

МЕНЮ

Ясли 12 часов

02.06.2025

| Наименование блюда                                                         | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                    |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                          | 30        |          | 4,10              | 3,90    | 9,00        | 88,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ                  | 18        | 18       | 1,31              | 0,50    | 8,97        | 45,75                         |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                                             | 13,2      | 12       | 2,70              | 3,43    | 0,00        | 42,37                         |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                                                         | 150       |          | 4,37              | 4,36    | 22,00       | 144,63                        |
| КРУПА МАННАЯ                                                               | 22,3      | 22,3     | 2,23              | 0,21    | 15,27       | 71,17                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                              | 48,2      | 48,2     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                               | 75,7      | 75,7     | 2,13              | 1,83    | 3,52        | 39,65                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                          | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                                                | 3,3       | 3,3      | 0,00              | 0,00    | 3,19        | 12,77                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                          | 2,9       | 2,9      | 0,01              | 2,32    | 0,02        | 21,04                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                 | 180       |          | 2,77              | 2,18    | 11,74       | 78,26                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                           | 2,4       | 2,4      | 0,24              | 0,00    | 1,25        | 5,96                          |
| САХАР ПЕСОК                                                                | 6,5       | 6,5      | 0,00              | 0,00    | 6,30        | 25,16                         |
| 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                          |
|                                                                            |           |          | 11,24             | 10,44   | 42,74       | 311,09                        |
| II Завтрак                                                                 |           |          |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ                                                                     | 125       |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                                                       | 125       | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
|                                                                            |           |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| Обед                                                                       |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                                            | 30        |          | 0,42              | 1,78    | 2,43        | 27,30                         |
| СВЕКЛА                                                                     | 35,63     | 28,5     | 0,42              | 0,03    | 2,43        | 11,61                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                          | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 1,75    | 0,00        | 15,69                         |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5  |          | 4,82              | 5,28    | 5,36        | 90,91                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                                       | 42        | 33,6     | 0,58              | 0,03    | 1,53        | 9,13                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                                  | 24        | 16,8     | 0,33              | 0,07    | 2,66        | 12,55                         |
| МОРКОВЬ                                                                    | 7,98      | 6,38     | 0,08              | 0,01    | 0,43        | 2,16                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                               | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                          | 1,7       | 1,7      | 0,01              | 1,36    | 0,01        | 12,34                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                              | 120       | 120      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                                                  | 24,75     | 19,8     | 3,57              | 3,07    | 0,00        | 41,87                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                                       | 5         | 5        | 0,13              | 0,73    | 0,17        | 9,99                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                          | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                          | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                                                          | 110       |          | 2,30              | 2,54    | 17,33       | 101,93                        |
| КАРТОФЕЛЬ                                                                  | 133,57    | 93,5     | 1,81              | 0,36    | 14,78       | 69,84                         |
| МОРКОВЬ                                                                    | 13,75     | 11       | 0,14              | 0,01    | 0,74        | 3,73                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                               | 21        | 17,6     | 0,24              | 0,04    | 1,40        | 7,00                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                                             | 2,2       | 2,2      | 0,11              | 0,00    | 0,41        | 2,17                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                                          | 2,2       | 2,2      | 0,00              | 2,13    | 0,00        | 19,19                         |

|                                                              |           |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 33        | 33    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ                                    | 50        |       | 5,80  | 2,87  | 4,49   | 66,83    |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                             | 34,4      | 33,1  | 5,14  | 0,19  | 0,00   | 22,15    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9         | 9     | 0,66  | 0,25  | 4,49   | 22,87    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 13        | 13    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2,5       | 2,5   | 0,00  | 2,43  | 0,00   | 21,81    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5       | 0,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                             | 150       |       | 0,77  | 0,05  | 23,45  | 97,85    |
| КУРАГА                                                       | 15        | 15    | 0,76  | 0,05  | 7,42   | 33,76    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 9,5       | 9,5   | 0,00  | 0,00  | 9,20   | 36,77    |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                         | 9         | 9     | 0,01  | 0,00  | 6,83   | 27,32    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,2       | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 165       | 165   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20        |       | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20        | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАТОН                                                        | 20        |       | 1,50  | 0,60  | 10,30  | 52,40    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20    | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
|                                                              |           |       | 16,93 | 13,30 | 71,84  | 478,01   |
| Полдник                                                      |           |       |       |       |        |          |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                | 110       |       | 11,39 | 11,71 | 16,12  | 215,70   |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                         | 74,6      | 53,71 | 9,74  | 8,39  | 0,00   | 114,62   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 3,2       | 3,2   | 0,00  | 3,10  | 0,00   | 27,91    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 6,6       | 5,5   | 0,08  | 0,01  | 0,44   | 2,19     |
| МОРКОВЬ                                                      | 7,63      | 6,1   | 0,08  | 0,01  | 0,41   | 2,08     |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                               | 1,4       | 1,4   | 0,07  | 0,00  | 0,26   | 1,39     |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                | 21,1      | 20,9  | 1,42  | 0,20  | 15,01  | 67,51    |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И<br>ЯЙЦОМ                        | 50        |       | 3,74  | 5,39  | 17,38  | 133,04   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 20,5      | 20,5  | 2,14  | 0,26  | 13,90  | 66,42    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 1,5       | 1,5   | 0,00  | 0,00  | 1,46   | 5,81     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,3       | 2,3   | 0,01  | 1,84  | 0,02   | 16,68    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3       | 0,3   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,1 шт.   | 4,025 | 0,49  | 0,45  | 0,03   | 6,13     |
| ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ                                           | 0,7       | 0,7   | 0,09  | 0,01  | 0,01   | 0,52     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 5,4       | 5,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1         | 1     | 0,11  | 0,01  | 0,68   | 3,24     |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 33,8      | 27    | 0,48  | 0,03  | 1,23   | 7,33     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,6       | 1,6   | 0,00  | 1,55  | 0,00   | 13,95    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,056 шт. | 2,254 | 0,28  | 0,25  | 0,02   | 3,43     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,7       | 0,7   | 0,00  | 0,68  | 0,00   | 6,10     |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                            | 0,3       | 0,3   | 0,01  | 0,00  | 0,02   | 0,15     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3       | 0,3   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,2       | 0,2   | 0,00  | 0,19  | 0,00   | 1,75     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,025 шт. | 1,006 | 0,13  | 0,12  | 0,01   | 1,53     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 15        |       | 0,98  | 0,15  | 6,37   | 30,53    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15        | 15    | 0,99  | 0,13  | 6,36   | 30,59    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                 | 150       |       | 1,20  | 0,30  | 22,80  | 96,75    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ                            | 150       | 150   | 1,20  | 0,30  | 22,80  | 96,75    |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                              | 70        |       | 0,63  | 0,14  | 5,67   | 30,10    |
| АПЕЛЬСИН                                                     | 104,48    | 70    | 0,63  | 0,14  | 5,67   | 30,10    |
|                                                              |           |       | 17,94 | 17,69 | 68,34  | 506,12   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |           |       | 49,61 | 44,56 | 188,56 | 1 365,86 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

03.06.2025

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО              | 30        |          | 0,90              | 1,50    | 1,80        | 24,30                               |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ                                     | 43,8      | 28,5     | 0,85              | 0,06    | 1,79        | 11,06                               |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,46    | 0,00        | 13,09                               |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                            | 0,3       | 0,3      | 0,01              | 0,00    | 0,02        | 0,15                                |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                            | 120       |          | 12,43             | 16,62   | 2,23        | 208,45                              |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 2,31 шт.  | 92,978   | 11,46             | 10,37   | 0,63        | 141,60                              |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 34,4      | 34,4     | 0,97              | 0,83    | 1,60        | 18,02                               |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2       | 0,2      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 5,6       | 5,6      | 0,00              | 5,42    | 0,00        | 48,83                               |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                | 180       |          | 2,56              | 2,07    | 8,65        | 63,86                               |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,8       | 0,8      | 0,16              | 0,00    | 0,33        | 1,92                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 95        | 95       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 4,5       | 4,5      | 0,00              | 0,00    | 4,36        | 17,42                               |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 85        | 85       | 2,40              | 2,07    | 3,96        | 44,52                               |
| БАТОН                                                        | 20        |          | 1,65              | 0,64    | 11,31       | 57,64                               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 22        | 22       | 1,65              | 0,64    | 11,31       | 57,64                               |
|                                                              |           |          | 17,54             | 20,83   | 23,99       | 354,25                              |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР                                                        | 130       |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                               |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                         | 130       | 130      | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                               |
|                                                              |           |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                               |
| Обед                                                         |           |          |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                                     | 30        |          | 0,26              | 0,03    | 2,36        | 24,75                               |
| МОРКОВЬ                                                      | 19,88     | 15,9     | 0,20              | 0,02    | 1,07        | 5,40                                |
| ЯБЛОКИ                                                       | 15        | 13,2     | 0,05              | 0,05    | 1,29        | 6,20                                |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,50    | 0,00        | 13,49                               |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ,<br>СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ       | 150/10/1  |          | 4,03              | 4,80    | 8,39        | 97,71                               |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 16        | 12,8     | 0,22              | 0,01    | 0,58        | 3,47                                |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 55,71     | 39       | 0,76              | 0,16    | 6,17        | 29,13                               |
| МОРКОВЬ                                                      | 7,98      | 6,38     | 0,08              | 0,01    | 0,43        | 2,16                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                                |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ                                     | 7,38      | 4,8      | 0,15              | 0,01    | 0,30        | 1,86                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 1,3       | 1,3      | 0,01              | 1,04    | 0,01        | 9,43                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 114       | 114      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                         | 18,75     | 13,5     | 2,44              | 2,10    | 0,00        | 28,81                               |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 10        | 10       | 0,25              | 1,46    | 0,34        | 19,98                               |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                            | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                                |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                      | 50/50     |          | 15,18             | 14,21   | 3,50        | 202,44                              |
| ГОВЯДИНА Б/К лопатка                                         | 101       | 80,8     | 14,58             | 12,54   | 0,00        | 170,86                              |
| МОРКОВЬ                                                      | 20,88     | 16,7     | 0,21              | 0,02    | 1,12        | 5,67                                |

|                                                              |          |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 10       | 8,3   | 0,12  | 0,02  | 0,66   | 3,30     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2        | 2     | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,5      | 2,5   | 0,26  | 0,03  | 1,70   | 8,10     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 33,3     | 33,3  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3      | 0,3   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                   | 110      |       | 5,24  | 2,97  | 23,71  | 142,29   |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                                       | 43,2     | 42,77 | 5,23  | 1,37  | 23,69  | 127,78   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 84,6     | 84,6  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 1,1      | 1,1   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2        | 2     | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                        | 150      |       | 0,12  | 0,09  | 10,35  | 43,09    |
| ГРУША                                                        | 33,3     | 30    | 0,12  | 0,09  | 3,00   | 13,68    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 129,2    | 129,2 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 7,6      | 7,6   | 0,00  | 0,00  | 7,35   | 29,41    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
|                                                              |          |       | 26,15 | 22,28 | 56,79  | 551,07   |
| Полдник                                                      |          |       |       |       |        |          |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                | 30       |       | 0,24  | 0,03  | 0,75   | 4,19     |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                                             | 30,21    | 29,9  | 0,24  | 0,03  | 0,75   | 4,19     |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                     | 50       |       | 7,50  | 4,35  | 4,29   | 86,40    |
| РЫБА САЙДА ФИЛЕ                                              | 42,6     | 38    | 6,12  | 0,81  | 0,00   | 31,70    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 5,3      | 5,3   | 0,39  | 0,15  | 2,64   | 13,47    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 8        | 8     | 0,22  | 0,19  | 0,37   | 4,19     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,08 шт. | 3,22  | 0,40  | 0,36  | 0,02   | 4,91     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2        | 2     | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 7,6      | 7,6   | 0,21  | 0,18  | 0,35   | 3,98     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,3      | 1,3   | 0,01  | 1,04  | 0,01   | 9,43     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1,3      | 1,3   | 0,14  | 0,02  | 0,88   | 4,21     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 1,6      | 1,6   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,1      | 0,1   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                            | 100      |       | 2,10  | 2,86  | 14,21  | 91,31    |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 121,86   | 85,3  | 1,66  | 0,33  | 13,48  | 63,71    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 15,3     | 15,3  | 0,43  | 0,37  | 0,71   | 8,01     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,7      | 2,7   | 0,01  | 2,16  | 0,02   | 19,59    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5      | 0,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С<br>САХАРОМ                    | 150      |       | 0,10  | 0,04  | 4,81   | 21,91    |
| КЛЮКВА                                                       | 21,3     | 20,8  | 0,10  | 0,04  | 0,75   | 5,65     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 140      | 140   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 4,2      | 4,2   | 0,00  | 0,00  | 4,06   | 16,26    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 15       |       | 0,98  | 0,15  | 6,38   | 30,60    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15       | 15    | 0,99  | 0,13  | 6,36   | 30,59    |
| ВАФЛИ                                                        | 20       |       | 0,56  | 0,66  | 15,46  | 70,80    |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ                           | 20       | 20    | 0,56  | 0,66  | 15,46  | 70,80    |
| БАНАН                                                        | 60       |       | 0,90  | 0,30  | 12,60  | 57,60    |
| БАНАН                                                        | 85,7     | 60    | 0,90  | 0,30  | 12,60  | 57,60    |
|                                                              |          |       | 12,38 | 8,39  | 58,50  | 362,81   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |          |       | 59,84 | 54,75 | 144,48 | 1 337,03 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

04.06.2025

| Наименование блюда                                                   | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                      | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                              |           |          |                   |         |             |                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                         | 20        |          | 2,40              | 2,20    | 0,10        | 30,50                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                   | 0.5 шт.   | 20,13    | 2,48              | 2,24    | 0,14        | 30,65                         |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ                                                | 130       |          | 4,62              | 5,23    | 22,03       | 153,95                        |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ                                           | 25,45     | 25,2     | 2,81              | 0,32    | 16,60       | 80,42                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 41,9      | 41,9     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 63,7      | 63,7     | 1,79              | 1,54    | 2,97        | 33,37                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                    | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                                          | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 0,00    | 2,43        | 9,68                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 4,2       | 4,2      | 0,02              | 3,37    | 0,03        | 30,48                         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                                      | 150       |          | 3,09              | 2,54    | 12,05       | 84,40                         |
| КАКАО-ПОРОШОК                                                        | 2,15      | 2,15     | 0,50              | 0,31    | 0,21        | 6,02                          |
| САХАР ПЕСОК                                                          | 7,8       | 7,8      | 0,00              | 0,00    | 7,55        | 30,19                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 65        | 65       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| БАТОН                                                                | 20        |          | 1,50              | 0,60    | 10,30       | 52,40                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ            | 20        | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40                         |
|                                                                      |           |          | 11,61             | 10,57   | 44,48       | 321,25                        |
| II Завтрак                                                           |           |          |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА                                                              | 130       |          | 3,66              | 3,15    | 5,30        | 68,09                         |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ                                                | 130       | 130      | 3,66              | 3,15    | 5,30        | 68,09                         |
|                                                                      |           |          | 3,66              | 3,15    | 5,30        | 68,09                         |
| Обед                                                                 |           |          |                   |         |             |                               |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                       | 40        |          | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                     | 40,41     | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1  |          | 4,19              | 3,12    | 12,19       | 93,92                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                                            | 64,29     | 45       | 0,87              | 0,17    | 7,12        | 33,61                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                         | 6         | 6        | 0,64              | 0,08    | 4,10        | 19,67                         |
| МОРКОВЬ                                                              | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                         | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 0,9       | 0,9      | 0,00              | 0,72    | 0,01        | 6,53                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 114       | 114      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                                 | 19        | 13,68    | 2,48              | 2,13    | 0,00        | 29,20                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                    | 1         | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                    | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                          | 60        |          | 13,48             | 7,65    | 2,08        | 145,59                        |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                                                       | 81,6      | 67,2     | 11,67             | 2,42    | 0,00        | 82,78                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                         | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| МОРКОВЬ                                                              | 10        | 8        | 0,10              | 0,01    | 0,53        | 2,72                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                            | 8,57      | 6        | 0,12              | 0,02    | 0,95        | 4,48                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 3,6       | 3,6      | 0,02              | 2,88    | 0,03        | 26,12                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                   | 0,3 шт.   | 12,075   | 1,48              | 1,35    | 0,08        | 18,39                         |

|                                                              |          |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,2      | 1,2   | 0,01  | 0,96  | 0,01   | 8,71     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,4      | 0,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                               | 110      |       | 2,50  | 3,58  | 12,49  | 93,05    |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 62,86    | 44    | 0,85  | 0,17  | 6,95   | 32,86    |
| МОРКОВЬ                                                      | 37,88    | 30,3  | 0,38  | 0,03  | 2,03   | 10,29    |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 28,3     | 22,6  | 0,40  | 0,02  | 1,03   | 6,14     |
| БРЮКВА                                                       | 19,3     | 14,9  | 0,17  | 0,01  | 1,12   | 5,34     |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                                     | 22,9     | 14,9  | 0,45  | 0,03  | 0,94   | 5,78     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 8,3      | 8,3   | 0,23  | 0,20  | 0,39   | 4,35     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,9      | 3,9   | 0,02  | 3,12  | 0,03   | 28,29    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,8      | 0,8   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ                                              | 150      |       | 0,75  | 0,00  | 16,50  | 64,50    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОСОВЫЙ                         | 150      | 150   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 93,85    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,34  | 0,20  | 8,51   | 41,00    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАТОН                                                        | 20       |       | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20       | 20    | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
|                                                              |          |       | 24,20 | 15,21 | 63,57  | 500,06   |
| Полдник                                                      |          |       |       |       |        |          |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                              | 120      |       | 10,58 | 11,10 | 7,60   | 173,03   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 97,5     | 78    | 1,36  | 0,08  | 3,56   | 21,18    |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                                    | 60,75    | 48,6  | 8,77  | 7,55  | 0,00   | 102,77   |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                | 4,6      | 4,5   | 0,31  | 0,05  | 3,23   | 14,54    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 12       | 10,08 | 0,14  | 0,02  | 0,81   | 4,01     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 3,5      | 3,5   | 0,00  | 3,40  | 0,00   | 30,53    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,9      | 0,9   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                          | 50       |       | 4,75  | 2,56  | 18,02  | 114,41   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 19,5     | 19,5  | 2,05  | 0,24  | 13,22  | 63,18    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,2      | 2,2   | 0,23  | 0,03  | 1,49   | 7,13     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,8      | 2,8   | 0,00  | 0,00  | 2,71   | 10,83    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 0,7      | 0,7   | 0,00  | 0,56  | 0,01   | 5,08     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,08 шт. | 3,22  | 0,40  | 0,36  | 0,02   | 4,91     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 5,7      | 5,7   | 0,16  | 0,14  | 0,26   | 2,99     |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                         | 10       | 10    | 1,75  | 0,87  | 0,29   | 16,39    |
| ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ                                           | 0,9      | 0,9   | 0,11  | 0,02  | 0,02   | 0,67     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВАНИЛИН                                                      | 0,02     | 0,02  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,01 шт. | 0,403 | 0,05  | 0,05  | 0,00   | 0,61     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,3      | 0,3   | 0,00  | 0,29  | 0,00   | 2,62     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                | 150      |       | 0,16  | 0,00  | 9,82   | 39,85    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 9,8      | 9,8   | 0,00  | 0,00  | 9,49   | 37,93    |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,8      | 0,8   | 0,16  | 0,00  | 0,33   | 1,92     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,30  | 0,20  | 8,50   | 40,80    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ЯБЛОКО                                                       | 70       |       | 0,26  | 0,26  | 6,83   | 32,90    |
| ЯБЛОКИ                                                       | 79,5     | 70    | 0,28  | 0,28  | 6,86   | 32,90    |
|                                                              |          |       | 17,05 | 14,12 | 50,77  | 400,99   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |          |       | 56,52 | 43,05 | 164,12 | 1 290,39 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

05.06.2025

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                           | 30        |          | 1,80              | 4,70    | 12,50       | 99,80                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25        | 25       | 1,82              | 0,71    | 12,46       | 63,54                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 5         | 5        | 0,03              | 4,01    | 0,04        | 36,28                         |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ                               | 150       |          | 4,99              | 5,72    | 20,38       | 153,29                        |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"                                    | 23        | 23       | 2,75              | 1,39    | 13,78       | 78,53                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 53        | 53       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 79        | 79       | 2,22              | 1,92    | 3,68        | 41,38                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 3         | 3        | 0,00              | 0,00    | 2,90        | 11,61                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3         | 3        | 0,02              | 2,41    | 0,02        | 21,77                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                   | 170       |          | 2,73              | 2,17    | 11,89       | 78,65                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                             | 2,15      | 2,15     | 0,21              | 0,00    | 1,12        | 5,34                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 89,7      | 89,7     | 2,52              | 2,17    | 4,18        | 46,99                         |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6,8       | 6,8      | 0,00              | 0,00    | 6,59        | 26,32                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 102       | 102      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
|                                                              |           |          | 9,52              | 12,59   | 44,77       | 331,74                        |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ                                                       | 125       |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 125       | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
|                                                              |           |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| Обед                                                         |           |          |                   |         |             |                               |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                | 30        |          | 0,24              | 0,03    | 0,75        | 4,20                          |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                                             | 30,31     | 30       | 0,24              | 0,03    | 0,75        | 4,20                          |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ          | 150/10/5  |          | 5,16              | 7,00    | 10,22       | 127,01                        |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 64,29     | 45       | 0,87              | 0,17    | 7,12        | 33,61                         |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ                                               | 3         | 3        | 0,27              | 0,03    | 1,95        | 9,17                          |
| МОРКОВЬ                                                      | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 5,6       | 4,7      | 0,07              | 0,01    | 0,38        | 1,87                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                              | 12,2      | 12,2     | 0,10              | 0,01    | 0,20        | 1,54                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 3         | 3        | 0,00              | 2,91    | 0,00        | 26,16                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 112,5     | 112,5    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К лопатка                                         | 25,2      | 20,16    | 3,64              | 3,13    | 0,00        | 42,63                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 5         | 5        | 0,13              | 0,73    | 0,17        | 9,99                          |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                     | 50        |          | 10,85             | 3,16    | 1,42        | 77,23                         |
| РЫБА САЙДА ПОТРОШЕНАЯ<br>ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ                      | 80,56     | 58       | 9,00              | 0,34    | 0,00        | 38,82                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1,6       | 1,6      | 0,16              | 0,02    | 1,09        | 5,18                          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,31 шт.  | 12,478   | 1,53              | 1,39    | 0,09        | 19,00                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 5         | 5        | 0,15              | 0,13    | 0,23        | 2,62                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,6       | 1,6      | 0,01              | 1,28    | 0,01        | 11,61                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |

|                                                              |          |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                                 | 130      |       | 2,57  | 3,58  | 16,96  | 110,72   |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 131,14   | 91,8  | 1,78  | 0,36  | 14,51  | 68,57    |
| МОРКОВЬ                                                      | 31,25    | 25    | 0,32  | 0,03  | 1,68   | 8,49     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 15,8     | 15,8  | 0,45  | 0,39  | 0,74   | 8,27     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 3,5      | 3,5   | 0,02  | 2,80  | 0,03   | 25,39    |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА                                         | 150      |       | 0,42  | 0,13  | 17,27  | 73,78    |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)                                    | 18,8     | 18,8  | 0,42  | 0,13  | 10,49  | 46,69    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 7        | 7     | 0,00  | 0,00  | 6,78   | 27,09    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 174,8    | 174,8 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАТОН                                                        | 40       |       | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30       | 30    | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60    |
|                                                              |          |       | 22,81 | 14,95 | 70,52  | 512,33   |
| Полдник                                                      |          |       |       |       |        |          |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ                                | 120/13   |       | 21,73 | 14,00 | 26,71  | 325,49   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                         | 113,4    | 113,4 | 19,80 | 9,90  | 3,30   | 185,90   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,4      | 0,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КРУПА МАННАЯ                                                 | 7,7      | 7,7   | 0,77  | 0,08  | 5,28   | 24,57    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 6        | 6     | 0,00  | 0,00  | 5,81   | 23,22    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,06 шт. | 2,415 | 0,30  | 0,27  | 0,02   | 3,68     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2,8      | 2,8   | 0,00  | 2,72  | 0,00   | 24,41    |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                                          | 4,8      | 4,8   | 0,61  | 0,00  | 2,86   | 13,91    |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 7        | 7     | 0,17  | 1,02  | 0,24   | 13,99    |
| ДЖЕМ                                                         | 13       | 13    | 0,08  | 0,01  | 9,20   | 35,81    |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                             | 150      |       | 4,43  | 3,82  | 7,33   | 82,50    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 157,5    | 157,5 | 4,43  | 3,82  | 7,33   | 82,50    |
| ГРУША                                                        | 70       |       | 0,30  | 0,20  | 7,20   | 32,90    |
| ГРУША                                                        | 77,78    | 70    | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 32,90    |
|                                                              |          |       | 26,46 | 18,02 | 41,24  | 440,89   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |          |       | 62,29 | 48,69 | 162,17 | 1 355,60 |



МЕНЮ

Ясли 12 часов

06.06.2025

| Наименование блюда                                         | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                    |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                          | 30        |          | 4,10              | 3,90    | 9,00        | 88,20                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 18        | 18       | 1,31              | 0,50    | 8,97        | 45,75                         |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                             | 13,2      | 12       | 2,70              | 3,43    | 0,00        | 42,37                         |
| КАША "ДРУЖБА"                                              | 150       |          | 4,48              | 5,79    | 18,20       | 143,59                        |
| КРУПА РИСОВАЯ                                              | 7         | 6,93     | 0,48              | 0,07    | 4,98        | 22,39                         |
| ПШЕНО                                                      | 7,5       | 7,4      | 0,82              | 0,19    | 5,05        | 25,27                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 19        | 19       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                               | 112,5     | 112,5    | 3,16              | 2,73    | 5,24        | 58,93                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                          | 3,5       | 3,5      | 0,02              | 2,80    | 0,03        | 25,39                         |
| САХАР ПЕСОК                                                | 3         | 3        | 0,00              | 0,00    | 2,90        | 11,61                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                              | 170       |          | 2,50              | 2,07    | 11,90       | 76,68                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 73,1      | 73,1     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                        | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00    | 0,20        | 1,20                          |
| САХАР ПЕСОК                                                | 8         | 8        | 0,00              | 0,00    | 7,74        | 30,96                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                               | 85        | 85       | 2,40              | 2,07    | 3,96        | 44,52                         |
|                                                            |           |          | 11,08             | 11,76   | 39,10       | 308,47                        |
| II Завтрак                                                 |           |          |                   |         |             |                               |
| КЕФИР                                                      | 130       |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                       | 130       | 130      | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
|                                                            |           |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
| Обед                                                       |           |          |                   |         |             |                               |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                             | 30        |          | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                            | 30        | 30       | 0,24              | 0,03    | 0,51        | 3,90                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/10 |          | 4,73              | 4,43    | 7,50        | 88,76                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                                  | 40,1      | 28,07    | 0,54              | 0,11    | 4,44        | 20,96                         |
| МОРКОВЬ                                                    | 7,26      | 5,81     | 0,08              | 0,01    | 0,39        | 1,97                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 7,2       | 6,05     | 0,08              | 0,01    | 0,49        | 2,41                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,78    | 0,00        | 6,97                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 112,5     | 112,5    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,15      | 0,15     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                   | 3,08      | 3,08     | 0,32              | 0,04    | 2,09        | 9,98                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                          | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,32    | 0,00        | 2,90                          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                         | 0.02 шт.  | 0,805    | 0,10              | 0,09    | 0,01        | 1,22                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 4,8       | 4,8      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,08      | 0,08     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                                  | 24,75     | 19,8     | 3,57              | 3,07    | 0,00        | 41,87                         |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                          | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ                                              | 60        |          | 8,82              | 9,73    | 2,19        | 131,70                        |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                       | 49,6      | 35,71    | 6,48              | 5,58    | 0,00        | 76,20                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                         | 0,35 шт.  | 14,088   | 1,74              | 1,57    | 0,10        | 21,46                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                               | 12,6      | 12,6     | 0,36              | 0,31    | 0,58        | 6,60                          |

|                                                              |         |        |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|----------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,8     | 2,8    | 0,01  | 2,24  | 0,02   | 20,31    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,2     | 2,2    | 0,23  | 0,03  | 1,49   | 7,13     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 2,5     | 2,5    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2     | 0,2    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)                                   | 130     |        | 2,46  | 4,61  | 12,31  | 101,45   |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 37,14   | 26     | 0,50  | 0,10  | 4,11   | 19,42    |
| МОРКОВЬ                                                      | 33,25   | 26,6   | 0,34  | 0,03  | 1,78   | 9,03     |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ                                                 | 24,9    | 17,5   | 0,17  | 0,02  | 0,75   | 3,91     |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ                                              | 29      | 15,08  | 0,37  | 0,05  | 0,61   | 4,38     |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                                     | 16,8    | 10,9   | 0,33  | 0,02  | 0,69   | 4,23     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 30,8    | 26     | 0,35  | 0,05  | 2,07   | 10,34    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 32,4    | 32,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2       | 2      | 0,00  | 1,94  | 0,00   | 17,44    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 1,7     | 1,7    | 0,17  | 0,02  | 1,15   | 5,51     |
| МОРКОВЬ                                                      | 2,75    | 2,2    | 0,03  | 0,00  | 0,15   | 0,75     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 0,9     | 0,8    | 0,01  | 0,00  | 0,07   | 0,32     |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                               | 3,9     | 3,9    | 0,18  | 0,00  | 0,72   | 3,86     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,8     | 0,8    | 0,00  | 0,78  | 0,00   | 6,97     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,4     | 0,4    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 0,2     | 0,2    | 0,00  | 0,00  | 0,19   | 0,78     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2       | 2      | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ                                                | 0,02    | 0,02   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                              | 150     |        | 0,34  | 0,08  | 20,51  | 84,63    |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)                                      | 15      | 15     | 0,34  | 0,08  | 9,57   | 40,89    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 11,3    | 11,3   | 0,00  | 0,00  | 10,94  | 43,74    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 174,8   | 174,8  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                             | 0,2     | 0,2    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20      |        | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20      | 20     | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАТОН                                                        | 20      |        | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20      | 20     | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
|                                                              |         |        | 19,41 | 19,64 | 61,78  | 503,63   |
| Полдник                                                      |         |        |       |       |        |          |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                               | 40      |        | 0,44  | 0,08  | 1,52   | 9,60     |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                             | 40,41   | 40     | 0,44  | 0,08  | 1,52   | 9,60     |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ                                 | 120     |        | 6,52  | 8,99  | 23,30  | 200,36   |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                 | 32,5    | 32,5   | 3,47  | 0,41  | 22,22  | 106,55   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,5     | 1,5    | 0,01  | 1,20  | 0,01   | 10,88    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,5 шт. | 20,125 | 2,48  | 2,24  | 0,14   | 30,65    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 19,4    | 19,4   | 0,54  | 0,48  | 0,90   | 10,17    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5     | 1,5    | 0,00  | 1,46  | 0,00   | 13,09    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 4       | 4      | 0,02  | 3,20  | 0,03   | 29,02    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 1,8     | 1,8    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20      |        | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20      | 20     | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                               | 150     |        | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 64,50    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИКОВЫЙ                          | 150     | 150    | 0,00  | 0,00  | 16,50  | 96,75    |
| БАТОН                                                        | 20      |        | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20      | 20     | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
| БАНАН                                                        | 70      |        | 1,10  | 0,40  | 14,70  | 67,20    |
| БАНАН                                                        | 100     | 70     | 1,05  | 0,35  | 14,70  | 67,20    |
|                                                              |         |        | 10,88 | 10,23 | 58,28  | 434,85   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |         |        | 45,14 | 44,88 | 164,36 | 1 315,85 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

09.06.2025

| Наименование блюда                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                        | 30        |          | 1,80              | 4,70    | 12,50       | 99,80                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25        | 25       | 1,82              | 0,71    | 12,46       | 63,54                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 5         | 5        | 0,03              | 4,01    | 0,04        | 36,28                         |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                                       | 150       |          | 4,35              | 4,52    | 19,87       | 138,11                        |
| ПШЕНО                                                     | 20        | 19,8     | 2,21              | 0,52    | 13,52       | 67,60                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 48,2      | 48,2     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 75,8      | 75,8     | 2,13              | 1,84    | 3,53        | 39,70                         |
| СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                               | 2,9       | 2,9      | 0,00              | 0,00    | 2,80        | 11,22                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 2,7       | 2,7      | 0,01              | 2,16    | 0,02        | 19,59                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                | 150       |          | 2,31              | 1,82    | 11,31       | 71,35                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                          | 2         | 2        | 0,20              | 0,00    | 1,04        | 4,97                          |
| САХАР ПЕСОК                                               | 7         | 7        | 0,00              | 0,00    | 6,78        | 27,09                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 75        | 75       | 2,11              | 1,82    | 3,49        | 39,29                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 90        | 90       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
|                                                           |           |          | 8,46              | 11,04   | 43,68       | 309,26                        |
| II Завтрак                                                |           |          |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА                                                   | 130       |          | 3,90              | 1,30    | 5,45        | 51,99                         |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ                                     | 130       | 130      | 3,66              | 3,15    | 5,30        | 68,09                         |
|                                                           |           |          | 3,90              | 1,30    | 5,45        | 51,99                         |
| Обед                                                      |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                        | 30        |          | 0,50              | 2,33    | 3,67        | 37,65                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                                 | 31,71     | 22,2     | 0,43              | 0,09    | 3,51        | 16,58                         |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                                               | 6,5       | 5,2      | 0,07              | 0,01    | 0,16        | 1,01                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 2,3       | 2,3      | 0,00              | 2,23    | 0,00        | 20,06                         |
| СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ                                         | 0,2       | 0,2      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ                     | 150/10    |          | 4,59              | 2,22    | 19,20       | 115,36                        |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16        | 16       | 1,16              | 0,45    | 7,97        | 40,66                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                                 | 42,86     | 30       | 0,58              | 0,12    | 4,74        | 22,41                         |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                                             | 12,05     | 12       | 2,68              | 0,18    | 5,60        | 34,80                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                              | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| МОРКОВЬ                                                   | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 1,8       | 1,8      | 0,01              | 1,45    | 0,01        | 13,06                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 108       | 108      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ                                         | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ                                     | 50        |          | 8,16              | 8,66    | 5,60        | 132,97                        |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                                 | 41,63     | 33,3     | 6,00              | 5,17    | 0,00        | 70,41                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 5,7       | 5,7      | 0,42              | 0,16    | 2,84        | 14,48                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 8,6       | 8,6      | 0,24              | 0,21    | 0,40        | 4,50                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                              | 20,7      | 17,1     | 0,23              | 0,03    | 1,36        | 6,80                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 1,7       | 1,7      | 0,00              | 1,65    | 0,00        | 14,82                         |

|                                                |          |       |       |       |        |          |
|------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,14 шт. | 5,635 | 0,70  | 0,63  | 0,04   | 8,58     |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                              | 1,9      | 1,4   | 0,05  | 0,01  | 0,11   | 0,67     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,07 шт. | 2,818 | 0,35  | 0,31  | 0,02   | 4,29     |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 1,4      | 1,4   | 0,17  | 0,00  | 0,83   | 4,05     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 0,5      | 0,5   | 0,00  | 0,49  | 0,00   | 4,37     |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                                 | 110      |       | 1,68  | 2,67  | 10,36  | 72,06    |
| СВЕКЛА                                         | 142,75   | 114,2 | 1,66  | 0,11  | 9,75   | 46,52    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 3,2      | 3,2   | 0,02  | 2,56  | 0,03   | 23,22    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 0,6      | 0,6   | 0,00  | 0,00  | 0,58   | 2,32     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,6      | 0,6   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ                                | 150      |       | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 93,85    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОСОВЫЙ           | 150      | 150   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 93,85    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20       |       | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
|                                                |          |       | 16,25 | 16,06 | 47,31  | 492,68   |
| Полдник                                        |          |       |       |       |        |          |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                 | 30       |       | 0,24  | 0,03  | 0,51   | 3,90     |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                | 30       | 30    | 0,24  | 0,03  | 0,51   | 3,90     |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ                     | 40       |       | 8,05  | 4,27  | 1,20   | 75,30    |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ                              | 43,16    | 38,2  | 7,60  | 2,41  | 0,00   | 51,88    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 12       | 12    | 0,34  | 0,29  | 0,56   | 6,29     |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 9,6      | 8     | 0,11  | 0,02  | 0,64   | 3,18     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1,6      | 1,6   | 0,00  | 1,55  | 0,00   | 13,95    |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                   | 100      |       | 1,95  | 2,10  | 12,79  | 78,39    |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 96,26    | 67,38 | 1,31  | 0,26  | 10,65  | 50,32    |
| МОРКОВЬ                                        | 29,06    | 23,25 | 0,29  | 0,02  | 1,55   | 7,90     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 12,2     | 12,2  | 0,34  | 0,30  | 0,57   | 6,39     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,9      | 1,9   | 0,01  | 1,52  | 0,02   | 13,78    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4      | 0,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ                    | 50       |       | 5,21  | 4,23  | 30,00  | 178,84   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 37       | 37    | 3,88  | 0,47  | 25,08  | 119,87   |
| САХАР ПЕСОК                                    | 3,6      | 3,6   | 0,00  | 0,00  | 3,48   | 13,93    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 30       | 30    | 0,84  | 0,73  | 1,40   | 15,71    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,5      | 1,5   | 0,01  | 1,20  | 0,01   | 10,88    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 1,5      | 1,5   | 0,00  | 1,46  | 0,00   | 13,09    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,08 шт. | 3,22  | 0,40  | 0,36  | 0,02   | 4,91     |
| ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ                             | 0,6      | 0,6   | 0,08  | 0,01  | 0,01   | 0,45     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 150      |       | 0,16  | 0,00  | 9,82   | 39,85    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 9,8      | 9,8   | 0,00  | 0,00  | 9,49   | 37,93    |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                            | 0,8      | 0,8   | 0,16  | 0,00  | 0,33   | 1,92     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 10       |       | 0,66  | 0,09  | 4,24   | 20,40    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10       | 10    | 0,66  | 0,09  | 4,24   | 20,40    |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                | 95       |       | 0,76  | 0,19  | 7,13   | 36,10    |
| МАНДАРИН                                       | 128,3    | 95    | 0,76  | 0,19  | 7,13   | 36,10    |
|                                                |          |       | 17,03 | 10,91 | 65,69  | 432,78   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                 |          |       | 45,64 | 39,31 | 162,13 | 1 286,71 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

10.06.2025

| Наименование блюда                                        | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                           | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                        | 35        |          | 1,59              | 0,60    | 21,22       | 95,00                         |
| ДЖЕМ                                                      | 15        | 15       | 0,09              | 0,02    | 10,94       | 42,60                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40                         |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                                        | 150       |          | 4,32              | 5,83    | 21,34       | 154,94                        |
| КРУПА МАННАЯ                                              | 22,3      | 22,3     | 2,23              | 0,21    | 15,27       | 71,17                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 48,3      | 48,3     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 73,5      | 73,5     | 2,07              | 1,78    | 3,42        | 38,50                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                         | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                               | 2,7       | 2,7      | 0,00              | 0,00    | 2,61        | 10,45                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 4,8       | 4,8      | 0,02              | 3,84    | 0,04        | 34,82                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                             | 150       |          | 2,21              | 1,82    | 13,18       | 78,42                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 64,5      | 64,5     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                       | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00    | 0,20        | 1,20                          |
| САХАР ПЕСОК                                               | 9,8       | 9,8      | 0,00              | 0,00    | 9,49        | 37,93                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                              | 75        | 75       | 2,11              | 1,82    | 3,49        | 39,29                         |
|                                                           |           |          | 8,12              | 8,25    | 55,74       | 328,36                        |
| II Завтрак                                                |           |          |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ                                                    | 125       |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                                      | 125       | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
|                                                           |           |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                         |
| Обед                                                      |           |          |                   |         |             |                               |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                          | 40        |          | 0,54              | 4,07    | 2,58        | 49,40                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                                 | 12        | 8,4      | 0,16              | 0,03    | 1,33        | 6,28                          |
| СВЕКЛА                                                    | 7,5       | 6        | 0,09              | 0,01    | 0,51        | 2,44                          |
| МОРКОВЬ                                                   | 5         | 4        | 0,05              | 0,00    | 0,27        | 1,36                          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                           | 6         | 6        | 0,05              | 0,01    | 0,10        | 0,78                          |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                          | 6         | 6        | 0,11              | 0,01    | 0,18        | 1,38                          |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ                                               | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,19        | 1,20                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                         | 4         | 4        | 0,00              | 4,00    | 0,00        | 35,96                         |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/15/5  |          | 3,73              | 4,69    | 4,58        | 78,76                         |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                                          | 34        | 34       | 0,59              | 0,03    | 0,99        | 7,59                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                 | 21,43     | 15       | 0,29              | 0,06    | 2,38        | 11,20                         |
| МОРКОВЬ                                                   | 7,98      | 6,38     | 0,08              | 0,01    | 0,43        | 2,16                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                              | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                            | 0,6       | 0,6      | 0,03              | 0,00    | 0,11        | 0,59                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                         | 2,1       | 2,1      | 0,01              | 1,68    | 0,02        | 15,24                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                             | 120       | 120      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                         | 0,7       | 0,7      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                                 | 17,5      | 14       | 2,52              | 2,17    | 0,00        | 29,60                         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                      | 5         | 5        | 0,13              | 0,73    | 0,17        | 9,99                          |

|                                                |       |       |       |       |        |          |
|------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ                 | 130   |       | 10,66 | 11,16 | 21,74  | 230,01   |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                      | 54,13 | 43,3  | 7,81  | 6,72  | 0,00   | 91,56    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 2,2   | 2,2   | 0,01  | 1,77  | 0,02   | 15,97    |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 178   | 124,6 | 2,42  | 0,49  | 19,70  | 93,06    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 10,36 | 8,7   | 0,12  | 0,02  | 0,69   | 3,46     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,1   | 1,1   | 0,01  | 0,88  | 0,01   | 7,98     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 1,6   | 1,6   | 0,01  | 1,28  | 0,01   | 11,61    |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 2,2   | 2,2   | 0,28  | 0,00  | 1,31   | 6,37     |
| СОЛЬ йодированная                              | 0,5   | 0,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА                           | 150   |       | 0,30  | 0,00  | 32,80  | 93,00    |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)                      | 18,8  | 18,8  | 0,42  | 0,13  | 10,49  | 46,69    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 18    | 18    | 0,00  | 0,00  | 17,42  | 69,67    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2   | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 174,8 | 174,8 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20    |       | 1,34  | 0,20  | 8,51   | 41,00    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20    | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
|                                                |       |       | 16,57 | 20,12 | 70,21  | 492,17   |
| Полдник                                        |       |       |       |       |        |          |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                | 120   |       | 10,60 | 11,58 | 7,74   | 178,14   |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 97,5  | 78    | 1,36  | 0,08  | 3,56   | 21,18    |
| ГОВЯДИНА Б/К задняя часть                      | 60,75 | 48,6  | 8,77  | 7,55  | 0,00   | 102,77   |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 4,6   | 4,5   | 0,31  | 0,05  | 3,23   | 14,54    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 14,3  | 12    | 0,16  | 0,02  | 0,95   | 4,77     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 4     | 4     | 0,00  | 3,88  | 0,00   | 34,88    |
| СОЛЬ йодированная                              | 0,9   | 0,9   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                               | 150   |       | 0,11  | 0,01  | 11,97  | 50,40    |
| ЛИМОН                                          | 20    | 12    | 0,11  | 0,01  | 0,35   | 3,96     |
| САХАР ПЕСОК                                    | 12    | 12    | 0,00  | 0,00  | 11,62  | 46,44    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 147   | 147   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                        | 30    |       | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 125,10   |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ                | 30    | 30    | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 125,10   |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20    |       | 1,30  | 0,20  | 8,49   | 40,70    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20    | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ЯБЛОКО                                         | 70    |       | 0,30  | 0,30  | 6,90   | 32,90    |
| ЯБЛОКИ                                         | 79,55 | 70    | 0,28  | 0,28  | 6,86   | 32,90    |
|                                                |       |       | 14,56 | 15,03 | 57,42  | 427,24   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                 |       |       | 42,75 | 46,53 | 189,01 | 1 318,41 |

МЕНЮ

Ясли 12 часов

11.06.2025

| Наименование блюда                                                   | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                      | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                              |           |          |                   |         |             |                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                         | 20        |          | 2,48              | 2,24    | 0,14        | 30,65                         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                                   | 0,5 шт.   | 20,125   | 2,48              | 2,24    | 0,14        | 30,65                         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                   | 20        |          | 1,30              | 2,80    | 8,50        | 64,50                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ            | 17,1      | 17,1     | 1,24              | 0,49    | 8,53        | 43,46                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 2,9       | 2,9      | 0,01              | 2,32    | 0,02        | 21,04                         |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ                                       | 130       |          | 4,51              | 6,49    | 17,66       | 147,64                        |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"                                            | 19,3      | 19,3     | 2,30              | 1,16    | 11,57       | 65,90                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 44,5      | 44,5     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 78        | 78       | 2,19              | 1,89    | 3,63        | 40,86                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                    | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                                          | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 0,00    | 2,43        | 9,68                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 4,3       | 4,3      | 0,02              | 3,44    | 0,03        | 31,20                         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                                      | 150       |          | 3,06              | 2,52    | 12,22       | 84,76                         |
| КАКАО-ПОРОШОК                                                        | 2         | 2        | 0,47              | 0,29    | 0,19        | 5,61                          |
| САХАР ПЕСОК                                                          | 8         | 8        | 0,00              | 0,00    | 7,74        | 30,96                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 92        | 92       | 2,59              | 2,23    | 4,29        | 48,19                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 65        | 65       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
|                                                                      |           |          | 11,35             | 14,05   | 38,52       | 327,55                        |
| II Завтрак                                                           |           |          |                   |         |             |                               |
| КЕФИР                                                                | 130       |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                                 | 130       | 130      | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
|                                                                      |           |          | 3,77              | 3,25    | 5,20        | 68,90                         |
| Обед                                                                 |           |          |                   |         |             |                               |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                       | 40        |          | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                                                     | 40,41     | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52        | 9,60                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/10 |          | 3,99              | 4,99    | 8,17        | 98,19                         |
| СВЕКЛА                                                               | 30        | 24       | 0,35              | 0,02    | 2,05        | 9,78                          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                                 | 15        | 12       | 0,21              | 0,01    | 0,54        | 3,26                          |
| КАРТОФЕЛЬ                                                            | 17,14     | 12       | 0,23              | 0,05    | 1,90        | 8,96                          |
| МОРКОВЬ                                                              | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                         | 7,14      | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                                       | 1,8       | 1,8      | 0,09              | 0,00    | 0,33        | 1,78                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                                    | 1,5       | 1,5      | 0,01              | 1,20    | 0,01        | 10,88                         |
| САХАР ПЕСОК                                                          | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 0,00    | 1,75        | 6,96                          |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                                                     | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                        | 120       | 120      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                                 | 10        | 10       | 0,25              | 1,46    | 0,34        | 19,98                         |
| ГОВЯДИНА Б/К лопатка                                                 | 17,88     | 14,3     | 2,58              | 2,22    | 0,00        | 30,23                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                                    | 1         | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                                    | 1,05      | 1        | 0,04              | 0,00    | 0,08        | 0,48                          |
| ЧЕСНОК                                                               | 1,18      | 1        | 0,07              | 0,01    | 0,29        | 1,45                          |

|                                                              |          |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                                   | 60       |       | 10,33 | 10,69 | 9,83   | 176,74   |
| КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ                                          | 51,65    | 47    | 8,29  | 8,39  | 0,00   | 108,50   |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 11       | 11    | 0,81  | 0,31  | 5,48   | 27,96    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 16       | 16    | 0,45  | 0,39  | 0,75   | 8,38     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2        | 2     | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                                          | 6        | 6     | 0,77  | 0,00  | 3,58   | 17,39    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ                      | 120      |       | 1,82  | 1,72  | 7,83   | 59,78    |
| МОРКОВЬ                                                      | 50,38    | 40,3  | 0,50  | 0,04  | 2,70   | 13,69    |
| РЕПА                                                         | 24,3     | 18    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                                     | 15,4     | 10    | 0,30  | 0,02  | 0,63   | 3,88     |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 17       | 13,6  | 0,23  | 0,01  | 0,62   | 3,70     |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ                                              | 16       | 8,32  | 0,20  | 0,02  | 0,34   | 2,43     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 1,1      | 1,1   | 0,00  | 0,00  | 1,07   | 4,26     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 3,1      | 3,1   | 0,32  | 0,04  | 2,10   | 10,04    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 31,6     | 31,6  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 10,9     | 10,9  | 0,27  | 1,59  | 0,37   | 21,78    |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,4      | 0,4   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                               | 150      |       | 0,00  | 0,00  | 16,50  | 96,75    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИКОВЫЙ                          | 150      | 150   | 0,00  | 0,00  | 16,50  | 96,75    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,34  | 0,20  | 8,49   | 40,90    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
|                                                              |          |       | 17,92 | 17,68 | 52,34  | 481,96   |
| Полдник                                                      |          |       |       |       |        |          |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                | 30       |       | 0,24  | 0,03  | 0,75   | 4,19     |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                                             | 30,21    | 29,9  | 0,24  | 0,03  | 0,75   | 4,19     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                                          | 120      |       | 12,84 | 12,51 | 11,05  | 208,02   |
| ГОВЯДИНА Б/К лопатка                                         | 79       | 63,2  | 11,41 | 9,81  | 0,00   | 133,65   |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 91,43    | 64    | 1,24  | 0,25  | 10,12  | 47,80    |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 9,52     | 8     | 0,11  | 0,02  | 0,64   | 3,18     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 2,5      | 2,5   | 0,00  | 2,43  | 0,00   | 21,81    |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                               | 1,6      | 1,6   | 0,08  | 0,00  | 0,29   | 1,58     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 1        | 1     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                  | 150      |       | 0,23  | 0,11  | 10,04  | 42,95    |
| ШИПОВНИК                                                     | 15       | 15    | 0,23  | 0,11  | 3,26   | 15,86    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 7        | 7     | 0,00  | 0,00  | 6,78   | 27,09    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 150      | 150   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                          | 60       |       | 7,42  | 4,71  | 25,83  | 175,83   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 30       | 30    | 3,14  | 0,38  | 20,34  | 97,19    |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 1,62     | 1,62  | 0,00  | 0,00  | 1,57   | 6,27     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,37     | 1,37  | 0,01  | 1,10  | 0,01   | 9,94     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,06 шт. | 2,415 | 0,30  | 0,27  | 0,02   | 3,68     |
| ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ                                           | 0,6      | 0,6   | 0,08  | 0,01  | 0,01   | 0,45     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 12       | 12    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,43     | 0,43  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                         | 19       | 18,9  | 3,30  | 1,65  | 0,55   | 30,98    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 0,94     | 0,94  | 0,10  | 0,01  | 0,64   | 3,05     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 0,94     | 0,94  | 0,00  | 0,76  | 0,01   | 6,82     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 1/20 шт. | 2,013 | 0,25  | 0,22  | 0,01   | 3,07     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,14     | 2,14  | 0,00  | 0,00  | 2,08   | 8,28     |
| ВАНИЛИН                                                      | 0,003    | 0,003 | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 0,86     | 0,86  | 0,09  | 0,01  | 0,58   | 2,78     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 1/33 шт. | 1,208 | 0,15  | 0,14  | 0,01   | 1,84     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,17     | 0,17  | 0,00  | 0,16  | 0,00   | 1,48     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 15       |       | 0,98  | 0,15  | 6,38   | 30,60    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 15       | 15    | 0,99  | 0,13  | 6,36   | 30,59    |
| ГРУША                                                        | 70       |       | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 32,90    |
| ГРУША                                                        | 77,8     | 70    | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 32,90    |
|                                                              |          |       | 21,99 | 17,72 | 61,26  | 494,49   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |          |       | 55,03 | 52,70 | 157,32 | 1 372,90 |



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ВЫХОДНОЙ

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО              | 30        |          | 0,89              | 1,56    | 1,87        | 25,04                               |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ                                     | 43,9      | 28,5     | 0,88              | 0,06    | 1,85        | 11,40                               |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,50    | 0,00        | 13,49                               |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                            | 0,4       | 0,3      | 0,01              | 0,00    | 0,02        | 0,15                                |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                            | 110       |          | 9,54              | 11,87   | 1,91        | 152,73                              |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 1,75 шт.  | 70,438   | 8,68              | 7,86    | 0,48        | 107,27                              |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 30        | 30       | 0,84              | 0,73    | 1,40        | 15,71                               |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 1         | 1        | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 4,1       | 4,1      | 0,02              | 3,28    | 0,03        | 29,75                               |
| БАТОН                                                        | 20        |          | 1,50              | 0,60    | 10,30       | 52,40                               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                   | 150       |          | 2,31              | 1,82    | 11,31       | 71,35                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                             | 2         | 2        | 0,20              | 0,00    | 1,04        | 4,97                                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 7         | 7        | 0,00              | 0,00    | 6,78        | 27,09                               |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 75        | 75       | 2,11              | 1,82    | 3,49        | 39,29                               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 90        | 90       | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
|                                                              |           |          | 14,24             | 15,85   | 25,39       | 301,52                              |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА                                                      | 130       |          | 3,90              | 1,30    | 5,45        | 51,99                               |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ                                        | 130       | 130      | 3,66              | 3,15    | 5,30        | 68,09                               |
|                                                              |           |          | 3,90              | 1,30    | 5,45        | 51,99                               |
| Обед                                                         |           |          |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                              | 30        |          | 0,42              | 1,78    | 2,43        | 27,30                               |
| СВЕКЛА                                                       | 35,63     | 28,5     | 0,42              | 0,03    | 2,43        | 11,61                               |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 1,75    | 0,00        | 15,69                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ                  | 150/15    |          | 5,05              | 4,94    | 10,02       | 104,79                              |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 81,43     | 57       | 1,11              | 0,22    | 9,01        | 42,57                               |
| МОРКОВЬ                                                      | 7,5       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,40        | 2,04                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 7,2       | 6        | 0,08              | 0,01    | 0,48        | 2,39                                |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,46    | 0,00        | 13,09                               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 105       | 105      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ГОВЯДИНА Б/К лопатка                                         | 25,2      | 20,16    | 3,64              | 3,13    | 0,00        | 42,63                               |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 1,8       | 1,5      | 0,02              | 0,00    | 0,12        | 0,60                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,024 шт. | 0,966    | 0,12              | 0,11    | 0,01        | 1,47                                |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                       | 50/30     |          | 13,43             | 5,68    | 2,33        | 134,14                              |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                                               | 79,57     | 74       | 12,85             | 2,66    | 0,00        | 91,16                               |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 2,1       | 2,1      | 0,01              | 1,68    | 0,02        | 15,24                               |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,4       | 2,4      | 0,25              | 0,03    | 1,63        | 7,78                                |

|                                                              |          |       |       |       |        |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 22,6     | 22,6  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 9        | 9     | 0,22  | 1,31  | 0,31   | 17,98    |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                               | 2        | 2     | 0,10  | 0,00  | 0,37   | 1,98     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5      | 0,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                  | 110      |       | 3,81  | 2,86  | 24,30  | 138,16   |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                 | 35,5     | 35,5  | 3,79  | 0,45  | 24,28  | 116,39   |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 3        | 3     | 0,02  | 2,41  | 0,02   | 21,77    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                 | 150      |       | 1,20  | 0,30  | 22,80  | 96,75    |
| СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ                            | 150      | 150   | 1,20  | 0,30  | 22,80  | 96,75    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,30  | 0,20  | 8,50   | 40,80    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАТОН                                                        | 20       |       | 1,50  | 0,60  | 10,30  | 52,40    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20       | 20    | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40    |
|                                                              |          |       | 26,71 | 16,36 | 80,68  | 594,34   |
| Полдник                                                      |          |       |       |       |        |          |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                               | 30       |       | 0,24  | 0,03  | 0,51   | 3,90     |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                              | 30       | 30    | 0,24  | 0,03  | 0,51   | 3,90     |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                | 50       |       | 7,71  | 4,98  | 2,14   | 84,11    |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                                             | 42       | 40,42 | 6,28  | 0,23  | 0,00   | 27,05    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 12,5     | 12,5  | 0,35  | 0,30  | 0,58   | 6,55     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 2,5      | 2,5   | 0,01  | 2,00  | 0,02   | 18,14    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,2      | 2,2   | 0,23  | 0,03  | 1,49   | 7,13     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 2,5      | 2,5   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,17 шт. | 6,843 | 0,84  | 0,77  | 0,05   | 10,42    |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,7      | 1,7   | 0,00  | 1,65  | 0,00   | 14,82    |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                       | 100      |       | 2,08  | 2,17  | 8,66   | 63,08    |
| МОРКОВЬ                                                      | 29,06    | 23,25 | 0,29  | 0,02  | 1,55   | 7,90     |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 27,51    | 19,26 | 0,38  | 0,08  | 3,05   | 14,39    |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                                     | 15,38    | 10    | 0,30  | 0,02  | 0,63   | 3,88     |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                         | 29,9     | 23,92 | 0,42  | 0,02  | 1,09   | 6,50     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3      | 0,3   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 16,5     | 16,5  | 0,47  | 0,40  | 0,77   | 8,64     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 2        | 2     | 0,01  | 1,60  | 0,02   | 14,51    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2        | 2     | 0,21  | 0,03  | 1,36   | 6,48     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 16,5     | 16,5  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,3      | 0,3   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,19   | 0,78     |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С<br>САХАРОМ                    | 150      |       | 0,10  | 0,00  | 15,30  | 63,10    |
| КЛЮКВА                                                       | 15,31    | 15    | 0,08  | 0,03  | 0,54   | 4,07     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 9        | 9     | 0,00  | 0,00  | 8,71   | 34,83    |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 159      | 159   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                          | 50       |       | 4,65  | 2,47  | 17,82  | 112,41   |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 19,5     | 19,5  | 2,05  | 0,24  | 13,22  | 63,18    |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                     | 2,2      | 2,2   | 0,23  | 0,03  | 1,49   | 7,13     |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,6      | 2,6   | 0,00  | 0,00  | 2,51   | 10,06    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                             | 0,7      | 0,7   | 0,00  | 0,56  | 0,01   | 5,08     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,06 шт. | 2,415 | 0,30  | 0,27  | 0,02   | 3,68     |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 5,7      | 5,7   | 0,16  | 0,14  | 0,26   | 2,99     |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                                         | 10       | 10    | 1,75  | 0,87  | 0,29   | 16,39    |
| ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ                                           | 0,9      | 0,9   | 0,11  | 0,02  | 0,02   | 0,67     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,2      | 0,2   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВАНИЛИН                                                      | 0,02     | 0,02  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                           | 0,01 шт. | 0,403 | 0,05  | 0,05  | 0,00   | 0,61     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                            | 0,3      | 0,3   | 0,00  | 0,29  | 0,00   | 2,62     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 20       |       | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ               | 20       | 20    | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
| БАНАН                                                        | 70       |       | 1,06  | 0,35  | 14,78  | 67,58    |
| БАНАН                                                        | 100      | 70    | 1,05  | 0,35  | 14,70  | 67,20    |
|                                                              |          |       | 17,16 | 10,18 | 67,69  | 434,97   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                               |          |       | 62,01 | 43,69 | 179,21 | 1 382,82 |



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ВЫХОДНОЙ

| Наименование блюда                                           | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                              | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                            | 30        |          | 4,10              | 3,90    | 9,00        | 88,20                               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ<br>ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 18        | 18       | 1,31              | 0,50    | 8,97        | 45,75                               |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                               | 13,2      | 12       | 2,70              | 3,43    | 0,00        | 42,37                               |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                                          | 130       |          | 3,19              | 5,16    | 19,39       | 137,23                              |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                | 19,49     | 19,3     | 1,31              | 0,18    | 13,85       | 62,34                               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 44,5      | 44,5     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 66,3      | 66,3     | 1,86              | 1,61    | 3,08        | 34,73                               |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 0,00    | 2,43        | 9,68                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 4,2       | 4,2      | 0,02              | 3,37    | 0,03        | 30,48                               |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                | 150       |          | 2,32              | 1,87    | 7,79        | 57,73                               |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                          | 0,8       | 0,8      | 0,16              | 0,00    | 0,33        | 1,92                                |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 105       | 105      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| САХАР ПЕСОК                                                  | 4         | 4        | 0,00              | 0,00    | 3,87        | 15,48                               |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                 | 77        | 77       | 2,16              | 1,87    | 3,59        | 40,33                               |
|                                                              |           |          | 9,61              | 10,93   | 36,18       | 283,16                              |
| II Завтрак                                                   |           |          |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ                                                       | 125       |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                               |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                                         | 125       | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                               |
|                                                              |           |          | 3,50              | 3,13    | 5,64        | 70,64                               |
| Обед                                                         |           |          |                   |         |             |                                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                | 30        |          | 0,24              | 0,03    | 0,75        | 4,19                                |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                                             | 30,21     | 29,9     | 0,24              | 0,03    | 0,75        | 4,19                                |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ              | 150/10/10 |          | 4,01              | 5,01    | 9,49        | 103,96                              |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 56,57     | 39,6     | 0,77              | 0,16    | 6,26        | 29,58                               |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ                                               | 3,03      | 3        | 0,27              | 0,03    | 1,95        | 9,17                                |
| МОРКОВЬ                                                      | 9,38      | 7,5      | 0,10              | 0,01    | 0,50        | 2,55                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 4         | 3,36     | 0,05              | 0,01    | 0,27        | 1,34                                |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                              | 10        | 10       | 0,08              | 0,01    | 0,16        | 1,26                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 1,5       | 1,5      | 0,01              | 1,20    | 0,01        | 10,88                               |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                | 114       | 114      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                            | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                         | 19        | 13,68    | 2,48              | 2,13    | 0,00        | 29,20                               |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                         | 10        | 10       | 0,25              | 1,46    | 0,34        | 19,98                               |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                         | 50        |          | 9,84              | 0,37    | 0,30        | 43,65                               |
| РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ<br>ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ                    | 87,5      | 63       | 9,78              | 0,37    | 0,00        | 42,17                               |
| МОРКОВЬ                                                      | 2,5       | 2        | 0,03              | 0,00    | 0,14        | 0,68                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                 | 3         | 2        | 0,03              | 0,00    | 0,16        | 0,80                                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                           | 110       |          | 2,14              | 3,80    | 17,32       | 112,12                              |
| КАРТОФЕЛЬ                                                    | 156,14    | 109,3    | 2,12              | 0,43    | 17,29       | 81,64                               |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                            | 4,2       | 4,2      | 0,02              | 3,37    | 0,03        | 30,48                               |

|                                                |          |        |       |       |        |          |
|------------------------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|----------|
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,9      | 0,9    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОУС ПОЛЬСКИЙ                                  | 15       |        | 1,53  | 7,35  | 0,16   | 72,96    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ              | 7,5      | 7,5    | 0,04  | 6,00  | 0,06   | 54,42    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,3 шт.  | 12,075 | 1,48  | 1,35  | 0,08   | 18,39    |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                              | 0,3      | 0,3    | 0,01  | 0,00  | 0,02   | 0,15     |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,03     | 0,03   | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,2      | 0,2    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                | 150      |        | 0,10  | 0,09  | 16,33  | 67,03    |
| ЯБЛОКИ                                         | 25,6     | 22,5   | 0,09  | 0,09  | 2,14   | 10,26    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 8        | 8      | 0,00  | 0,00  | 7,74   | 30,96    |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                           | 8,5      | 8,5    | 0,01  | 0,00  | 6,45   | 25,81    |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2      | 0,2    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 147,8    | 147,8  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20       |        | 1,33  | 0,20  | 8,45   | 40,70    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20       | 20     | 1,32  | 0,18  | 8,48   | 40,79    |
|                                                |          |        | 19,19 | 16,85 | 52,80  | 444,61   |
| Полдник                                        |          |        |       |       |        |          |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ                  | 120/13   |        | 22,17 | 14,44 | 25,72  | 326,89   |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                           | 113,4    | 113,4  | 19,80 | 9,90  | 3,30   | 185,90   |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5      | 0,5    | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00     |
| КРУПА МАННАЯ                                   | 7,7      | 7,7    | 0,77  | 0,08  | 5,28   | 24,57    |
| САХАР ПЕСОК                                    | 5        | 5      | 0,00  | 0,00  | 4,84   | 19,35    |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,15 шт. | 6,038  | 0,75  | 0,67  | 0,04   | 9,20     |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 3        | 3      | 0,00  | 2,91  | 0,00   | 26,16    |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 4,8      | 4,8    | 0,61  | 0,00  | 2,86   | 13,91    |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 6        | 6      | 0,16  | 0,87  | 0,20   | 11,99    |
| ДЖЕМ                                           | 13       | 13     | 0,08  | 0,01  | 9,20   | 35,81    |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                               | 180      |        | 5,32  | 4,59  | 8,80   | 99,00    |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 189      | 189    | 5,32  | 4,59  | 8,80   | 99,00    |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                  | 70       |        | 0,28  | 0,28  | 6,86   | 32,90    |
| ЯБЛОКИ                                         | 79,55    | 70     | 0,28  | 0,28  | 6,86   | 32,90    |
|                                                |          |        | 27,77 | 19,31 | 41,38  | 458,79   |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                 |          |        | 60,07 | 50,22 | 136,00 | 1 257,20 |