



Утверждаю
заведующий
С.Н. Романова

МЕНЮ
САД 10,5
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200		5,73	5,07	18,04	141,14
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,50	0,15	10,27	47,87
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0,00	0,00	0,78	3,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,57	3,86	14,87	113,74
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,21	15,60	47,82	394,33
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		0,56	2,19	2,08	30,94
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	32,4	27,6	0,30	0,06	1,05	6,62
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,4	21	0,17	0,02	0,53	2,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,1	0,09	0,01	0,50	2,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,10	0,00	18,88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,67	5,22	15,46	131,84
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8,08	8	0,98	0,25	4,43	23,90
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	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,25	2,79	0,00	38,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,83	2,38	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,17	2,38	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80		15,47	7,90	4,50	150,69
РЫБА НАВАГА ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	101,03	67,69	13,46	4,27	0,00	91,93
МОРКОВЬ	21,33	16	0,20	0,02	1,07	5,43
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	6	6	0,47	0,06	2,86	13,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150		3,29	4,93	32,82	189,03
КРУПА РИСОВАЯ	43,5	43	2,92	0,42	30,87	138,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,59	5,59	0,03	4,47	0,04	40,56
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,23	13,64	0,18	0,03	1,09	5,42
МОРКОВЬ	16,36	12,27	0,16	0,01	0,82	4,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,55	1,55	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			30,18	20,92	108,62	743,86
Полдник						
ПИРОГ ТЁРТЫЙ С ТВОРОГОМ	130		17,26	16,30	48,42	414,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,32	44,32	4,65	0,56	30,05	143,59
САХАР ПЕСОК	10,34	10,34	0,00	0,00	10,01	40,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,18	0,64	0,58	0,04	7,89
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	10,34	10,34	0,03	8,23	0,10	74,53
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,86	25,86	0,73	0,63	1,20	13,54
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,18	5,18	0,13	0,76	0,17	10,35
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	63,46	63,46	11,08	5,54	1,84	104,03
САХАР ПЕСОК	5,18	5,18	0,00	0,00	5,01	20,05
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180		0,09	0,00	5,99	24,31
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,35	16,30	54,41	438,31
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,05	53,13	208,45	1 512,97



Утверждаю

Заведующий

С.Н. Романова

МЕНЮ**САД 10,5****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200		5,41	5,19	17,61	139,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15,15	15	1,46	0,19	9,52	45,54
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50		5,91	8,86	14,77	163,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,46	15	3,48	4,43	0,00	54,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	12,13	79,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
			13,95	16,23	44,51	382,27
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,90	2,10	5,45	44,80
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,1	47,3	0,82	0,05	2,15	12,84
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,8	5,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,04	0,00	18,31
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200		11,18	9,95	15,45	196,32
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,08	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,53	5,63	0,00	76,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,83	2,38	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,17	2,38	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		15,20	15,50	19,43	278,24

ГОВЯДИНА Б/К	77,78	70	12,63	10,86	0,00	148,02
КАРТОФЕЛЬ	177,78	106,67	2,07	0,42	16,87	79,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,33	0,18	0,03	1,06	5,31
МОРКОВЬ	20	15	0,19	0,02	1,01	5,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0,00	4,17	0,00	37,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,67	2,67	0,13	0,00	0,49	2,64
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180		0,00	0,00	8,13	32,51
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			31,74	28,08	87,52	730,66
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70		4,63	8,70	39,17	252,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,67	0,45	23,74	113,39
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,98	29,98	0,84	0,73	1,40	15,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,17	0,64	0,57	0,04	7,88
ДРОЖЖИ	1,5	1,5	0,18	0,03	0,03	1,13
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	3,03	3,03	0,01	2,41	0,03	21,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,52	1,52	0,00	1,47	0,00	13,25
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			5,36	8,85	53,87	315,29
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,36	53,47	193,50	1 464,69



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200		5,74	5,90	17,08	145,25
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,75	2,18	12,33	80,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,25	2,25	0,22	0,00	1,17	5,59
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,92	12,51	44,18	334,65
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,70	0,08	7,37	34,92
ПЕРСИКИ	100	80	0,70	0,08	7,37	34,92
			0,70	0,08	7,37	34,92
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,49	8,37
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	64,28	59,78	0,48	0,06	1,49	8,37
СУП РИСОВЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		9,02	6,71	12,06	144,64
КАРТОФЕЛЬ	74,63	44,78	0,87	0,17	7,08	33,45
РЫБА НАВАГА ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	49,75	33,33	6,63	2,10	0,00	45,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,11	9,33	0,13	0,02	0,75	3,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,78	0,96	0,86	0,05	11,84
КРУПА РИСОВАЯ	5,56	5,5	0,38	0,06	3,95	17,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,33	2,8	0,04	0,01	0,22	1,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,22	2,22	0,00	2,15	0,00	19,36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,56	155,56	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,67	1,67	0,01	1,34	0,01	12,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80		12,50	12,98	18,17	239,11
ГОВЯДИНА Б/К	63,33	57	10,28	8,85	0,00	120,53
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	14	14	1,16	0,12	13,36	59,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,03	0,00	4,77	23,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28

РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	155		3,27	6,74	16,17	144,50
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	41,25	33	0,57	0,03	1,50	8,96
МОРКОВЬ	40	30	0,38	0,03	2,01	10,19
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	27,69	18	0,54	0,04	1,13	6,98
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,05	16	0,21	0,03	1,27	6,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,9	4,9	0,00	4,75	0,00	42,73
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,38	22,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,36	0,04	2,29	10,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,75	33,75	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180		0,10	0,00	25,18	101,03
ПОВИДЛО	21,6	21,6	0,09	0,00	13,83	55,65
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,3	7,3	0,01	0,00	5,54	22,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,9	171,9	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			29,83	27,02	112,13	816,44
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85		15,12	7,74	13,75	188,67
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	79,33	79,33	13,85	6,93	2,31	130,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,79	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	5,67	5,67	0,56	0,06	3,88	18,09
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	5	0,62	0,56	0,04	7,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,27	2,27	0,00	2,20	0,00	19,80
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,4	3,4	0,44	0,00	2,03	9,86
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,4	3,4	0,09	0,49	0,12	6,79
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180		0,24	0,12	18,00	72,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			15,36	7,86	31,75	260,67
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,81	47,47	195,43	1 446,68



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	200		5,04	5,36	17,08	137,64
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	12	11,88	0,81	0,12	8,53	38,37
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,57	3,86	14,87	113,74
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,04	13,65	46,72	360,18
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60		0,66	0,12	2,29	14,46
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,43	60,25	0,66	0,12	2,29	14,46
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200		8,94	10,01	13,01	178,15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,84	6,84	0,72	0,09	4,64	22,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,69	0,33	0,30	0,02	4,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,67	10,67	0,30	0,26	0,49	5,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	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	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,53	5,63	0,00	76,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,83	2,38	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,17	2,38	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	80		14,47	8,24	4,51	150,05
РЫБА НАВАГА ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	96,72	64,8	12,88	4,08	0,00	88,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	7	7	0,54	0,07	3,34	16,16

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	24	0,68	0,58	1,12	12,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,14	4,03	21,35	134,79
КАРТОФЕЛЬ	213,75	128,25	2,49	0,49	20,27	95,79
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,63	0,54	1,05	11,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,75	3,75	0,02	3,00	0,03	27,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180		0,00	0,00	8,13	32,51
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			31,67	22,93	88,35	688,75
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60		3,96	7,44	33,48	216,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,03	2,03	0,21	0,03	1,38	6,58
САХАР ПЕСОК	1,92	1,92	0,00	0,00	1,86	7,43
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	6	6	0,02	4,77	0,06	43,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,84
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,02	1,02	0,13	0,02	0,02	0,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			4,69	7,59	48,18	278,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,71	52,48	210,85	1 463,97



Утверждаю

заведующий

С.Н. Романова

МЕНЮ**САД 10,5****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		5,66	5,20	19,03	146,49
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,71	0,20	10,94	52,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,75	2,18	12,33	80,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,25	2,25	0,22	0,00	1,17	5,59
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,84	11,81	46,13	335,89
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,9	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60		0,69	2,17	2,00	30,80
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,4	21	0,17	0,02	0,53	2,94
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,35	0,02	0,90	5,38
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,4	15	0,17	0,03	0,57	3,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,10	0,00	18,88
БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ	200		8,86	11,69	12,41	197,26
СВЕКЛА	34,13	25,6	0,37	0,03	2,18	10,43
КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,32	1,59
ЩАВЕЛЬ	36,8	28	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	8	0,99	0,89	0,06	12,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	46,3	33,3	6,04	5,20	0,00	71,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100		11,46	13,99	3,71	186,56
ГОВЯДИНА Б/К	66,67	60	10,83	9,31	0,00	126,88
МОРКОВЬ	22	16,5	0,20	0,02	1,11	5,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,15	0,02	0,87	4,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,33	3,33	0,02	2,67	0,03	24,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,33	33,33	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		7,88	5,75	35,66	225,48
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	65	64,3	7,86	2,06	35,62	192,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83,1	83,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180		0,10	0,00	25,18	101,03
ПОВИДЛО	21,6	21,6	0,09	0,00	13,83	55,65
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,3	7,3	0,01	0,00	5,54	22,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,9	171,9	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			33,45	34,13	118,02	919,92
Полдник						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		4,96	4,49	0,27	61,29
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80		2,87	8,14	6,22	109,33
КАРТОФЕЛЬ	40	24	0,47	0,10	3,79	17,93
МОРКОВЬ	23,47	17,6	0,23	0,02	1,21	6,16
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	27,2	13,6	0,11	0,01	0,23	1,77
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,6	0,19	0,03	1,12	5,58
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13,6	8,8	0,27	0,02	0,57	3,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,43	3,43	0,00	3,43	0,00	30,84
ПЕЧЕНЬЕ	35		2,63	3,43	26,04	145,95
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,63	3,43	26,04	145,95
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,16	0,00	7,16	30,12
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН	8	4,8	0,04	0,00	0,14	1,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,62	16,06	39,69	346,69
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,22	52,31	208,44	1 438,97



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200		5,61	5,39	18,23	144,73
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	15	14,85	1,66	0,39	10,14	50,70
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50		5,91	8,86	14,77	163,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,46	15	3,48	4,43	0,00	54,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	12,13	79,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
			14,15	16,43	45,13	387,43
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,49	8,37
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	64,28	59,78	0,48	0,06	1,49	8,37
СУП РИСОВЫЙ С ПТИЦЕЙ	200		8,02	7,48	12,61	150,07
КРУПА РИСОВАЯ	7,07	7	0,48	0,07	5,02	22,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,53	5,63	0,00	76,82
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,81	0,16	6,64	31,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80		14,82	15,36	7,06	225,63
ГОВЯДИНА Б/К	66,67	60	10,83	9,31	0,00	126,88
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	8	8	0,62	0,08	3,81	18,47
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,23	18,67	0,25	0,04	1,48	7,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,67	2,67	0,01	2,13	0,02	19,37
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,46 шт.	18,67	2,30	2,09	0,13	28,43
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,76	0,47	0,42	0,03	5,72
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,67	2,67	0,34	0,00	1,59	7,74

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,33	1,33	0,00	1,29	0,00	11,60
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,54	6,05	13,47	124,45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	206,25	165	2,88	0,16	7,53	44,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
МОРКОВЬ	20	15	0,19	0,02	1,01	5,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,36	1,36	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180		0,00	0,00	8,13	32,51
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			31,32	29,48	81,82	719,82
Полдник						
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70		5,10	2,50	30,00	163,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36	3,77	0,46	24,41	116,63
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	3,6	3,6	0,01	2,86	0,04	25,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,87	0,23	0,21	0,01	2,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,10	0,02	0,02	0,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,6	14,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,29
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			5,83	2,65	44,70	225,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,61	48,87	179,25	1 369,29



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200		5,74	5,90	17,08	145,25
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50		2,52	4,45	25,71	151,40
ДЖЕМ	15	15	0,09	0,02	10,94	42,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20		2,48	2,24	0,14	30,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,48	2,24	0,14	30,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,75	2,18	12,33	80,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,25	2,25	0,22	0,00	1,17	5,59
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,49	14,77	55,26	407,90
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ОГУРЦОМ	60		0,58	2,19	2,18	31,80
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	43,2	36,6	0,40	0,07	1,39	8,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,49	2,46
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	12,12	12	0,10	0,01	0,30	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,10	0,00	18,88
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200		3,59	6,36	13,74	134,48
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	26,67	16	0,31	0,06	2,53	11,95
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,28	0,00	1,11	5,94
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
ФАСОЛЬ	8	8	1,63	0,16	3,65	23,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00

БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	60		11,73	13,23	3,10	178,11
ГОВЯДИНА Б/К	64,44	58	10,47	9,00	0,00	122,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,03	0,75	0,67	0,04	9,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	5	5	0,39	0,05	2,39	11,54
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		4,69	4,42	29,95	178,55
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	43,75	43,75	4,67	0,55	29,91	143,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,25	1,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,06	58,06	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,84	4,84	0,02	3,87	0,04	35,11
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150		0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			25,78	26,88	102,73	764,30
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ	150		16,79	11,10	21,90	257,63
КРУПА РИСОВАЯ	18,75	18,56	1,26	0,18	13,32	59,95
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,25	31,25	0,88	0,76	1,46	16,37
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,10	6,55	2,18	122,95
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,5	1,54	1,40	0,09	19,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,25	1,25	0,00	1,21	0,00	10,90
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,16	0,00	7,16	30,12
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН	8	4,8	0,04	0,00	0,14	1,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,95	11,10	29,06	287,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,53	53,06	204,65	1 496,42



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	200		5,61	5,18	17,87	141,42
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	15	14,85	1,66	0,18	9,78	47,39
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50		5,91	8,86	14,77	163,40
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,48	4,43	0,00	54,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,57	3,86	14,87	113,74
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,35	0,22	0,15	4,21
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,09	17,90	47,51	418,56
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,72	0,08	7,60	36,00
ПЕРСИКИ	100	80	0,72	0,08	7,60	36,00
			0,72	0,08	7,60	36,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60		0,64	2,21	2,61	34,06
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,4	42,6	0,47	0,09	1,62	10,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12,1	0,17	0,02	0,99	4,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,10	0,00	18,88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		9,03	7,96	17,85	179,52
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,07	0,13	6,84	32,79
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
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,53	5,63	0,00	76,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,83	2,38	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,17	2,38	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90		17,95	9,80	2,64	170,02
РЫБА НАВАГА ПОТРОШЕННАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	109,7	73,5	14,62	4,64	0,00	99,81

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,56 шт.	22,33	2,75	2,49	0,16	34,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9	9	0,25	0,22	0,42	4,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150		2,88	0,58	22,78	108,10
КАРТОФЕЛЬ	248,08	148,85	2,89	0,58	23,53	111,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,78	5,78	0,03	4,63	0,05	41,93
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180		0,00	0,00	8,13	32,51
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			34,96	21,08	93,07	703,00
Полдник						
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	60		5,96	2,58	37,22	195,79
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	46,82	46,82	4,91	0,59	31,75	151,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,34	2,34	0,24	0,03	1,59	7,59
САХАР ПЕСОК	2,81	2,81	0,00	0,00	2,72	10,87
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,41	1,41	0,00	1,13	0,01	10,17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ДРОЖЖИ	1	1	0,13	0,02	0,02	0,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,71	0,71	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,1	24,1	0,68	0,58	1,13	12,62
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН	180		5,06	4,37	6,98	92,54
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,06	4,37	6,98	92,54
			11,02	6,95	44,20	288,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,79	46,01	192,38	1 445,89



МЕНЮ

САД 10,5

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	200		5,78	5,49	16,40	138,84
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15,15	15	1,83	0,49	8,31	44,81
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,63	2,18	12,13	79,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
			10,84	12,10	43,30	326,94
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	90,9	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,37
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	64,3	59,8	0,48	0,06	1,50	8,37
СУП РЫБНЫЙ	200		8,72	3,13	13,50	117,39
КАРТОФЕЛЬ	125	75	1,46	0,29	11,86	56,02
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	6,95	0,40	0,00	31,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150		13,88	16,98	16,29	274,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	123	97,5	1,71	0,10	4,44	26,48
ГОВЯДИНА Б/К	67,5	60,75	10,96	9,43	0,00	128,47
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1,01	0,15	10,66	47,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180		0,10	0,00	25,18	101,03
ПОВИДЛО	21,6	21,6	0,09	0,00	13,83	55,65

САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,3	7,3	0,01	0,00	5,54	22,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171,9	171,9	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			27,64	20,70	95,53	679,88
Полдник						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	100		15,07	10,19	12,76	209,00
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,10	6,55	2,18	122,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,17	1,02	0,24	13,99
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,74	0,09	4,74	22,68
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180		0,24	0,12	18,00	72,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			15,31	10,31	30,76	281,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,10	53,42	207,19	1 464,29



МЕНЮ

САД 10,5

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	200		5,66	5,20	19,03	146,49
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,71	0,20	10,94	52,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35		2,43	4,43	14,77	108,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,75	2,18	12,33	80,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,25	2,25	0,22	0,00	1,17	5,59
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,84	11,81	46,13	335,89
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80		0,31	0,31	7,60	36,47
ЯБЛОКИ	100	80	0,31	0,31	7,60	36,47
			0,31	0,31	7,60	36,47
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,44	2,15	1,37	26,52
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	68,4	54,6	0,44	0,05	1,37	7,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,10	0,00	18,88
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200		5,55	8,46	12,69	156,35
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,28	0,02	0,73	4,35
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
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	9,6	6,4	0,19	0,01	0,41	2,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,25	2,79	0,00	38,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,83	2,38	0,03	0,00	0,19	0,95
МОРКОВЬ	3,17	2,38	0,03	0,00	0,16	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,38	2,18	0,51	29,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	120		16,45	3,89	4,44	139,85
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,40	0,05	2,54	12,15

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	96,77	90	15,63	3,23	0,00	110,87
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МОРКОВЬ	16	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,14	4,03	21,35	134,79
КАРТОФЕЛЬ	213,75	128,25	2,49	0,49	20,27	95,79
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,63	0,54	1,05	11,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,75	3,75	0,02	3,00	0,03	27,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180		0,00	0,00	8,13	32,51
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16	16	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0,00	0,00	0,00	0,00
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ГОРОДСКОЙ	25	25	2,08	0,21	23,85	105,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37		2,38	0,32	15,21	73,21
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИЛИНСКИЙ	37	37	2,38	0,32	15,21	73,21
			30,04	19,06	87,04	668,81
Полдник						
ДРАЧЕНА	85		9,12	11,63	4,97	163,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,59 шт.	64	7,89	7,14	0,44	97,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60		0,81	3,11	4,80	51,30
КАБАЧКИ	90,24	67,68	0,40	0,19	3,02	15,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,57	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,6	6,6	0,31	0,00	1,21	6,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180		0,09	0,00	5,99	24,31
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
			10,02	14,74	15,76	238,77
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,21	51,92	206,53	1 479,94

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 585249322191308794809203999415189642533074891257
Владелец Романова Светлана Николаевна
Действителен с 01.07.2024 по 01.07.2025