

**МЕНЮ****Ясли 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>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	5,2	6,4	17,4	148,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	145	145	4,1	4,5	6,6	84,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ПШЕНО Р/П	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	10,7	10	2,3	3	0	36,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>9,5</b>	<b>9,6</b>	<b>34,3</b>	<b>262,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО		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 И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
БОРЩ		180	4,6	3,7	12,1	100,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,2	14,4	2,6	2,2	0	30,5
СВЕКЛА Р/П	36	27	0,4	0	2,3	11,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МОРКОВЬ Р/П	8,93	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,3	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,2	0,1	0	0,4	2,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139	139	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,01 шт.	5	0,1	1,3	0,2	12,1
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,2	0	0	0,1	0,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,4	0,2	0	0	0	0,1
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>180</b>	<b>15,7</b>	<b>17,9</b>	<b>31,4</b>	<b>349,1</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	98,4	70,8	12,5	12,6	0	163,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2	2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10,8	9,1	0,1	0	0,7	3,6
МОРКОВЬ Р/П	12	9	0,1	0	0,6	3,1
КРУПА РИСОВАЯ р/п	42	41,6	2,8	0,4	29,9	134,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ М/Б	6	6	0	4,9	0	43,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1,2	1,1	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72	72	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>20,9</b>	<b>86,2</b>
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>23,1</b>	<b>22,0</b>	<b>80,9</b>	<b>614,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"</b>		<b>60</b>	<b>4,8</b>	<b>9,8</b>	<b>22,8</b>	<b>198,6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ р/п	26,4	26,4	2,8	0,3	17,9	85,6
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ М/Б	9,6	9,6	0	7,7	0,1	69,6
ДРОЖОЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,2	1,2	0	0	0	0,0
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,5</b>	<b>12,6</b>	<b>121,3</b>
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
			<b>9,8</b>	<b>15,3</b>	<b>35,4</b>	<b>319,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,8</b>	<b>47,3</b>	<b>160,4</b>	<b>1 244,1</b>



Утверждаю

Заведующий

Донченко Инна

Александровна

**МЕНЮ****Ясли 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ		150	6,3	10,3	25,0	219,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,9	9	51,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6	6	0	4,9	0	43,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	145	145	4,1	4,5	6,6	84,4
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5	5	0,3	0	2,6	11,6
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	5	5	0,1	0	2,9	12,8
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ р/п	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		7,0	28,7
САХАР ПЕСОК р/п	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН Р/П	5,9	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,2	21,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>8,9</b>	<b>11,2</b>	<b>60,1</b>	<b>377,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК		100				45,0
ФРУКТОВЫЙ СОК Р/П	100	100	0	0	0	45,0
						<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК		180	4,7	6,3	16,0	139,5
КАРТОФЕЛЬ Р/П	90	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ р/п	9,6	9,5	0,9	0,1	6,2	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ЗЛ Р/П	10,8	10,8	0	0	0	0,0



СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	1,8	0,1	0	0,3	1,7
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1,3	1,2	0	0	0,1	0,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	18	13,6	2,4	2,1	0	28,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	3,7	5,0	16,5	125,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА р/п	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)		60	8,9	7,4	6,1	126,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	36	27	4,9	4,2	0	57,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2	2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	10,8	10,8	0,8	0,1	5,2	24,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ м/б	24	17,3	3	3,1	0	40,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,2
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>20,1</b>	<b>19,1</b>	<b>76,0</b>	<b>556,1</b>
<b>Полдник</b>						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	3,4	4,6	34,9	194,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	26,4	26,4	2,8	0,3	17,9	85,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,1 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	4,1	4,1	0	0	4	15,9
ДРОЖЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,7	1,7	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО БАНКА р/п	0,04 шт.	20,2	0,1	0	12,9	52,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	5,0	5,4	12,8	121,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
			<b>8,4</b>	<b>10,0</b>	<b>47,7</b>	<b>316,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,4</b>	<b>40,3</b>	<b>183,8</b>	<b>1 294,9</b>





# МЕНЮ

## Ясли 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	5,1	7,8	16,4	156,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	145	145	4,1	4,5	6,6	84,4
КРУПА МАННАЯ р/п	10	10	1	0,1	6,9	31,9
САХАР ПЕСОК р/п	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ м/б	4	4	0	3,2	0	29,0
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,6	81,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	20	20	1,5	1,9	14,6	81,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>8,6</b>	<b>9,9</b>	<b>47,9</b>	<b>315,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
банан		100	1,5	0,5	21,0	96,1
БАНАН Р/П	143	100,1	1,5	0,5	21	96,1
			<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,1</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	4,9	6,3	16,6	142,6
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ Р/П	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1,2	1,1	0	0	0,1	0,5
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	18	13,6	2,4	2,1	0	28,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,2	5,4	14,3	114,7
КАРТОФЕЛЬ Р/П	140,83	84,5	1,6	0,3	13,4	63,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		60	10,3	3,3	3,9	86,7
МОРКОВЬ Р/П	16	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,7	4,8	0,1	0	0,4	1,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	4,8	4,8	0,4	0	2,3	11,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,15 шт.	6	0,8	0,7	0	9,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	6	6	0,2	0,2	0,3	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ Р/П	56,7	56,7	8,7	0,5	0	39,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,2
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>20,2</b>	<b>15,4</b>	<b>72,2</b>	<b>509,6</b>
<b>Полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		60	8,2	4,0	4,7	89,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ м/б	42,9	42,9	7,5	3,8	1,3	70,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	5,1	5,1	0,6	0,1	3,5	16,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,04 шт.	1,7	0,2	0,2	0	2,6
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,7	1,7	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	5,0	5,4	12,8	121,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
			<b>13,2</b>	<b>9,4</b>	<b>17,5</b>	<b>210,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,5</b>	<b>35,2</b>	<b>158,6</b>	<b>1 131,6</b>





## МЕНЮ

### Ясли 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>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		65	6,7	8,8	3,0	118,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	60	60	1,6	1,8	2,7	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,25	0,25	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	75,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>8,8</b>	<b>17,3</b>	<b>20,0</b>	<b>270,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА		150	4,4	3,8	6,3	76,5
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ М/Б	150	150	4,4	3,8	6,3	76,5
			<b>4,4</b>	<b>3,8</b>	<b>6,3</b>	<b>76,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
БОРЩ		180	4,6	3,7	12,1	100,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,2	14,4	2,6	2,2	0	30,5
СВЕКЛА Р/П	36	27	0,4	0	2,3	11,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МОРКОВЬ Р/П	8,93	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,3	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,2	0,1	0	0,4	2,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139	139	0	0	0	0,0



СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ м/б	0,01 шт.	5	0,1	1,3	0,2	12,1
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,2	0	0	0,1	0,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,4	0,2	0	0	0	0,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	3,4	4,4	19,6	131,1
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ р/п	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83	83	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		60	5,5	4,3	5,8	83,9
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	12	9	1,6	1,4	0	19,0
КРУПА РИСОВАЯ р/п	4,8	4,8	0,3	0	3,5	15,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ Р/П	4,8	3,6	0	0	0,2	1,3
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	45,6	36,5	0,7	0	1,6	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ м/б	21,6	15,6	2,7	2,8	0	36,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,2
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>16,3</b>	<b>12,8</b>	<b>74,9</b>	<b>480,8</b>
<b>Полдник</b>						
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,7	4,7	36,6	203,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	50	50	3,7	4,7	36,6	203,5
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,3	5,5	19,0	148,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	162	162	4,6	5	7,4	94,3
КАКАО-ПОРОШОК р/п	3,1	3,1	0,8	0,5	0,3	8,7
САХАР ПЕСОК р/п	11,7	11,7	0	0	11,3	45,3
			<b>9,0</b>	<b>10,2</b>	<b>55,6</b>	<b>351,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,5</b>	<b>44,1</b>	<b>156,8</b>	<b>1 179,2</b>





## МЕНЮ

### Ясли 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>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4,8	8,6	17,6	168,1
КРУПА РИСОВАЯ р/п	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	145	145	4,1	4,5	6,6	84,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	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
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ р/п	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,5
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	1	0,6	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>7,4</b>	<b>9,5</b>	<b>50,0</b>	<b>315,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
АПЕЛЬСИН		100	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН Р/П	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)		180	5,7	8,1	16,5	161,9
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
ПШЕНО Р/П	12	11,9	1,4	0,3	8,1	40,6
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	24	18	3,2	2,8	0	38,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1,2	1,1	0	0	0,1	0,5



РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6	6	0	4,9	0	43,6
<b>ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>60</b>	<b>16,1</b>	<b>15,5</b>	<b>5,2</b>	<b>224,5</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,7	64,7	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,5	3,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	1,4	1,2	0	0	0,1	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,04	0,04	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	114,9	86,2	15,2	15,4	0	199,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	13,1	10,9	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	3,5	0,2	0	0,7	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>120</b>	<b>5,5</b>	<b>8,0</b>	<b>35,0</b>	<b>234,0</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>20,9</b>	<b>86,2</b>
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>30,1</b>	<b>32,0</b>	<b>94,1</b>	<b>786,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПРЯНИКИ</b>		<b>50</b>	<b>3,0</b>	<b>2,4</b>	<b>37,5</b>	<b>183,0</b>
ПРЯНИКИ ДИНСКИЕ Р/П	50	50	3	2,4	37,5	183,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"</b>		<b>180</b>			<b>10,4</b>	<b>41,4</b>
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. Р/П	0,02 шт.	3,6	0	0	2,8	11,2
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ Р/П	0,01 шт.	3,6	0	0	2,7	11,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,4</b>	<b>44,1</b>	<b>200,1</b>	<b>1 369,0</b>



Утверждаю

Заведующий

Донченко Инна  
Александровна**МЕНЮ****Ясли 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		150	3,4	6,5	16,5	138,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	75	75	2,1	2,3	3,4	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	12	12	1,3	0,2	8,2	39,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ р/п	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		7,0	28,7
САХАР ПЕСОК р/п	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН Р/П	5,9	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,2	21,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>6,0</b>	<b>7,4</b>	<b>51,6</b>	<b>297,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО		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 И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		180	5,6	4,6	17,3	133,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,2	14,4	2,6	2,2	0	30,5
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6



ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,4	0,4	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,1 шт.	3,9	0,5	0,4	0	5,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	13,3	13,3	1,4	0,2	9	43,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	2	2	0	1,6	0	14,6
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>180</b>	<b>15,7</b>	<b>17,9</b>	<b>31,4</b>	<b>349,1</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ м/б	98,4	70,8	12,5	12,6	0	163,4
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2	2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	10,8	9,1	0,1	0	0,7	3,6
МОРКОВЬ Р/П	12	9	0,1	0	0,6	3,1
КРУПА РИСОВАЯ р/п	42	41,6	2,8	0,4	29,9	134,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6	6	0	4,9	0	43,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	1,2	1,1	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	72	72	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>20,9</b>	<b>86,2</b>
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>24,1</b>	<b>22,9</b>	<b>86,1</b>	<b>648,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"</b>		<b>60</b>	<b>4,8</b>	<b>9,8</b>	<b>22,8</b>	<b>198,6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	26,4	26,4	2,8	0,3	17,9	85,6
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	9,6	9,6	0	7,7	0,1	69,6
ДРОЖЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,2	1,2	0	0	0	0,0
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,5</b>	<b>12,6</b>	<b>121,3</b>
КАКАО-ПОРОШОК р/п	0,5	0,5	0,1	0,1	0,1	1,4
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
			<b>9,8</b>	<b>15,3</b>	<b>35,4</b>	<b>319,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>40,3</b>	<b>46,0</b>	<b>182,9</b>	<b>1 312,2</b>





# МЕНЮ

## Ясли 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		150	4,5	5,6	22,1	156,8
КРУПА МАННАЯ р/п	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	76	76	2,1	2,3	3,5	44,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,6	81,4
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	20	20	1,5	1,9	14,6	81,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>8,0</b>	<b>7,7</b>	<b>53,6</b>	<b>315,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТОВЫЙ СОК		100				45,0
ФРУКТОВЫЙ СОК Р/П	100	100	0	0	0	45,0
						<b>45,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
БОРЩ		180	4,6	3,7	12,1	100,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,2	14,4	2,6	2,2	0	30,5
СВЕКЛА Р/П	36	27	0,4	0	2,3	11,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МОРКОВЬ Р/П	8,93	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,3	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,2	0,1	0	0,4	2,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0



ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139	139	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ м/б	0,01 шт.	5	0,1	1,3	0,2	12,1
ЧЕСНОК р/п	0,4	0,2	0	0	0,1	0,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) р/п	0,4	0,2	0	0	0	0,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	3,7	4,8	21,4	143,3
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ р/п	32,73	32,4	3,6	0,4	21,3	103,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,3	92,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,8	7,6	5,5	126,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	36	27	4,9	4,2	0	57,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ р/п	6	5,9	0,4	0,1	4,3	19,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ р/п	18	15,1	0,2	0	1,2	6,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,7
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО р/п	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ м/б	24	17,3	3	3,1	0,1	0,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,2
ЯБЛОКИ р/п	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН р/п	0,3	0,2	0	0	0	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>19,9</b>	<b>16,5</b>	<b>76,4</b>	<b>535,1</b>
<b>Полдник</b>						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	3,4	4,6	34,9	194,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ р/п	26,4	26,4	2,8	0,3	17,9	85,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,1 шт.	4,1	0,5	0,5	0	6,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	4,1	4,1	0	0	4	15,9
ДРОЖЖИ шт р/п	0 шт.	0,4	0,1	0	0	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО р/п	1,7	1,7	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО БАНКА р/п	0,04 шт.	20,2	0,1	0	12,9	52,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	5,0	5,4	12,8	121,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ р/п	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
			<b>8,4</b>	<b>10,0</b>	<b>47,7</b>	<b>316,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,3</b>	<b>34,2</b>	<b>177,7</b>	<b>1 211,5</b>





Утверждаю  
Заведующий  
Донченко Инна  
Александровна

# МЕНЮ

## Ясли 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>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150		5,7	9,2	21,7	193,7
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	10	10	1,2	0,6	6	34,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	145	145	4,1	4,5	6,6	84,4
САХАР ПЕСОК р/п	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4,8	4,8	0,2	0	2,4	11,1
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	4,8	4,8	0,1	0	2,8	12,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ 50% м/б	10,7	10	2,3	3	0	36,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150		0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	25		1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>10,0</b>	<b>12,4</b>	<b>38,6</b>	<b>307,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН Р/П	142,86	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 ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40		0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	180		7,0	7,5	15,0	155,5
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ р/п	14,4	14,4	3,2	0,2	6,7	41,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,4	14,6	2,6	2,2	0	30,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6



РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,4	0	0	0,1	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,4	0,4	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	6	6	0	4,9	0	43,6
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)</b>		<b>60</b>	<b>8,6</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>120,9</b>
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	30	22,5	4,1	3,5	0	47,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	10,8	10,8	0,8	0,1	5,2	24,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	6	6	0	0	0	0,0
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	29,2	21	3,7	3,8	0	48,5
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>120</b>	<b>2,9</b>	<b>3,7</b>	<b>30,2</b>	<b>164,8</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА р/п	55,2	55,2	6,8	1,7	30,6	164,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92	92	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	4	4	0	3,2	0	29,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>20,9</b>	<b>86,2</b>
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>21,3</b>	<b>18,9</b>	<b>87,9</b>	<b>606,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>50</b>	<b>3,7</b>	<b>4,7</b>	<b>36,6</b>	<b>203,5</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ Р/П	50	50	3,7	4,7	36,6	203,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ р/п	0	0	0	0	0	0,0
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,4</b>	<b>12,8</b>	<b>121,1</b>
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК р/п	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,3
САХАР ПЕСОК р/п	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	174	174	4,9	5,4	8	101,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
			<b>8,7</b>	<b>10,1</b>	<b>49,4</b>	<b>324,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,5</b>	<b>41,9</b>	<b>196,9</b>	<b>1 334,6</b>



Утверждаю

Заведующий

Донченко Инна  
Александровна**МЕНЮ****Ясли 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>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		65	6,2	12,0	1,1	137,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	1,14 шт.	45,89	5,6	5,1	0,3	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	16	16	0,5	0,5	0,8	9,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	74,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		4,3	17,9
САХАР ПЕСОК р/п	4,16	4,16	0	0	4,1	16,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН Р/П	3	1,8	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>8,3</b>	<b>20,5</b>	<b>18,1</b>	<b>289,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА		150	4,4	3,8	6,3	76,5
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ М/Б	150	150	4,4	3,8	6,3	76,5
			<b>4,4</b>	<b>3,8</b>	<b>6,3</b>	<b>76,5</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ		180	6,6	9,0	18,2	179,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	36	25,9	4,6	4,7	0	59,8
КРУПА РИСОВАЯ р/п	14,4	14,3	1	0,1	10,3	46,2
КАРТОФЕЛЬ Р/П	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ Р/П	6,4	4,8	0,1	0	0,3	1,6
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК Р/П	0,2	0,2	0	0	0,1	0,3



ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,2	0,2	0	0	0	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	5,5	4,7	34,9	203,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ Р/П	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ		60	5,4	4,8	2,6	76,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3	3	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	6	5	0,1	0	0,4	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	1	1	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ ПАЧКА Р/П	0,001	0,001	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ М/Б	37,5	27	4,8	4,9	0	62,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0,01 шт.	9	0,4	0	1,6	8,9
МОРКОВЬ Р/П	5,87	4,4	0,1	0	0,3	1,5
ЧЕСНОК Р/П	1,2	1	0,1	0	0,3	1,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,2
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>20,3</b>	<b>18,9</b>	<b>93,1</b>	<b>625,2</b>
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		65	8,1	8,0	12,9	157,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ м/б	41	41	7,2	3,6	1,2	67,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ р/п	5,75	5,75	0,6	0,1	3,9	18,6
САХАР ПЕСОК р/п	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) м/б	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,13	0,13	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		12,8	51,5
САХАР ПЕСОК р/п	13	13	0	0	12,6	50,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>8,2</b>	<b>8,0</b>	<b>25,7</b>	<b>208,9</b>
			<b>41,2</b>	<b>51,2</b>	<b>143,2</b>	<b>1 199,8</b>





# МЕНЮ

## Ясли 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	3,8	5,1	24,5	159,1
КРУПА РИСОВАЯ р/п	22,3	22,3	1,6	0,2	16	72,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	79	79	2,2	2,4	3,6	46,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	3	3	0	2,4	0	21,7
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ р/п	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150	0,1		7,0	28,7
САХАР ПЕСОК р/п	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН Р/П	5,9	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ Р/П	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,2	21,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
			<b>6,4</b>	<b>6,0</b>	<b>59,6</b>	<b>317,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
АПЕЛЬСИН		100	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН Р/П	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		40	0,4	0,1	1,4	8,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	20,21	19,2	0,2	0	0,7	4,5
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ Р/П	14	14	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	5,71	4,8	0,1	0	0,4	1,9
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	2,4	2,4	0	0	0	0,0
БОРЩ		180	4,6	3,7	12,1	100,2
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ м/б	19,2	14,4	2,6	2,2	0	30,5
СВЕКЛА Р/П	36	27	0,4	0	2,3	11,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ Р/П	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ Р/П	78	46,8	0,9	0,2	7,4	34,9
МОРКОВЬ Р/П	8,93	6,7	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	8,6	7,3	0,1	0	0,6	2,9



ТОМАТНАЯ ПАСТА Р/П	0 шт.	2,2	0,1	0	0,4	2,1
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139	139	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ М/Б	0,01 шт.	5	0,1	1,3	0,2	12,1
ЧЕСНОК Р/П	0,4	0,2	0	0	0,1	0,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) Р/П	0,4	0,2	0	0	0	0,1
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>120</b>	<b>2,2</b>	<b>5,3</b>	<b>14,2</b>	<b>113,5</b>
КАРТОФЕЛЬ Р/П	140,83	84,5	1,6	0,3	13,4	63,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ р/п	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ м/б	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ м/б	18	18	0,5	0,6	0,8	10,5
<b>СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ</b>		<b>50</b>	<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>1,6</b>	<b>64,2</b>
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	52	25	4,4	4,3	0	56,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ Р/П	24	20	0,3	0	1,6	8,2
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО Р/П	5	5	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК БАНКА Р/П	10	10	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>20,9</b>	<b>86,2</b>
ЯБЛОКИ Р/П	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК р/п	18	18	0	0	17,5	69,6
ЛИМОН Р/П	0,3	0,2	0	0	0	0,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНО ФОРМОВЫЙ МУКА ВЫСШ СОРТ</b>		<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>71,1</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ р/п	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>14,2</b>	<b>13,7</b>	<b>65,3</b>	<b>443,5</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПРЯНИКИ</b>		<b>50</b>	<b>3,0</b>	<b>2,4</b>	<b>37,5</b>	<b>183,0</b>
ПРЯНИКИ ДИНСКИЕ Р/П	50	50	3	2,4	37,5	183,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"</b>		<b>180</b>			<b>25,8</b>	<b>103,1</b>
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. Р/П	0 шт.	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК р/п	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОН Р/П	0,33	0,2	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ Р/П	0 шт.	0,5	0	0	0,4	1,6
			<b>3,0</b>	<b>2,4</b>	<b>63,3</b>	<b>286,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>24,5</b>	<b>22,3</b>	<b>196,3</b>	<b>1 090,4</b>



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533181

Владелец Донченко Инна Александровна

Действителен с 07.02.2024 по 06.02.2025