" 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 110	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ 200	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 120/25	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250
БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 48	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 48	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 48	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 55/10/5	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 48	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
КАКАО С МОЛОКОМ 180	КИСЕЛЬ 200	Сыр ГОЛЛАНДСКИЙ (ПОРЦИЯМИ) 10	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 48	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	КАКАО С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КИСЕЛЬ 200	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ 55
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	Чай с МОЛОКОМ 180		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННОЙ 180				КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
ЯБЛОКО 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 100	БАНАН 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН 100	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	ГРУША 100	БАНАН 100
Обед									
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 60	САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ" 50	САЛАТ ИЗ ЛУКА "ЧИПТОЛИНО" 40	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 50	САЛАТ ИЗ РЕПАТОГО ЛУКА "ЧИПТОЛИНО" 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНОМ СО СМЕТАНОЙ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАРТОФЕЛИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ 70	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ 90	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ. МЯСА 80	ПЛОВ С ГОВ. МЯСОМ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШЕМУ 150	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 60	ПЛОВ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С МЯСОМ 150	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) 90	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ 70	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 80
КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 130	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180/10	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180/10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180/10	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" 180/10	Чай с САХАРОМ 185/10
ХЛЕБ РЖАНОЙ 55	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 55		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
Полдник									
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	Кефир 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ПРЯНИКИ 30	ВАФЛИ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	Кефир 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ВАФЛИ 30	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ 75
ПРЯНИКИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ 100	КАКАО С МОЛОКОМ 180	РЯЖЕНКА 200	ВАФЛИ 30	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	РЯЖЕНКА 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
Ужин									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 250	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 70	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 70/50	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С СЫРОМ С ГРЕЧКОЙ 200	КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ 120/30	БЕЛШИЗ ИЗ ГОВ. МЯСА 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200
ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ ОТВАРНОЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	Чай с САХАРОМ ЧЕРНОСЛИВОМ 185/8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	Чай с САХАРОМ 185/8	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	Чай с САХАРОМ 185/8				НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180/8
СОК ФРУКТОВЫЙ 200			НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180						



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		5,28	7,82	24,64	189,93
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,50	0,24	17,12	79,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,75	2,38	4,57	51,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0,03	5,20	0,05	47,16
БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	48		3,09	6,85	20,13	154,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,22	3,43	13,69	103,91
КАКАО-ПОРОШОК	3,6	3,6	0,84	0,52	0,36	10,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			12,59	18,10	58,46	448,41
II Завтрак						
МОЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
МОЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60		0,93	0,06	5,46	26,07
СВЕКЛА	85,33	64	0,93	0,06	5,46	26,07
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200		3,04	2,10	17,57	101,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,8	14,8	1,55	0,18	10,04	47,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ АРОМАТИЗОВАННЫЕ	70		10,86	11,99	7,00	179,49
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	72	51,8	9,40	8,09	0,00	110,54

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12,6	12,6	0,93	0,08	6,13	28,94
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,51	0,45	0,84	9,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ		150	2,08	4,85	2,42	62,31
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	196,2	156,9	2,74	0,16	7,15	42,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
СМЕСЬ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180/10	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,64	0,48	23,31	112,18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,64	0,48	23,31	112,18
			20,55	19,48	65,44	520,18
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
ПРЯНИКИ		30	1,77	1,41	22,50	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
			6,83	5,78	30,88	204,08
Ужин						
СЫР НАТУРАЛЬНЫЙ		110	10,60	17,50	2,00	208,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,91	8,98	0,54	122,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		60	1,80	0,12	3,78	23,28
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	92,3	60	1,80	0,12	3,78	23,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,00	0,20	19,80	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			16,45	18,07	45,65	412,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,82	61,83	210,23	1 631,68



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРЯГОЙ СО СГУЩЕНКОЙ	120		25,22	18,94	37,13	424,94
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,2	120	20,95	10,48	3,49	196,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,6	15,6	1,63	0,19	10,57	50,54
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,40	0,36	0,02	4,87
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9,6	9,6	0,49	0,03	4,75	21,60
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	25	25	1,75	2,07	13,46	79,54
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	48		3,09	6,85	20,13	154,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КИСЕЛЬ	200		0,00	0,00	21,43	85,74
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,31	25,79	78,69	665,25
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,00	0,20	19,80	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			1,00	0,20	19,80	86,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50		0,46	2,49	1,37	30,57
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44,5	44,5	0,35	0,04	0,74	5,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,4	7,9	0,11	0,02	0,63	3,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНОМ СО СМЕТАНОЙ	200		7,81	9,35	15,86	182,70
СВЕКЛА	44,8	33,6	0,49	0,03	2,87	13,69
КАРТОФЕЛЬ	116,67	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
СМЕТАННАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,12	0,00	0,45	2,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99

ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,41	4,66	0,00	63,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ		90	13,99	4,68	6,89	125,95
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	150,8	75,3	11,61	0,66	0,00	52,59
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	12,3	12,3	0,91	0,08	5,98	28,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
ВЯЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,7	0,95	0,86	0,05	11,73
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
АША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	3,12	3,99	32,67	178,53
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,8	59,8	7,30	1,91	33,13	178,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,7	99,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			28,69	20,95	87,67	658,43

Полдник

КЕФИР		200	6,00	0,20	8,00	62,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,25	3,14	30,32	187,10

Ужин

РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ		250	5,11	15,07	26,64	264,96
КАРТОФЕЛЬ	128,17	76,9	1,49	0,30	12,15	57,43
МОРКОВЬ	51,33	38,5	0,49	0,04	2,58	13,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,1	38,5	0,52	0,08	3,07	15,32
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	48,1	38,5	0,67	0,04	1,76	10,46
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	61,5	48,1	0,84	0,05	2,19	13,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,9	5,9	0,62	0,08	4,00	19,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,3	57,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,49	2,82	0,66	38,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,6	9,6	0,05	7,68	0,08	69,66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ		185/8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			8,16	15,32	54,45	390,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,41	65,40	270,93	1 987,43



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	180		7,30	8,48	29,54	224,31
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,85	1,81	0,48	8,23	44,37
ПШЕНО	15	14,85	1,66	0,39	10,14	50,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,80	3,28	6,29	70,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0,03	4,33	0,04	39,18
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,46	0,46	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	10		2,30	2,95	0,00	36,38
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10,42	10	2,30	2,95	0,00	36,38
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,68	2,91	12,96	93,53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,33	14,59	62,57	448,95
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			0,90	0,20	8,10	43,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60		2,78	5,62	4,15	78,70
СВЕКЛА	64,8	48,6	0,71	0,05	4,15	19,80
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	9,38	9	2,07	2,66	0,00	32,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		5,73	4,42	15,94	130,47
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	8	7,92	0,72	0,09	5,14	24,20
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,32	1,59
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,10	0,01	0,19	1,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
ОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ МЯСА	80		11,75	13,94	7,01	200,13
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65,8	59,2	10,68	9,19	0,00	125,19

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,07	0,09	7,01	33,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ		130	14,46	5,49	30,23	228,28
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	65	64,7	14,43	1,01	30,19	187,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0,03	4,48	0,04	40,63
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			38,03	29,91	88,21	778,26
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ		100	6,14	7,07	35,27	229,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	4,24	0,51	27,46	131,21
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,15	0,02	0,03	0,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	67,5	54	0,94	0,05	2,46	14,67
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,5	0,55	0,50	0,03	6,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,35	0,35	0,00	0,34	0,00	3,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
			11,20	11,44	43,65	324,27
Ужин						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		200	6,58	9,68	24,40	210,43
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,87	2,47	4,74	53,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0,03	5,20	0,05	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
СОК ФРУКТОВЫЙ		200	1,00	0,20	19,80	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
			10,63	10,13	64,27	391,16
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			77,09	66,27	266,80	1 985,64



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110		19,14	12,80	11,35	242,91
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	104,1	102,7	17,94	8,96	2,99	168,35
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,73	0,07	5,00	23,30
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,41
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0,00	2,81	0,00	25,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,4	4,4	0,11	0,64	0,15	8,79
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50		0,95	2,44	6,57	52,20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25	0,01	1,80	0,02	16,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25	0,23	0,03	1,52	7,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	48		3,09	6,85	20,13	154,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		4,26	3,64	15,19	111,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,44	25,73	53,24	561,25
II Завтрак						
БАНАН	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,86	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ"	50		2,89	6,78	2,40	83,02
МОРКОВЬ	30	22,5	0,28	0,02	1,50	7,64
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6	5,8	1,33	1,71	0,00	21,10
ЯБЛОКИ	10	8,8	0,04	0,04	0,83	4,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1	1,24	1,13	0,07	15,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200		6,27	3,54	18,41	130,76
КАРТОФЕЛЬ	121,5	72,9	1,42	0,28	11,52	54,45
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10	9,9	1,21	0,32	5,48	29,58

МОРКОВЬ	12,8	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	9,6	0,13	0,02	0,77	3,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ С ГОВ. МЯСОМ		150	11,70	12,81	28,73	277,05
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	48,75	8,80	7,57	0,00	103,09
КРУПА РИСОВАЯ	38,2	37,8	2,57	0,37	27,13	122,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,15	0,00	0,59	3,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,14	0,14	13,10	55,11
ЯБЛОКИ	40,5	36	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			24,31	23,71	83,84	647,92
Полдник						
ПРЯНИКИ		30	1,77	1,41	22,50	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,90	4,89	16,48	135,33
КАКАО-ПОРОШОК	3,6	3,6	0,84	0,52	0,36	10,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			7,67	6,30	38,98	245,13
Ужин						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ		70	13,68	4,85	0,40	100,30
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	176,4	88,2	13,60	0,77	0,00	61,60
МОРКОВЬ	3,73	2,8	0,04	0,00	0,18	0,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	2,8	0,04	0,01	0,22	1,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0,00	4,07	0,00	36,63
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		130	5,41	5,93	11,96	122,72
СВЕКЛА	145,6	109,2	1,59	0,11	9,32	44,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,2	26	0,35	0,05	2,07	10,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0,00	5,03	0,00	45,35
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,8	19,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,8	6,8	0,17	0,99	0,23	13,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,91	4,44	0,27	60,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,99 шт.	39,85	4,91	4,44	0,27	60,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		180	0,17	0,06	12,20	50,83
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	8	8	0,17	0,06	4,46	19,87
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,46	15,47	39,88	405,58
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			87,38	71,71	236,94	1 955,88

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		180	7,57	9,07	30,70	235,60
ПШЕНО	30	29,7	3,32	0,78	20,28	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	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 НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		55	5,36	7,30	20,11	168,13
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10	9,6	2,28	2,92	0,00	36,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1-ГО СОРТА	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	3,68	2,91	12,96	93,53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,61	19,28	63,77	497,26
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА "ЧИПОЛЛИНО"		40	0,48	4,04	1,16	43,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	43,3	36,4	0,51	0,07	2,98	14,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	4,00	0,00	35,96
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200	6,15	7,67	16,57	164,16
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,4	40	0,70	0,04	1,82	10,86
КАРТОФЕЛЬ	140	84	1,63	0,33	13,28	62,74
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	11,32	9,99	19,75	214,26
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	48,75	8,80	7,57	0,00	103,09

КАРТОФЕЛЬ	195,83	117,5	2,28	0,46	18,58	87,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,59	0,24	18,11	88,29
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			21,85	22,38	76,79	611,89

Полдник

ВАФЛИ		30	0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
РЯЖЕНКА		200	6,00	2,00	8,40	80,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,80	5,00	8,40	108,00
			6,84	2,99	31,59	186,20

Ужин

ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		70/50	17,17	21,12	3,84	274,73
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	125	90	16,33	14,06	0,00	192,06
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,40	2,27	0,53	31,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,47	4,65	34,92	203,49
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,44	0,64	34,88	167,21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,53	0,12	10,04	47,36
ЧАЙ С САХАРОМ		185/8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			24,17	25,89	56,54	556,54
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,87	70,94	238,49	1 898,89



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200		5,77	8,69	31,28	227,27
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	131,9	131,9	3,72	3,20	6,14	69,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0,03	5,20	0,05	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		0,04	6,60	0,06	59,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННОЙ	180		2,40	2,47	17,71	102,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,10	2,47	16,15	95,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,26	18,01	69,12	484,74
II Завтрак						
БАНАН	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,86	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60		0,88	4,11	4,73	59,93
КАРТОФЕЛЬ	25	16	0,29	0,06	2,38	11,20
МОРКОВЬ	17,6	13,2	0,17	0,01	0,91	4,62
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,6	10,2	0,08	0,01	0,17	1,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,2	0,14	0,02	0,84	4,18
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10,2	6,6	0,20	0,01	0,43	2,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	4,00	0,00	35,96
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200		3,74	0,96	23,20	116,46
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,51	0,18	9,77	46,66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	123,17	73,9	1,44	0,29	11,69	55,19
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		60	15,71	13,49	0,19	185,33
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	120	86,4	15,68	13,49	0,00	184,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,53	4,21	10,58	96,45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172	3,01	0,16	7,84	46,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МОРКОВЬ	4	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,16	0,00	0,66	3,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ		180	0,09	0,09	11,82	48,96
ЯБЛОКИ	25,6	22,5	0,09	0,09	2,14	10,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,64	0,48	23,31	112,18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	55	55	3,64	0,48	23,31	112,18
			27,59	23,34	73,83	619,31
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
ВАФЛИ		30	0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
			5,90	5,36	31,57	200,48
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С СЫРОМ С ГРЕЧКОЙ		200	13,98	15,93	18,14	272,41
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	141,2	70,6	10,89	0,62	0,00	49,31
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,37	0,05	2,38	11,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6	0,58	0,07	3,79	18,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,9	51,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	17,8	17,8	0,45	2,59	0,60	35,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	3,1	2,9	0,67	0,85	0,00	10,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,1	7,1	0,00	6,88	0,00	61,92
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20,9	20,9	2,55	0,67	11,57	62,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,7	34,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
ГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,32	0,04	0,68	5,20
ГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
ЧАЙ С САХАРОМ		185/8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			17,35	16,22	46,63	403,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,60	63,43	242,15	1 803,83



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		180	7,62	8,73	30,66	232,43
КАША ЯЧНЕВАЯ	35	34,65	3,37	0,44	21,98	105,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		48	3,09	6,85	20,13	154,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,69	3,93	12,98	107,40
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,40	19,51	63,77	494,40
II Завтрак						
СЫРСИН		100	0,90	0,20	8,10	43,00
СЫРСИН	142,86	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			0,90	0,20	8,10	43,00
Обед						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		50	0,66	1,70	3,48	32,47
МОРКОВЬ	69,33	52	0,66	0,05	3,48	17,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ		200	7,95	3,35	14,96	121,83
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛЬОН ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С МЯСНОМ		150	12,20	12,80	23,67	258,85
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65	48,75	8,80	7,57	0,00	103,09
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	34,34	34	3,07	0,36	22,07	103,89

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,15	0,00	0,59	3,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180/10		0,33	0,14	14,37	66,25
ШИПОВНИК СУХОЙ	10	10	0,33	0,14	4,69	27,55
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			24,45	18,43	77,68	581,38
Полдник						
КЕФИР	200		6,00	0,20	8,00	62,00
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ВАФЛИ	30		0,84	0,99	23,19	106,20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
			6,84	1,19	31,19	168,20
Ужин						
КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С СЛИВОМ	120/30		18,52	16,49	56,55	451,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
КОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80	13,97	6,98	2,33	131,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,14	0,38	20,34	97,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,29
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		6,10	5,30	10,10	113,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,91	5,09	9,78	110,00
			24,62	21,79	66,65	564,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,21	61,12	247,39	1 851,53



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200		6,50	8,97	24,91	207,01
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,85	1,81	0,48	8,23	44,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,3	68,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,87	2,47	4,74	53,38
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4	0,03	5,12	0,05	46,43
БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	55/10/5		5,36	7,30	20,11	168,13
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10	9,6	2,28	2,92	0,00	36,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
			16,92	20,64	53,40	469,42
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА "ПОЛЛИНО"	40		0,51	4,07	2,98	50,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45,5	36,4	0,51	0,07	2,98	14,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	4,00	0,00	35,96
БОРЩ С КАПУСТОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		8,23	6,17	17,18	161,40
СВЕКЛА	42,67	32	0,47	0,03	2,74	13,04
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,28	0,02	0,73	4,35
КАРТОФЕЛЬ	116,17	69,7	1,35	0,27	11,02	52,06
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,28	0,00	1,11	5,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
КОРЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	40	30	5,41	4,66	0,00	63,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	90		14,73	11,65	3,02	176,33
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	90,6	80,2	12,37	0,70	0,00	56,01

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,2	13,2	0,37	0,32	0,61	6,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,34	0,04	2,17	10,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,2	13,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,33 шт.	13,2	1,63	1,47	0,09	20,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	8,2	0,04	6,57	0,07	59,50
МУКА ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		130	1,91	3,81	22,09	129,94
МАСЛО	31,2	31,2	3,48	0,82	21,30	106,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,7	105,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С"		180/10	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			28,69	26,14	76,15	659,23

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,63	4,85	9,31	104,76
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,63	4,85	9,31	104,76
МАСЛО		30	2,25	2,94	22,32	125,10
МАСЛО КИПЯЧЕНОЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			7,88	7,79	31,63	229,86

Ужин

БЕЛЯШИ ИЗ ГОВ. МЯСА		180	20,04	15,97	60,86	467,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	72	72	7,55	0,91	48,82	233,27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36	36	1,01	0,87	1,68	18,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,2	1,01	0,91	0,06	12,48
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	72	54	9,74	8,38	0,00	114,19
КРУПА РИСОВАЯ	8,4	8,3	0,56	0,08	5,96	26,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,1	0,14	0,02	0,81	4,02
ЧАЙ С САХАРОМ, ЧЕРНОСЛИВОМ		185/8	0,22	0,07	13,32	55,79
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	10	10	0,22	0,07	5,58	24,83
			20,26	16,04	74,18	522,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,15	71,01	245,16	1 928,39



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25		19,35	14,73	28,23	331,29
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	86,9	86,9	15,17	7,59	2,53	142,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,4	11,4	0,29	1,66	0,39	22,78
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,7	0,70	0,64	0,04	8,68
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,1	9,1	0,95	0,12	6,17	29,48
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1	0,49	0,42	0,80	8,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	25	25	1,75	2,07	13,46	79,54
БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	48		3,09	6,85	20,13	154,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КИСЕЛЬ	200		0,00	0,00	21,43	85,74
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,44	21,58	69,79	571,60
II Завтрак						
Чай	100		0,40	0,30	10,30	47,00
Сыр	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,30	10,30	47,00
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60		1,10	6,13	5,60	82,32
КАРТОФЕЛЬ	28,5	17,1	0,33	0,07	2,71	12,77
СВЕКЛА	12	9	0,14	0,01	0,77	3,67
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,4	9	0,07	0,01	0,15	1,17
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	9	9	0,16	0,01	0,42	2,52
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,3	9	0,13	0,02	0,74	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,19	0,01	0,41	2,52
СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200		6,63	4,78	16,01	133,72
Сырадына 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65
Картофель	150	90	1,75	0,35	14,23	67,22

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,4	0,18	0,03	1,07	5,33
МОРКОВЬ	12,8	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,24 шт.	9,7	1,19	1,09	0,07	14,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0,00	0,39	0,00	3,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ		70	11,27	12,79	6,82	188,43
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	80	60	10,83	9,31	0,00	126,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,11	0,00	0,41	2,17
ОЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	10,5	10,5	0,23	0,07	5,86	26,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,10	5,40	20,30	141,00
КАРТОФЕЛЬ	213,33	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"		180/10	0,70	0,04	16,56	69,98
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	13,9	13,9	0,70	0,04	6,88	31,28
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			26,11	29,58	86,49	717,43
Полдник						
БАФЛИ		30	0,84	0,99	23,19	106,20
БАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,84	0,99	23,19	106,20
РЯЖЕНКА		200	6,00	2,00	8,40	80,00
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	200	5,80	5,00	8,40	108,00
			6,84	2,99	31,59	186,20
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	5,83	7,17	25,66	190,85
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	29,7	3,32	0,38	19,56	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,3	88,3	2,48	2,14	4,11	46,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ		185/8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			8,88	7,42	53,47	316,54
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,67	61,87	251,64	1 838,77



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250		5,70	4,90	21,70	155,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,52	3,04	5,82	65,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,13	0,25	13,68	65,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		4,91	4,44	0,27	60,68
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,99 шт.	39,85	4,91	4,44	0,27	60,68
БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ	55		5,36	7,30	20,11	168,13
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10	9,6	2,28	2,92	0,00	36,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		4,52	3,64	14,35	109,24
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,49	20,28	56,43	493,05
II Завтрак						
БАНАН	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,86	100	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
САЛАТ СВЕКОЛЬНАЯ	50		0,92	3,94	4,94	59,18
СВЕКЛА	50	37,6	0,54	0,04	3,20	15,28
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	9	0,13	0,02	0,72	3,58
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,25	0,00	1,02	5,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		5,97	6,04	15,23	143,13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,28	0,02	0,73	4,35
КАРТОФЕЛЬ	129,17	77,5	1,50	0,30	12,25	57,89
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	19,2	12,48	0,38	0,02	0,79	4,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	25	18,75	3,39	2,91	0,00	39,65

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,20	1,16	0,27	15,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		80	11,77	11,84	7,04	181,49
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	65,78	59,2	10,68	9,19	0,00	125,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,07	0,09	7,01	33,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,6	17,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	4,73	3,99	30,26	176,12
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,71	0,55	30,23	144,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		185/10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			26,70	26,25	88,35	700,60
Полдник						
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ		75	5,04	9,43	36,87	252,46
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,6	9,6	0,05	7,68	0,08	69,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,10	0,09	0,01	1,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,55	7,55	0,21	0,18	0,35	3,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,75	0,75	0,00	0,73	0,00	6,54
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,06	4,37	8,38	94,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	8,38	94,28
			10,10	13,80	45,25	346,74
Ужин						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		200	18,53	20,33	25,77	360,95
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	115,9	83,4	15,13	13,03	0,00	177,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
КАРТОФЕЛЬ	209	125,4	2,43	0,49	19,83	93,66
МОРКОВЬ	15,2	11,4	0,15	0,01	0,77	3,87
КАРТОФЕЛЬ	19	11,4	0,22	0,05	1,80	8,52
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,16	0,00	0,63	3,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,1	14,9	0,20	0,03	1,18	5,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0,00	4,46	0,00	40,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,03	1,56	7,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180/8	0,59	0,24	16,17	80,55
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,59	0,24	8,43	49,59
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,17	20,82	62,01	536,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,96	81,65	273,04	2 172,62