

# МЕНЮ

## Сад 10 часов

### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		160	10,6	13,5	5,1	184,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	1,58 шт.	63,8	7,9	7,1	0,4	97,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	64	64	1,8	1,9	2,9	37,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ БАНКА 700ГР Р/П	44,8	29,2	0,9	0,1	1,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		11	2,5	3,1		38,8
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	11,3	11	2,5	3,1	0	38,8
КАКАО С МОЛОКОМ		200	5,8	6,3	15,0	141,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>21,2</b>	<b>23,1</b>	<b>35,2</b>	<b>436,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН Р/П	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ		50	0,8		2,9	15,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	37,5	30	0,5	0	1,4	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		180	5,8	4,5	21,5	150,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	16,7	16,7	1,7	0,2	11,3	54,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,12 шт.	4,7	0,6	0,5	0	7,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,2	26,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ Р/П	90	54	1,1	0,2	8,5	40,4
МОРКОВЬ Р/П	9,4	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0

ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	16,8	12,2	2,1	2,1	0	28,1
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>130</b>	<b>5,0</b>	<b>5,4</b>	<b>22,9</b>	<b>160,0</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА р/п	41,8	41,4	5	1,4	22,9	123,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,1	90,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КНЕЛИ РЫБНЫЕ</b>		<b>70</b>	<b>10,2</b>	<b>4,3</b>	<b>4,7</b>	<b>98,0</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ Р/П	56	56	8,6	0,5	0	39,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	6,1	6,1	0,5	0	3	14,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	21	21	0,6	0,7	1	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЧЕСНОК Р/П	2,8	2,4	0,2	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>24,5</b>	<b>14,4</b>	<b>75,4</b>	<b>531,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"</b>		<b>60</b>	<b>3,9</b>	<b>4,1</b>	<b>24,3</b>	<b>149,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
ДРОЖЖИ шт р/п	0,01 шт.	1,3	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,12 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,2	17,2	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3	3	0	0	0	0,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>5,6</b>	<b>14,5</b>	<b>130,5</b>
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	1	1	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
			<b>9,0</b>	<b>9,7</b>	<b>38,8</b>	<b>280,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,2</b>	<b>47,7</b>	<b>170,4</b>	<b>1 343,4</b>

# МЕНЮ

## Сад 10 часов

### ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	165		6,3	9,3	21,2	193,6
КРУПА МАННАЯ р/п	15,2	15,2	1,6	0,2	10,4	48,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>14,3</b>	<b>19,8</b>	<b>51,5</b>	<b>443,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК	100					
сок фруктовый литр Р/П	100	100	0	0	0	0,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	50		0,9	0,1	3,2	18,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	37,5	30	0,5	0	1,4	8,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ЗЛ Р/П	30	30	0	0	0	0,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180		4,6	9,8	17,5	176,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	13,6	13,6	1,5	0,2	9,3	44,6
МОРКОВЬ Р/П	7	5,2	0,1	0	0,4	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Б 5000л РП	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	0,5	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,1	166,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	16	11,52	2	2	0	26,6

ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>180</b>	<b>13,2</b>	<b>13,1</b>	<b>24,2</b>	<b>268,5</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	73,8	55,4	10	8,6	0	117,2
КАРТОФЕЛЬ Р/П	225	135	2,6	0,5	21,3	100,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	14,3	12	0,2	0	1	4,8
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	4,8	4,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,4	0,1	0	0,5	2,3
ЧЕСНОК Р/П	2,8	2,4	0,2	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ Р/П	13,8	10,4	0,1	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>21,4</b>	<b>23,2</b>	<b>68,3</b>	<b>570,2</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА</b>		<b>60</b>	<b>4,5</b>	<b>3,4</b>	<b>41,3</b>	<b>212,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	36	36	3,8	0,5	24,4	116,6
САХАР ПЕСОК р/п	4,1	4,1	0	0	4	15,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31	31	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО р/п 600гр	20,2	20,2	0,1	0	12,9	52,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3	3	0	2,4	0	21,7
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>5,7</b>	<b>14,1</b>	<b>129,6</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>9,6</b>	<b>9,1</b>	<b>55,4</b>	<b>342,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,3</b>	<b>52,1</b>	<b>175,2</b>	<b>1 355,7</b>

## МЕНЮ

### Сад 10 часов

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	165		6,0	9,1	21,8	194,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ Р/П	15,2	15,1	1,5	0,2	9,6	45,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	160	160	4,5	4,9	7,3	93,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>14,0</b>	<b>19,6</b>	<b>52,1</b>	<b>444,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ Р/П	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50		0,6	0,1	2,2	11,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	60	59,39	0,5	0,1	1,5	8,3
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180		4,7	7,8	14,7	150,3
СВЕКЛА Р/П	33,8	26,3	0,4	0	2,2	10,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ Р/П	8,5	6,6	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7,7	6,6	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,02 шт.	15	0,7	0	2,8	14,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ЛИМОН Р/П	0,5	0,4	0	0	0	0,1

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131	131	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,02 шт.	8,3	0,2	2	0,3	20,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	14,2	10,7	1,9	1,6	0	22,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1	0,7	0	0	0,1	0,3
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3	3	0	0	0	0,0
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>180</b>	<b>12,7</b>	<b>14,3</b>	<b>28,2</b>	<b>292,0</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	76,9	55,4	9,8	9,9	0	127,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	9,6	9,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10,8	9,6	0,1	0	0,8	3,8
МОРКОВЬ Р/П	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,4	0,1	0	0,5	2,3
КРУПА РИСОВАЯ р/п	36	35,6	2,4	0,4	25,5	114,9
ЧЕСНОК Р/П	2,8	2,4	0,2	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>20,7</b>	<b>22,4</b>	<b>68,5</b>	<b>560,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>35</b>	<b>2,6</b>	<b>3,3</b>	<b>25,6</b>	<b>142,5</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	35	35	2,6	3,3	25,6	142,5
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,6</b>	<b>14,2</b>	<b>129,0</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,4	0,4	0	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>7,6</b>	<b>8,9</b>	<b>39,8</b>	<b>271,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,7</b>	<b>51,3</b>	<b>170,2</b>	<b>1 322,9</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	165		7,7	9,0	33,2	246,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	48,4	48,4	5,1	0,6	33,1	158,7
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	12,6	11,6	2,6	3,3	0	40,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6,4	6,4	0	5,1	0,1	46,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200		5,6	6,2	15,1	140,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,4	0,4	0	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>15,6</b>	<b>19,5</b>	<b>63,4</b>	<b>495,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА	180		5,2	4,5	7,6	91,8
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ М/Б	180	180	5,2	4,5	7,6	91,8
			<b>5,2</b>	<b>4,5</b>	<b>7,6</b>	<b>91,8</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50		0,8	0,1	3,0	17,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	60	59,39	0,7	0,1	2,3	14,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	180		6,3	6,2	14,1	137,4
КАРТОФЕЛЬ Р/П	63	37,8	0,8	0,2	6	28,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ р/п	13,7	13,7	3,1	0,2	6,4	39,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,2	6,8	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ Р/П	8,5	6,8	0,1	0	0,5	2,3
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,4	3,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,3	122,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	16	12	2,1	1,8	0	25,4
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	4,1	4,5	26,7	163,9
КРУПА ЯЧНЕВАЯ Р/П	42	42	4,1	0,5	26,7	127,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	10,2	7,8	4,8	130,3
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,001	0,001	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	66,67	50	9	7,8	0	105,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,02 шт.	19	0,9	0	3,5	18,8
МОРКОВЬ Р/П	7	5,3	0,1	0	0,4	1,8
ЧЕСНОК Р/П	1,4	1,2	0,1	0	0,4	1,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>24,1</b>	<b>18,8</b>	<b>72,0</b>	<b>555,5</b>
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		80	12,1	10,7	12,6	198,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ м/б	61,5	61,5	10,8	5,3	1,7	100,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	7,1	7,1	0,8	0,1	4,9	23,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6,2	6,2	0	4,9	0	45,0
САХАР ПЕСОК р/п	6,2	6,2	0	0	6	24,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		6,0	24,2
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
			<b>12,2</b>	<b>10,7</b>	<b>18,6</b>	<b>222,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,1</b>	<b>53,5</b>	<b>161,6</b>	<b>1 364,9</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	165		5,8	9,3	22,4	196,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
КРУПА РИСОВАЯ р/п	15,2	15,1	1,1	0,2	10,9	48,8
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>13,8</b>	<b>19,8</b>	<b>52,7</b>	<b>446,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК	100					
сок фруктовый литр Р/П	100	100	0	0	0	0,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50		0,6	0,1	2,6	14,8
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	180		4,9	6,4	18,4	151,3
ПШЕНО Р/П	13,6	13,3	1,5	0,4	9,1	45,4
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	2,3	2,2	0,1	0	0,2	1,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	4,6	4,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172,8	172,8	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	16	12	2,1	1,8	0	25,4
КАРТОФЕЛЬ Р/П	75,1	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ Р/П	11,3	8,5	0,1	0	0,6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	11,3	9,5	0,1	0	0,8	3,8
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/л	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,6	4,6	20,7	135,1
КАРТОФЕЛЬ Р/П	216,7	130	2,5	0,5	20,6	97,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	3	3	0,1	0,1	0,1	1,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/л	0,9	0,9	0	0	0	0,0
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ		70	8,5	0,5	3,0	50,6
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ Р/П	50	50	7,8	0,5	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,9	14,9	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ Р/П	8,8	6,6	0,1	0	0,5	2,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,01 шт.	10,5	0,5	0	1,9	10,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	9,4	7,9	0,1	0	0,6	3,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/л	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/л	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/л	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>19,3</b>	<b>11,8</b>	<b>68,1</b>	<b>458,0</b>
<b>Полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		160/30	23,1	21,7	18,7	365,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ м/б	112,5	112,5	19,7	9,8	3,3	184,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/л	13,5	13,5	1,5	0,2	9,1	43,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,15 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	4,5	4,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,11 шт.	45	1,1	11	1,4	109,1
САХАР ПЕСОК р/л	5	5	0	0	4,9	19,4
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"		180			13,6	54,1
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. Р/П	0,06 шт.	10	0	0	7,8	30,8
САХАР ПЕСОК р/л	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,4	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			<b>23,1</b>	<b>21,7</b>	<b>32,3</b>	<b>419,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,2</b>	<b>53,3</b>	<b>153,1</b>	<b>1 324,0</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		160	15,0	19,8	2,7	248,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	2,8 шт.	112,7	13,9	12,6	0,8	171,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	39,4	39,4	1,1	1,3	1,8	22,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	7,4	7,4	0	5,9	0,1	53,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	5,6	6,2	15,1	140,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,4	0,4	0	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>22,9</b>	<b>30,3</b>	<b>32,9</b>	<b>497,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ Р/П	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ		50	1,0	0,1	3,3	19,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	35,9	35,5	0,4	0,1	1,3	8,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	35,9	28,72	0,5	0	1,3	7,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		180	6,7	4,7	13,6	123,3
КАРТОФЕЛЬ Р/П	102,8	72	1,4	0,3	11,3	53,7
МОРКОВЬ Р/П	9,3	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	1,8	0,1	0	0,3	1,7
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ Р/П	30	30	4,7	0,3	0	21,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,02 шт.	0,7	0,1	0,1	0	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	4,2	3,6	0,1	0	0,3	1,5

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130	3,8	3,9	24,0	146,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	35	35	3,8	0,5	24	114,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,3	4,3	0	3,4	0	31,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		70	10,3	9,2	9,5	161,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	52,5	42	0,8	0	1,9	11,4
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	62,2	46,7	8,4	7,3	0	98,7
КРУПА РИСОВАЯ р/п	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7	5,8	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>24,5</b>	<b>18,1</b>	<b>73,8</b>	<b>556,5</b>
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"		60	3,4	3,6	22,7	137,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
ДРОЖЖИ шт р/п	0,01 шт.	1,3	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,2	17,2	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,1	5,7	14,1	129,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>8,5</b>	<b>9,3</b>	<b>36,8</b>	<b>266,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,3</b>	<b>58,1</b>	<b>153,3</b>	<b>1 367,4</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	165		6,3	9,3	21,2	193,6
КРУПА МАННАЯ р/п	15,2	15,2	1,6	0,2	10,4	48,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>14,3</b>	<b>19,8</b>	<b>51,5</b>	<b>443,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК	100					
сок фруктовый литр Р/П	100	100	0	0	0	0,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ	50		0,7		2,2	12,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	37,5	30	0,5	0	1,4	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	0	0	0	0	0	0,0
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180		4,7	9,6	17,5	175,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	13,6	13,6	1,5	0,2	9,3	44,6
МОРКОВЬ Р/П	7	5,2	0,1	0	0,4	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7	5,9	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Б 5000л РП	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	0,5	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,1	166,1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	16	12	2,1	1,8	0	25,4
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>180</b>	<b>13,2</b>	<b>13,1</b>	<b>24,2</b>	<b>268,5</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	73,8	55,4	10	8,6	0	117,2
КАРТОФЕЛЬ Р/П	225	135	2,6	0,5	21,3	100,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	14,3	12	0,2	0	1	4,8
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	4,8	4,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,4	0,1	0	0,5	2,3
ЧЕСНОК Р/П	2,8	2,4	0,2	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ Р/П	13,8	10,4	0,1	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>21,3</b>	<b>22,9</b>	<b>67,3</b>	<b>562,7</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА</b>		<b>60</b>	<b>4,5</b>	<b>1,0</b>	<b>41,3</b>	<b>191,0</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	36	36	3,8	0,5	24,4	116,6
САХАР ПЕСОК р/п	4,1	4,1	0	0	4	15,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31	31	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО р/п 600гр	20,2	20,2	0,1	0	12,9	52,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,6</b>	<b>14,2</b>	<b>129,0</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,4	0,4	0	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>9,5</b>	<b>6,6</b>	<b>55,5</b>	<b>320,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,1</b>	<b>49,3</b>	<b>174,3</b>	<b>1 325,9</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	165		6,1	9,1	21,6	194,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	160	160	4,5	4,9	7,3	93,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	15,2	15,2	1,6	0,2	10,4	49,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11		2,5	3,1		38,8
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	11,3	11	2,5	3,1	0	38,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>16,2</b>	<b>18,6</b>	<b>49,3</b>	<b>434,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН Р/П	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	50		0,9	0,1	3,2	18,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	37,5	30	0,5	0	1,4	8,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ЗЛ Р/П	30	30	0	0	0	0,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180		4,9	8,0	14,4	151,8
СВЕКЛА Р/П	33,8	26,3	0,4	0	2,2	10,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ Р/П	8,5	6,6	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	7,7	6,6	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,01 шт.	13,6	0,7	0	2,5	13,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ЛИМОН Р/П	0,5	0,4	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131	131	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,02 шт.	8,3	0,2	2	0,3	20,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	16	12	2,1	1,8	0	25,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1	0,7	0	0	0,1	0,3
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	4	4	0	0	0	0,0
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>180</b>	<b>12,7</b>	<b>14,3</b>	<b>28,2</b>	<b>292,0</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	76,9	55,4	9,8	9,9	0	127,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	9,6	9,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10,8	9,6	0,1	0	0,8	3,8
МОРКОВЬ Р/П	12	9,6	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,4	0,1	0	0,5	2,3
КРУПА РИСОВАЯ р/п	36	35,6	2,4	0,4	25,5	114,9
ЧЕСНОК Р/П	2,8	2,4	0,2	0	0,7	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>21,2</b>	<b>22,6</b>	<b>69,2</b>	<b>568,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>30</b>	<b>2,2</b>	<b>2,8</b>	<b>21,9</b>	<b>122,1</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	30	30	2,2	2,8	21,9	122,1
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>5,7</b>	<b>14,1</b>	<b>129,6</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>7,3</b>	<b>8,5</b>	<b>36,0</b>	<b>251,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,2</b>	<b>50,2</b>	<b>175,5</b>	<b>1 350,6</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	165		7,2	7,9	29,4	218,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	43	43	4,6	0,6	29,4	140,9
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	12,6	11,6	2,6	3,3	0	40,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	6	6	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,8	6,3	15,7	144,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,7	0,7	0,2	0,1	0,1	1,9
САХАР ПЕСОК р/п	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>15,3</b>	<b>18,5</b>	<b>60,2</b>	<b>470,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА	180		5,2	4,5	7,6	91,8
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ М/Б	180	180	5,2	4,5	7,6	91,8
			<b>5,2</b>	<b>4,5</b>	<b>7,6</b>	<b>91,8</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50		0,8	0,1	3,0	17,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	60	59,39	0,7	0,1	2,3	14,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180		5,2	2,4	20,3	126,0
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КРУПА ПЕРЛОВАЯ р/п	13,6	13,3	1,2	0,1	8,6	40,6
МОРКОВЬ Р/П	11,3	8,5	0,1	0	0,6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	11,3	9,5	0,1	0	0,8	3,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ЗЛ Р/П	10,8	10,8	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,02 шт.	16,8	0,8	0	3,1	16,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	16,8	12,2	2,1	2,1	0	28,1

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	4,6	4,5	27,0	166,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ р/п	41,4	40,9	4,6	0,5	27	130,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,1	90,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ЕЖИКИ		70	6,9	5,5	4,3	94,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,7	17,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	47,3	35,5	6,4	5,5	0	75,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,5	6,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ р/п	4,8	4,7	0,3	0	3,4	15,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,6	4,7	0,1	0	0,4	1,8
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	2	1,7	0,1	0	0,5	2,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			5,8	23,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>20,2</b>	<b>12,7</b>	<b>78,0</b>	<b>511,3</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		90	16,6	10,9	16,8	235,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ м/б	85,2	84	14,6	7,4	2,4	137,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ р/п	12,9	12,9	1,3	0,1	8,8	41,1
САХАР ПЕСОК р/п	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,4	1,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,03 шт.	12,9	0,3	3,1	0,4	31,3
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"		200			14,3	57,5
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. Р/П	0,06 шт.	11,1	0	0	8,5	34,2
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,4	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			<b>16,6</b>	<b>10,9</b>	<b>31,1</b>	<b>292,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,3</b>	<b>46,6</b>	<b>176,9</b>	<b>1 366,6</b>

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

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	165		6,3	9,9	22,8	206,9
ПШЕНО Р/П	15,2	15,1	1,6	0,4	10,3	51,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4,1	0	37,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		5,7	6,2	15,2	141,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	200	200	5,6	6,2	9,1	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>14,3</b>	<b>20,4</b>	<b>53,1</b>	<b>456,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК	100					
сок фруктовый литр Р/П	100	100	0	0	0	0,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50		0,6	0,1	2,6	14,8
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	30,31	30	0,2	0	0,8	4,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10	8,4	0,1	0	0,7	3,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ	180		4,7	7,8	18,7	164,0
КРУПА РИСОВАЯ р/п	13,6	13,3	0,9	0,1	9,5	43,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	11,3	9,5	0,1	0	0,8	3,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6	6	0	4,9	0	43,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	168,8	168,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	20,3	14,6	2,6	2,6	0	33,7
ЧЕСНОК Р/П	2,3	1,9	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ Р/П	11,3	8,5	0,1	0	0,6	2,9

РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,002	0,002	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ Р/П	70	42	0,8	0,2	6,6	31,3
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>130</b>	<b>4,0</b>	<b>6,5</b>	<b>22,9</b>	<b>166,1</b>
КАРТОФЕЛЬ Р/П	216,7	130	2,5	0,5	20,6	97,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	50	50	1,5	1,6	2,3	29,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ</b>		<b>70</b>	<b>8,8</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>94,3</b>
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ Р/П	50	50	7,8	0,5	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,9	14,9	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ Р/П	14	10,5	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,02 шт.	15	0,7	0	2,8	14,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	14	11,76	0,2	0	1	4,7
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>		<b>180</b>			<b>5,8</b>	<b>23,3</b>
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) Р/П	12	12	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОН Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>35</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>82,9</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>20,8</b>	<b>19,1</b>	<b>72,1</b>	<b>545,4</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"</b>		<b>60</b>	<b>3,8</b>	<b>5,0</b>	<b>25,0</b>	<b>160,0</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
ДРОЖЖИ шт р/п	0,01 шт.	1,3	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,2	17,2	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	15	15	0,4	0,5	0,7	8,7
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>5,7</b>	<b>14,1</b>	<b>129,6</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	180	180	5	5,6	8,2	104,8
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	1,6
САХАР ПЕСОК р/п	6	6	0	0	5,8	23,2
			<b>8,9</b>	<b>10,7</b>	<b>39,1</b>	<b>289,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>44,0</b>	<b>50,2</b>	<b>164,3</b>	<b>1 291,5</b>