

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 1**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,6 | 9,0 | 33,6 | 250,0 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 49 | 49 | 6 | 1,6 | 27,2 | 146,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 61,9 | 61,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92,9 | 92,9 | 2,6 | 2,2 | 4,4 | 48,7 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,3 | 21,8 | 118,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 0,8 | 0,8 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 99 | 99 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 19,5 | 21,3 | 76,4 | 574,2 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ в инд. упаковке | 125 | | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| МАНДАРИН | 250 | | 1,5 | 0,4 | 13,9 | 70,3 |
| МАНДАРИН | 250 | 185 | 1,5 | 0,4 | 13,9 | 70,3 |
| | | | 4,0 | 2,3 | 17,7 | 130,3 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50,2 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | | 9,0 | 8,2 | 15,1 | 168,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 53,3 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 16 | 16 | 3,6 | 0,3 | 7,5 | 46,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 144 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 33 | 24,75 | 4,4 | 4,5 | 0 | 57,1 |

| | | | | | | |
|---|----------|-------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | 80 | 10,5 | 7,1 | 4,0 | 121,8 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 56,8 | 50,4 | 10 | 3,2 | 0 | 68,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,2 | 15,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОРКОВЬ | 18,4 | 14,4 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8 | 6,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3,2 | 3,2 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 170,67 | 128 | 2,5 | 0,5 | 20,3 | 95,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24 | 23 | 0,7 | 0,6 | 1,1 | 12,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 27,5 | 21,4 | 82,3 | 631,1 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 160 | 4,9 | 4,3 | 8,1 | 90,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 168,8 | 168 | 4,8 | 4,1 | 7,9 | 88,0 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | | 70 | 6,2 | 3,5 | 23,6 | 151,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 26,6 | 26,6 | 2,8 | 0,3 | 18 | 86,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,4 | 1,4 | 0,2 | 0 | 1 | 4,6 |
| САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,6 | 0 | 5,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,2 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 8,4 | 8,4 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 4,4 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 12,4 | 12,4 | 2,1 | 1,1 | 0,4 | 20,4 |
| ДРОЖЖИ | 2,1 | 2,1 | 0,3 | 0 | 0 | 1,6 |
| ВАНИЛИН | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,8 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,7 | 0 | 6,1 |
| | | | 11,1 | 7,8 | 31,7 | 241,5 |
| Ужин | | | | | | |
| БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | 60 | 9,2 | 9,3 | 6,2 | 145,8 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 52,4 | 44,3 | 8 | 6,9 | 0 | 93,7 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 11,3 | 11,3 | 0,8 | 0,3 | 5,6 | 28,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 12,8 | 12,8 | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 6,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,3 | 2,3 | 0 | 1,8 | 0 | 16,7 |
| КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ | | 150 | 0,9 | 4,5 | 7,0 | 72,6 |
| КАБАЧКИ | 208 | 156 | 0,9 | 0,5 | 7 | 36,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368 | | 30 | 0,8 | 3,3 | 3,1 | 45,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,6 | 3,6 | 0 | 2,9 | 0 | 26,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,6 | 3,6 | 0,4 | 0 | 2,4 | 11,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | 180 | 0,1 | | 14,5 | 59,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| ЛИМОН | 7,8 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,2 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 14,0 | 18,3 | 51,4 | 428,1 |

2 ужин

| | | | | | | |
|---|-------|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|
| БИОКЕФИР | | 180 | 6,1 | 4,5 | 19,6 | 148,5 |
| КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| ВАФЛИ | | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 88,5 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 25 | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 88,5 |
| | | | 6,8 | 5,3 | 38,9 | 237,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 82,9 | 76,4 | 298,4 | 2 242,2 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 2**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | | 10,8 | 17,7 | 2,0 | 209,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 2 шт. | 80,5 | 9,9 | 9 | 0,6 | 122,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 0,9 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | | 5,1 | 6,8 | 25,2 | 183,2 |
| ПШЕНО | 28 | 27,72 | 3,1 | 0,8 | 18,9 | 94,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48,8 | 48,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 73,5 | 73,5 | 2 | 1,7 | 3,4 | 38,5 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,3 | 5,3 | 0 | 4,3 | 0 | 38,4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 5,9 | 4,6 | 20,4 | 148,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,6 | 189,6 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,3 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 24,9 | 34,5 | 68,3 | 683,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СЛИВА САДОВАЯ | 250 | | 1,7 | 0,7 | 21,0 | 107,0 |
| СЛИВА САДОВАЯ | 250 | 225 | 1,7 | 0,7 | 21 | 107,0 |
| МОРОЖЕНОЕ | 70 | | 2,2 | 5,9 | 10,5 | 103,9 |
| МОРОЖЕНОЕ СЛИВОЧНОЕ | 70 | 70 | 2,2 | 5,9 | 10,5 | 103,9 |
| | | | 3,9 | 6,6 | 31,5 | 210,9 |
| Обед | | | | | | |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ | 50 | | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ | 71,4 | 53,6 | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 250 | | 16,5 | 7,4 | 19,3 | 209,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 150,7 | 113 | 2,2 | 0,5 | 17,8 | 84,4 |
| МОРКОВЬ | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 80 | 70,8 | 14,1 | 4,5 | 0 | 96,1 |
| КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | 11,1 | 11,6 | 10,3 | 188,9 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ГОВЯДИНА Б/К | 61,1 | 51,6 | 9,3 | 8,1 | 0 | 109,1 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 12,3 | 12,3 | 0,9 | 0,4 | 6,1 | 31,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 16,6 | 16,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 7 | 7 | 0,9 | 0 | 4,2 | 20,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,1 | 0 | 28,3 |
| ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | | 150 | 3,0 | 8,2 | 16,0 | 150,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20 | 17 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 8 | 8 | 0 | 7,8 | 0 | 69,7 |
| БАКЛАЖАНЫ | 120 | 102 | 1,2 | 0,1 | 4,5 | 23,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 72 | 54 | 1,1 | 0,2 | 8,5 | 40,4 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 36 | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 8 | 6 | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (чернослив) | | 180 | 0,3 | 0,1 | 29,2 | 119,9 |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) | 14 | 14 | 0,3 | 0,1 | 7,9 | 34,7 |
| САХАР ПЕСОК | 22 | 22 | 0 | 0 | 21,3 | 85,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 34,9 | 27,8 | 98,5 | 784,4 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) | | 160 | 24,6 | 20,3 | 37,7 | 435,8 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 121,6 | 120 | 21 | 10,5 | 3,5 | 196,7 |
| КРУПА МАННАЯ | 13,2 | 13,2 | 1,4 | 0,1 | 9 | 42,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,4 шт. | 16,1 | 1,9 | 1,8 | 0,1 | 24,5 |
| САХАР ПЕСОК | 16 | 16 | 0 | 0 | 15,5 | 61,9 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 15 | 15 | 0,3 | 0,1 | 9,6 | 40,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| | | | 25,6 | 20,5 | 57,5 | 521,8 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) | | 60 | 10,3 | 6,7 | 5,5 | 123,6 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 54 | 48 | 9,5 | 3 | 0 | 65,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,8 | 10,8 | 0,8 | 0,3 | 5,4 | 27,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,2 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | | 200 | 3,7 | 7,3 | 24,6 | 180,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 188 | 131,6 | 2,5 | 0,5 | 20,9 | 98,3 |
| МОРКОВЬ | 47,8 | 38,4 | 0,5 | 0 | 2,5 | 13,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 25,9 | 24,3 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 12,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,1 | 0 | 28,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,1 | 0 | 28,3 |
| ЧАЙ С ДЖЕМОМ | | 180/10 | 0,1 | | 7,2 | 28,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 17,2 | 19,4 | 58,0 | 474,5 |

2 ужин

| | | | | | | |
|--------------------------------|-------|-----|--------------|--------------|--------------|----------------|
| ЙОГУРТ | | 180 | 5,0 | 4,5 | 8,1 | 101,7 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 5 | 4,5 | 8,1 | 101,7 |
| СУХАРИ | | 30 | 2,5 | 3,1 | 19,4 | 116,1 |
| СУХАРИ СЛИВОЧНЫЕ ВЫСШЕГО СОРТА | 30 | 30 | 2,5 | 3,1 | 19,4 | 116,1 |
| | | | 7,5 | 7,6 | 27,5 | 217,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 114,0 | 116,4 | 341,3 | 2 892,4 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 3**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | | 1,1 | 8,4 | 7,5 | 110,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | | 8,3 | 10,9 | 29,4 | 250,8 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 29 | 29 | 3,5 | 1,7 | 17,4 | 99,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 68,4 | 68,4 | 1,9 | 1,6 | 3,2 | 35,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 2,5 | 2,2 | 13,9 | 86,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 162 | 162 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 14,9 | 22,7 | 71,4 | 551,6 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ в инд. упаковке | 125 | | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| АПЕЛЬСИН | 250 | | 1,6 | 0,4 | 14,2 | 75,3 |
| АПЕЛЬСИН | 250 | 175 | 1,6 | 0,4 | 14,2 | 75,3 |
| | | | 4,1 | 2,3 | 18,0 | 135,3 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | | 0,4 | | 1,2 | 7,0 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 53,6 | 49,8 | 0,4 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | | 6,4 | 6,7 | 7,5 | 117,3 |
| СВЕКЛА | 24 | 19,2 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 75,2 | 60 | 1,1 | 0,1 | 2,7 | 16,3 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 31,2 | 30,4 | 0,3 | 0,1 | 1,2 | 7,1 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 144 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|--------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 27,84 | 23,5 | 4,3 | 3,7 | 0 | 49,7 |
| БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | 60 | 9,2 | 9,3 | 6,2 | 145,8 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 52,4 | 44,3 | 8 | 6,9 | 0 | 93,7 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 11,3 | 11,3 | 0,8 | 0,3 | 5,6 | 28,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 12,8 | 12,8 | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 6,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,3 | 2,3 | 0 | 1,8 | 0 | 16,7 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | 150/5 | 2,9 | 4,6 | 23,8 | 148,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 214,3 | 150 | 2,9 | 0,6 | 23,8 | 112,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | | 200 | 0,5 | 0,1 | 33,4 | 138,1 |
| АПЕЛЬСИН | 75 | 50 | 0,5 | 0,1 | 4 | 20,9 |
| САХАР ПЕСОК | 24 | 24 | 0 | 0 | 23,3 | 92,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 8 | 8 | 0 | 0 | 6,1 | 24,3 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 22,7 | 21,1 | 93,3 | 658,5 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | | 200 | 1,4 | 0,4 | 22,8 | 102,0 |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | 200 | 200 | 1,4 | 0,4 | 22,8 | 102,0 |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | | 130 | 24,9 | 17,7 | 26,8 | 372,1 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 130 | 130 | 22,7 | 11,3 | 3,8 | 213,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 16,9 | 16,9 | 1,7 | 0,2 | 11,4 | 54,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,09 шт. | 3,62 | 0,5 | 0,4 | 0 | 5,5 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 6 | 6 | 0 | 5,8 | 0 | 52,3 |
| | | | 26,3 | 18,1 | 49,6 | 474,1 |
| Ужин | | | | | | |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | | 50 | 5,3 | 11,6 | 0,2 | 126,6 |
| СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ | 51 | 50 | 5,3 | 11,6 | 0,2 | 126,6 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | 180 | 4,2 | 5,1 | 17,8 | 136,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 258 | 206,4 | 3,6 | 0,2 | 9,4 | 56,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| МОРКОВЬ | 4,6 | 3,6 | 0 | 0 | 0,2 | 1,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,6 | 7,2 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,9 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,3 | 4,3 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,3 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| САХАР ПЕСОК | 5,4 | 5,4 | 0 | 0 | 5,2 | 20,9 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | | | 14,3 | 57,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,7 | 51,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 12,5 | 17,9 | 52,9 | 425,4 |
| 2 ужин | | | | | | |
| КЕФИР с САХАРОМ | | 180 | 5,2 | 4,5 | 16,9 | 134,1 |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,2 | 95,4 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| ПРЯНИКИ | | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | | | 7,0 | 5,9 | 39,4 | 243,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 87,5 | 88,0 | 324,6 | 2 488,8 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 4**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | | 5,7 | 7,4 | | 90,5 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 26,7 | 25 | 5,8 | 7,4 | 0 | 91,0 |
| КАША "ДРУЖБА" | 200 | | 6,2 | 9,0 | 26,8 | 211,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
| ПШЕНО | 10 | 10 | 1,2 | 0,3 | 6,8 | 34,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,3 | 21,8 | 118,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 0,8 | 0,8 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 99 | 99 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 17,7 | 24,1 | 69,3 | 563,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО | 250 | | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| ЯБЛОКИ | 250 | 220 | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| | | | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50,2 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) И СМЕТАНОЙ | 200/10 | | 1,9 | 4,9 | 6,0 | 81,3 |
| КРУПА ОВСЯНАЯ | 4 | 4 | 0,5 | 0,2 | 2,3 | 13,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,2 | 4,2 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 57,6 | 40 | 0,7 | 0 | 1,2 | 8,9 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 168 | 168 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 20,0 |
| КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ | 150 | | 3,6 | 9,3 | 26,0 | 207,7 |

| | | | | | | |
|---|----------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| КАРТОФЕЛЬ | 197,14 | 138 | 2,7 | 0,6 | 21,8 | 103,1 |
| МОРКОВЬ | 10,32 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 7 | 7 | 0 | 6,8 | 0 | 61,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,33 | 7 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 13 | 13 | 0,3 | 1,9 | 0,5 | 26,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,75 | 3,75 | 0,4 | 0 | 2,5 | 12,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 37,5 | 37,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | 55 | 12,8 | 13,3 | 1,9 | 176,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 72 | 61 | 11 | 9,5 | 0 | 129,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/4 шт. | 10,06 | 1,3 | 1,2 | 0,1 | 15,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 10,5 | 10,5 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 5,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,2 | 0 | 1,3 | 5,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 2,1 | 2,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (КУРАГА) | | 180 | 0,1 | | 22,2 | 89,2 |
| КУРАГА | 16 | 12,8 | 0,1 | 0 | 1,2 | 5,6 |
| САХАР ПЕСОК | 21,6 | 21,6 | 0 | 0 | 21 | 83,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 22,3 | 28,0 | 79,2 | 668,2 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 200 | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ | | 60 | 4,0 | 3,5 | 21,0 | 131,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25,2 | 25,2 | 2,6 | 0,3 | 17,1 | 81,7 |
| САХАР ПЕСОК | 1,7 | 1,7 | 0 | 0 | 1,6 | 6,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,6 | 0 | 5,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,1 | 1,1 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,6 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 40,5 | 32,4 | 0,6 | 0 | 1,5 | 8,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 1,2 | 0 | 10,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0,8 | 0 | 7,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| | | | 4,6 | 3,9 | 53,6 | 271,7 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВОЙ) | | 60/5 | 9,6 | 10,9 | 4,8 | 155,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 52,8 | 44,4 | 8,1 | 6,9 | 0 | 93,9 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9,6 | 9,6 | 0,7 | 0,3 | 4,8 | 24,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,4 | 14,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,15 шт. | 6,04 | 0,8 | 0,7 | 0 | 9,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| КАБАЧКИ И ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОД СОУСОМ | | 200 | 5,1 | 20,6 | 15,5 | 279,6 |
| КАБАЧКИ | 123,8 | 92,9 | 0,6 | 0,3 | 4,2 | 21,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,8 | 3,8 | 0,4 | 0 | 2,6 | 12,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,7 | 5,7 | 0 | 4,6 | 0 | 41,3 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 7,6 | 7,6 | 0,8 | 0,1 | 5,1 | 24,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 72,6 | 72,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 24,9 | 24,9 | 0,6 | 3,6 | 0,9 | 49,8 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 5,1 | 4,8 | 1,1 | 1,4 | 0 | 17,0 |

| | | | | | | |
|--|--------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,9 | 2,9 | 0 | 2,8 | 0 | 25,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 9,5 | 9,5 | 0 | 7,6 | 0,1 | 69,0 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 123,8 | 64,4 | 1,6 | 0,2 | 2,6 | 18,7 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | 180 | 0,1 | | 14,5 | 59,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| ЛИМОН | 7,8 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,2 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 17,9 | 36,9 | 55,5 | 636,2 |
| 2 ужин | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | | 180 | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 185,57 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,6 | 97,2 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104,3 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104,3 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 7,3 | 4,3 | 26,2 | 176,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 70,7 | 98,1 | 305,4 | 2 419,3 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 5**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 4,8 | 7,9 | 29,4 | 208,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 29 | 28,71 | 1,9 | 0,3 | 20,6 | 92,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 68,4 | 68,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 5,9 | 4,6 | 20,4 | 148,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,6 | 189,6 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,3 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 18,9 | 22,5 | 70,8 | 562,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН | 250 | | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| БАНАН | 250 | 175 | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| ЙОГУРТ в инд. упаковке | 125 | | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| | | | 5,1 | 2,8 | 40,6 | 228,0 |
| Обед | | | | | | |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ | 50 | | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ | 71,4 | 53,6 | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| ЩИ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | | 6,0 | 7,4 | 5,7 | 114,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 70,4 | 56 | 1 | 0,1 | 2,5 | 15,2 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0,1 | 0,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 33 | 24,75 | 4,4 | 4,5 | 0 | 57,1 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 60/5 | | 10,5 | 18,0 | 9,7 | 243,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | 44,4 | 44,4 | 8,4 | 9,5 | 0 | 118,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,8 | 10,8 | 0,8 | 0,3 | 5,4 | 27,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15,6 | 15,6 | 0,5 | 0,4 | 0,7 | 8,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | | 180 | 3,8 | 3,7 | 15,9 | 114,4 |
| МОРКОВЬ | 49,2 | 39,6 | 0,5 | 0 | 2,6 | 13,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 49,6 | 37,2 | 0,7 | 0,1 | 5,9 | 27,7 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 27,6 | 18 | 0,6 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 50,4 | 39,6 | 0,7 | 0 | 1,8 | 10,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 29,4 | 29,4 | 0,9 | 0,7 | 1,4 | 15,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,6 | 3,6 | 0 | 2,9 | 0 | 26,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,6 | 3,6 | 0,4 | 0 | 2,4 | 11,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,4 | 29,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0,6 | 2,3 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | 180 | 0,6 | 0,3 | 22,0 | 92,7 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 18 | 18 | 0,6 | 0,3 | 8,4 | 49,6 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 24,9 | 29,9 | 77,0 | 680,4 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | 200 | 0,6 | | 33,0 | 136,0 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 200 | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136,0 |
| СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | | 70 | 6,9 | 10,0 | 19,4 | 195,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 24,8 | 24,8 | 2,6 | 0,3 | 16,8 | 80,3 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 1,7 | 7,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0,7 | 0 | 5,8 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ | 35,2 | 35 | 3,8 | 8,1 | 0,1 | 88,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,2 | 1,2 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,7 | 0 | 6,1 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| | | | 7,5 | 10,0 | 52,4 | 331,5 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | | 60 | 8,8 | 8,9 | 4,6 | 135,6 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 54 | 45,6 | 8,2 | 7,1 | 0 | 96,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9,6 | 9,6 | 0,7 | 0,3 | 4,8 | 24,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,6 | 15,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (СОУС ТОМАТНЫЙ) | | 150 | 2,8 | 7,7 | 14,6 | 138,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 40 | 30 | 0,6 | 0,1 | 4,8 | 22,4 |
| МОРКОВЬ | 34 | 27 | 0,4 | 0 | 1,8 | 9,2 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 26 | 18 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 28,85 | 15 | 0,4 | 0 | 0,6 | 4,4 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 18 | 12 | 0,4 | 0 | 0,8 | 4,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 36 | 30 | 0,4 | 0,1 | 2,4 | 11,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40,5 | 40,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,7 | 0 | 15,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,2 | 0 | 1,3 | 5,8 |
| МОРКОВЬ | 3,6 | 2,7 | 0 | 0 | 0,2 | 0,9 |

| | | | | | | |
|--|--------|------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,1 | 0,9 | 0 | 0 | 0,1 | 0,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0,9 | 0 | 7,9 |
| САХАР ПЕСОК | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0,9 | 3,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ДЖЕМОМ(вареньем,повидлом) | 180/10 | | 0,1 | | 7,2 | 28,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН | 30 | | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | | | 14,1 | 21,7 | 41,9 | 418,6 |
| 2 ужин | | | | | | |
| БИОКЕФИР | 180 | | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| ВАФЛИ | 25 | | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 88,5 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 25 | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 88,5 |
| | | | 6,8 | 5,3 | 29,2 | 198,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 77,3 | 92,2 | 311,9 | 2 418,8 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 6**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ | 50 | | 5,4 | 6,9 | 11,4 | 129,7 |
| КОЛБАСА ДОКТОРСКАЯ | 30 | 29,7 | 3,8 | 6,3 | 0,4 | 73,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 21,4 | 21,4 | 1,6 | 0,6 | 11 | 56,1 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 5,7 | 7,9 | 29,0 | 208,8 |
| КРУПА МАННАЯ | 29,7 | 29,7 | 3 | 0,3 | 20,4 | 94,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 64,5 | 64,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 98,1 | 98,1 | 2,7 | 2,4 | 4,6 | 51,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 2,5 | 2,2 | 13,9 | 86,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 162 | 162 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН | 25 | | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 15,6 | 21,9 | 67,3 | 527,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША | 250 | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| ГРУША | 250 | 225 | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| | | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | | 0,4 | | 1,2 | 7,0 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 53,6 | 49,8 | 0,4 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| БОРЩ С ФАСОЛЬЮ | 200 | | 2,8 | 4,2 | 9,9 | 90,3 |
| СВЕКЛА | 40 | 32 | 0,5 | 0 | 2,7 | 13,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 20 | 16 | 0,3 | 0 | 0,8 | 4,4 |
| ФАСОЛЬ | 8 | 8 | 1,6 | 0,2 | 3,7 | 23,1 |
| МОРКОВЬ | 4,8 | 4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |

| | | | | | | |
|--|---------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | | 60 | 7,7 | 12,6 | 7,9 | 175,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18,8 | 18,8 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,1 | 4,1 | 0 | 3,3 | 0 | 29,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,1 | 4,1 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 13,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18,8 | 18,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 37,3 | 31,5 | 5,7 | 4,9 | 0 | 66,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 8,3 | 8,3 | 0,6 | 0,2 | 4,2 | 21,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 9,8 | 9,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 2 | 2 | 0,5 | 0,6 | 0 | 7,1 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 160 | 3,3 | 5,7 | 21,6 | 149,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 182 | 136,5 | 2,6 | 0,5 | 21,5 | 101,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 25,6 | 24,5 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 12,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,3 | 5,3 | 0 | 4,3 | 0 | 38,4 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 180 | | | 20,4 | 81,3 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 21 | 21 | 0 | 0 | 20,4 | 81,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 189 | 189 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 17,5 | 22,9 | 82,2 | 605,6 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | | 150 | 27,3 | 17,1 | 25,6 | 371,6 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 142 | 142 | 24,8 | 12,4 | 4,2 | 232,8 |
| КРУПА МАННАЯ | 10 | 10 | 1 | 0,1 | 6,9 | 31,9 |
| САХАР ПЕСОК | 11 | 11 | 0 | 0 | 10,7 | 42,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 3,2 | 0 | 28,8 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 6 | 6 | 0,2 | 0,9 | 0,2 | 12,0 |
| | | | 28,3 | 17,3 | 45,4 | 457,6 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | 70 | 9,1 | 5,3 | 3,3 | 97,2 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 49,7 | 44,1 | 8,7 | 2,8 | 0 | 59,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 13,3 | 13,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОРКОВЬ | 16,1 | 12,6 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7 | 5,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,8 | 2,8 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,6 | 2,6 | 0 | 2,5 | 0 | 22,7 |
| САХАР ПЕСОК | 1,4 | 1,4 | 0 | 0 | 1,4 | 5,4 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | | 150 | 3,1 | 3,1 | 13,4 | 95,6 |
| МОРКОВЬ | 41 | 33 | 0,4 | 0 | 2,2 | 11,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 41,33 | 31 | 0,6 | 0,1 | 4,9 | 23,2 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 23 | 15 | 0,5 | 0 | 1 | 5,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 42 | 33 | 0,6 | 0 | 1,6 | 8,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 25 | 25 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 13,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0,5 | 1,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | | | 14,3 | 57,1 |

| | | | | | | |
|--|-------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| БАТОН | | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | | | 14,6 | 13,5 | 46,5 | 366,0 |
| 2 ужин | | | | | | |
| ЙОГУРТ | | 180 | 5,0 | 4,5 | 8,1 | 101,7 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 5 | 4,5 | 8,1 | 101,7 |
| МАРМЕЛАД | | 30 | | | 23,8 | 96,3 |
| МАРМЕЛАД ЖЕЛЕЙНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 30 | 0 | 0 | 23,8 | 96,3 |
| | | | 5,0 | 4,5 | 31,9 | 198,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 81,9 | 80,8 | 296,5 | 2 260,5 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 7**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | | 5,8 | 7,4 | | 91,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 26,7 | 25 | 5,8 | 7,4 | 0 | 91,0 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,6 | 9,0 | 33,6 | 250,0 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 49 | 49 | 6 | 1,6 | 27,2 | 146,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 61,9 | 61,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92,9 | 92,9 | 2,6 | 2,2 | 4,4 | 48,7 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,3 | 21,8 | 118,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 0,8 | 0,8 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 99 | 99 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 20,2 | 24,1 | 76,1 | 602,2 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ВИНОГРАД | 250 | | 1,3 | 1,3 | 33,5 | 156,6 |
| ВИНОГРАД | 250 | 217,5 | 1,3 | 1,3 | 33,5 | 156,6 |
| МОРОЖЕНОЕ | 70 | | 2,2 | 5,9 | 10,5 | 103,9 |
| МОРОЖЕНОЕ СЛИВОЧНОЕ | 70 | 70 | 2,2 | 5,9 | 10,5 | 103,9 |
| | | | 3,5 | 7,2 | 44,0 | 260,5 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | | 0,2 | | 0,5 | 3,9 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 200 | | 5,8 | 6,1 | 8,8 | 112,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 53,4 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 20 | 16 | 0,3 | 0 | 0,8 | 4,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 9,6 | 6,4 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 152 | 152 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 32 | 24 | 4,3 | 4,3 | 0 | 55,4 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|--------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | | 70 | 11,6 | 4,7 | 4,2 | 105,6 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 54,6 | 47,6 | 9,5 | 3 | 0 | 64,6 |
| МОРКОВЬ | 19,6 | 14 | 0,2 | 0 | 1 | 4,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7 | 5,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 5,6 | 5,6 | 0,4 | 0,2 | 2,8 | 14,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,18 шт. | 7 | 0,9 | 0,8 | 0 | 10,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 7 | 7 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 3,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,8 | 2,8 | 0 | 2,2 | 0 | 20,3 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ в СМЕТАННОМ СОУСЕ | | 150/5 | 2,8 | 10,8 | 16,2 | 180,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 61,5 | 46,1 | 0,9 | 0,2 | 7,3 | 34,4 |
| МОРКОВЬ | 28,9 | 23,1 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 13,9 | 23,1 | 0,3 | 0 | 1,8 | 9,2 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 23,1 | 23,1 | 0,1 | 0 | 1,4 | 5,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 36,9 | 28,9 | 0,5 | 0 | 1,4 | 7,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,5 | 3,5 | 0,4 | 0 | 2,3 | 11,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33,6 | 33,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12 | 12 | 0,3 | 1,7 | 0,4 | 24,0 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | | 180 | | | 22,9 | 91,4 |
| КУРАГА | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 7,2 | 7,2 | 0 | 0 | 5,4 | 21,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 198 | 198 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 23,7 | 22,0 | 73,8 | 596,1 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | | 200 | 1,4 | 0,4 | 22,8 | 102,0 |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | 200 | 200 | 1,4 | 0,4 | 22,8 | 102,0 |
| СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | 140/25 | 18,9 | 15,7 | 39,9 | 381,0 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 84 | 84 | 14,6 | 7,4 | 2,4 | 137,7 |
| МОРКОВЬ | 29,2 | 23,3 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 16,3 | 16,3 | 1,7 | 0,2 | 11,1 | 52,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,12 шт. | 4,7 | 0,6 | 0,5 | 0 | 7,2 |
| САХАР ПЕСОК | 11,7 | 11,7 | 0 | 0 | 11,3 | 45,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,8 | 5,8 | 0 | 5,6 | 0 | 50,5 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | 25 | 25 | 1,7 | 2 | 13,5 | 79,5 |
| | | | 20,3 | 16,1 | 62,7 | 483,0 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | | 60/5 | 9,1 | 12,4 | 4,3 | 165,3 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 45 | 38 | 6,9 | 5,9 | 0 | 80,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 8 | 8 | 0,6 | 0,2 | 4 | 20,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 3/10 шт. | 12,08 | 1,5 | 1,4 | 0,1 | 18,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 2,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | | 180 | 3,4 | 3,8 | 23,5 | 143,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 169,4 | 127,1 | 2,4 | 0,5 | 20,1 | 95,0 |
| МОРКОВЬ | 43 | 34,6 | 0,4 | 0 | 2,3 | 11,7 |

| | | | | | | |
|--|------------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 23,3 | 21,9 | 0,6 | 0,5 | 1,1 | 11,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0 | 25,4 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | | 0,1 | | 14,5 | 59,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| ЛИМОН | 7,8 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,2 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 15,7 | 21,6 | 63,0 | 510,4 |
| 2 ужин | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 180 | | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 185,57 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,6 | 97,2 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 7,7 | 4,7 | 29,9 | 197,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 91,1 | 95,7 | 349,5 | 2 649,3 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | | 10,8 | 17,7 | 2,0 | 209,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 2 шт. | 80,5 | 9,9 | 9 | 0,6 | 122,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 0,9 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | | 5,2 | 6,4 | 26,1 | 184,7 |
| ПШЕНО | 29 | 29 | 3,2 | 0,8 | 19,8 | 99,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48,4 | 48,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 73,6 | 73,6 | 2 | 1,7 | 3,4 | 38,5 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,9 | 4,9 | 0 | 3,9 | 0 | 35,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 5,9 | 4,6 | 20,4 | 148,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,6 | 189,6 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,3 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 25,0 | 34,1 | 69,2 | 684,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО | 250 | | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| ЯБЛОКИ | 250 | 220 | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| | | | 0,9 | 0,9 | 21,6 | 103,4 |
| Обед | | | | | | |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ | 50 | | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ | 71,4 | 53,6 | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 200/5 | | 7,3 | 7,6 | 12,6 | 148,3 |
| СВЕКЛА | 40 | 32 | 0,5 | 0 | 2,7 | 13,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 26,7 | 20 | 0,4 | 0,1 | 3,2 | 14,9 |
| МОРКОВЬ | 10,4 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ФАСОЛЬ | 8 | 8 | 1,6 | 0,2 | 3,7 | 23,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|---|-------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 33 | 24,75 | 4,4 | 4,5 | 0 | 57,1 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | | 250 | 21,6 | 29,2 | 40,8 | 512,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 94 | 80 | 14,5 | 12,4 | 0 | 169,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 309,3 | 232 | 4,5 | 0,9 | 36,7 | 173,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 22 | 18 | 0,3 | 0 | 1,5 | 7,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ №371 | | 30 | 0,5 | 1,2 | 1,9 | 23,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 22,8 | 22,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 8 | 8 | 0,2 | 1,2 | 0,3 | 16,0 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ | | 180 | 0,1 | | 21,7 | 87,2 |
| КУРАГА | 17 | 13,6 | 0,1 | 0 | 1,3 | 5,9 |
| САХАР ПЕСОК | 21 | 21 | 0 | 0 | 20,4 | 81,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 33,5 | 38,5 | 100,7 | 886,8 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 200 | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| СУШКИ | | 30 | 3,2 | 0,4 | 20,0 | 96,3 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУШКИ ПРОСТЫЕ | 30 | 30 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96,3 |
| | | | 3,8 | 0,8 | 52,6 | 236,3 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ | | 260 | 19,8 | 23,6 | 20,9 | 375,3 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 92,3 | 81,9 | 16,3 | 5,1 | 0 | 111,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 133,5 | 100,1 | 1,9 | 0,4 | 15,8 | 74,8 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,6 | 2,6 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,8 | 7,8 | 0 | 6,2 | 0,1 | 56,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 85,8 | 85,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4,7 | 4,7 | 0 | 4,6 | 0 | 41,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,7 | 4,7 | 0,5 | 0,1 | 3,2 | 15,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,8 | 1,5 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 3,5 | 3,3 | 0,8 | 1 | 0 | 11,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,8 | 7,8 | 0 | 6,2 | 0,1 | 56,6 |
| ЧАЙ С ДЖЕМОМ | | 180/10 | 0,1 | | 7,1 | 27,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 23,0 | 29,0 | 48,7 | 545,3 |
| 2 ужин | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|-------|-----|-------------|--------------|--------------|----------------|
| БИОКЕФИР | | 180 | 6,1 | 4,5 | 19,6 | 148,5 |
| КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| ПРЯНИКИ | | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | | | 7,9 | 5,9 | 42,1 | 258,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 94,1 | 109,2 | 334,9 | 2 714,6 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 9**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 50 | | 6,4 | 12,4 | 10,6 | 187,3 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 22,9 | 21,4 | 5 | 6,3 | 0 | 77,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,1 | 7,1 | 0 | 5,9 | 0,1 | 53,1 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 21,4 | 21,4 | 1,6 | 0,6 | 11 | 56,1 |
| КАША "ДРУЖБА" | 200 | | 6,2 | 9,0 | 26,8 | 211,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
| ПШЕНО | 10 | 10 | 1,2 | 0,3 | 6,8 | 34,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 2,5 | 2,2 | 13,9 | 86,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 162 | 162 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 18,1 | 24,8 | 71,9 | 589,9 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША | 250 | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| ГРУША | 250 | 225 | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| | | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50,2 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | | 7,8 | 3,2 | 13,4 | 116,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 80 | 60 | 1,2 | 0,2 | 9,5 | 44,8 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 4 | 4 | 0,4 | 0 | 2,6 | 12,2 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 4,8 | 4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 13,6 | 12 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 152 | 152 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 39 | 37,53 | 5,8 | 0,2 | 0 | 25,1 |

| | | | | | | |
|---|----------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | 70 | 15,9 | 16,1 | 0,8 | 212,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 96 | 81 | 14,6 | 12,6 | 0 | 171,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/4 шт. | 10,06 | 1,3 | 1,2 | 0,1 | 15,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | 130 | 4,7 | 4,0 | 26,6 | 162,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 44,1 | 44,1 | 4,8 | 0,6 | 30,2 | 144,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | | 180 | 0,7 | 0,2 | 42,6 | 177,6 |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) | 30 | 30 | 0,7 | 0,2 | 16,8 | 74,5 |
| САХАР ПЕСОК | 21 | 21 | 0 | 0 | 20,4 | 81,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 144 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 7,2 | 7,2 | 0 | 0 | 5,4 | 21,8 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 33,0 | 24,0 | 106,5 | 781,7 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | | 70 | 6,4 | 3,7 | 24,3 | 155,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 27,4 | 27,4 | 2,9 | 0,4 | 18,6 | 88,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0,7 | 0 | 6,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 8,1 | 8,1 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 4,3 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 14 | 14 | 2,4 | 1,3 | 0,4 | 23,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ВАНИЛИН | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0,5 | 0 | 4,4 |
| | | | 7,4 | 3,9 | 44,1 | 241,4 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | 180 | 3,5 | 5,6 | 28,2 | 177,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 238,1 | 178,6 | 3,5 | 0,7 | 28,2 | 133,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | 50/30 | 13,4 | 8,7 | 2,3 | 160,5 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | 89 | 74 | 12,8 | 2,6 | 0 | 91,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 22,8 | 22,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 8 | 8 | 0,2 | 1,2 | 0,3 | 16,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | | | 14,3 | 57,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,7 | 51,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| БАТОН | | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | | | 19,3 | 19,4 | 60,3 | 510,7 |
| 2 ужин | | | | | | |
| ЙОГУРТ | | 200 | 5,6 | 5,0 | 9,0 | 113,0 |

| | | | | | | |
|-----------------------|--------|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 206,19 | 200 | 5,6 | 5 | 9 | 113,0 |
| ЗЕФИР | | 30 | 0,2 | | 23,2 | 94,9 |
| ЗЕФИР | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 23,2 | 94,9 |
| | | | 5,8 | 5,0 | 32,2 | 207,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 84,5 | 77,8 | 338,2 | 2 437,4 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 10**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ | 40 | | 5,6 | 8,4 | 8,4 | 132,2 |
| КОЛБАСА ВАРЕНАЯ ДИЕТИЧЕСКАЯ | 24 | 23,8 | 2,9 | 3,1 | 0 | 39,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 17,1 | 17,1 | 1,3 | 0,5 | 8,8 | 44,8 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | | 8,3 | 10,9 | 29,4 | 250,8 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 29 | 29 | 3,5 | 1,7 | 17,4 | 99,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 68,4 | 68,4 | 1,9 | 1,6 | 3,2 | 35,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,4 | 21,8 | 119,5 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,1 | 2,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 99 | 99 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| БАТОН | 25 | | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 18,6 | 26,6 | 72,6 | 605,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ в инд. упаковке | 125 | | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| БАНАН | 250 | | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| БАНАН | 250 | 175 | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| | | | 5,1 | 2,8 | 40,6 | 228,0 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | | 0,2 | | 0,5 | 3,9 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 200 | | 6,6 | 6,5 | 16,2 | 149,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 80 | 60 | 1,2 | 0,2 | 9,5 | 44,8 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 8 | 8 | 0,9 | 0,1 | 5,4 | 26,2 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |

| | | | | | | |
|---|----------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 152 | 152 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 32 | 24 | 4,3 | 4,3 | 0 | 55,4 |
| КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ | | 180 | 17,4 | 18,6 | 15,2 | 298,8 |
| КАБАЧКИ | 196,7 | 147,5 | 0,9 | 0,4 | 6,6 | 34,3 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 90,9 | 76,1 | 13,8 | 11,8 | 0 | 160,9 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 9,3 | 9,3 | 0,7 | 0,1 | 6,7 | 30,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20,4 | 16,7 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,7 | 3,7 | 0 | 3,6 | 0 | 32,3 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,7 | 3,7 | 0,5 | 0 | 2,2 | 10,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,7 | 3,7 | 0 | 3 | 0 | 26,9 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (чернослив) | | 180 | 0,3 | 0,1 | 29,2 | 119,9 |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) | 14 | 14 | 0,3 | 0,1 | 7,9 | 34,7 |
| САХАР ПЕСОК | 22 | 22 | 0 | 0 | 21,3 | 85,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 27,8 | 25,6 | 82,3 | 674,4 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | 200 | 0,6 | | 33,0 | 136,0 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 200 | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136,0 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ | | 60 | 4,0 | 3,5 | 20,8 | 130,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 24,9 | 24,9 | 2,6 | 0,3 | 16,9 | 80,7 |
| САХАР ПЕСОК | 1,7 | 1,7 | 0 | 0 | 1,6 | 6,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,6 | 0 | 5,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11,7 | 11,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,1 | 1,1 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,6 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 40,5 | 32,4 | 0,6 | 0 | 1,5 | 8,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 1,2 | 0 | 10,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0,8 | 0 | 7,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| | | | 4,6 | 3,5 | 53,8 | 266,7 |
| Ужин | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,3 | 40,2 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВОЙ) | | 60 | 9,6 | 11,9 | 4,8 | 163,8 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 52,8 | 44,4 | 8,1 | 6,9 | 0 | 93,9 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9,6 | 9,6 | 0,7 | 0,3 | 4,8 | 24,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,4 | 14,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,15 шт. | 6,04 | 0,8 | 0,7 | 0 | 9,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (2-Й ВАРИАНТ) | | 180 | 3,5 | 3,8 | 14,8 | 108,3 |
| МОРКОВЬ | 39,6 | 31,1 | 0,4 | 0 | 2 | 10,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 35,2 | 26,5 | 0,5 | 0,1 | 4,2 | 19,8 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 31,1 | 21,6 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| КАБАЧКИ | 34,7 | 22,9 | 0,1 | 0,1 | 1,1 | 5,3 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 25,2 | 20,3 | 0,4 | 0 | 1 | 5,5 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ | 27,5 | 18 | 0,6 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 29,9 | 29,9 | 0,9 | 0,7 | 1,4 | 15,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,6 | 3,6 | 0 | 2,9 | 0 | 26,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,6 | 3,6 | 0,4 | 0 | 2,4 | 11,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,9 | 29,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|------------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| САХАР ПЕСОК | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0,5 | 1,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | | 0,1 | | 14,5 | 59,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| ЛИМОН | 7,8 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,2 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 16,6 | 17,0 | 56,2 | 445,8 |
| 2 ужин | | | | | | |
| КЕФИР с САХАРОМ | 180 | | 5,2 | 4,5 | 16,9 | 134,1 |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,2 | 95,4 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| СУШКИ | 30 | | 3,2 | 0,4 | 20,0 | 96,3 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУШКИ ПРОСТЫЕ | 30 | 30 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96,3 |
| | | | 8,4 | 4,9 | 36,9 | 230,4 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 81,1 | 80,4 | 342,4 | 2 450,8 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 11**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61,3 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 5,6 | 7,9 | 28,5 | 206,5 |
| КРУПА МАННАЯ | 29 | 29 | 2,9 | 0,3 | 19,9 | 92,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 64,5 | 64,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 98,1 | 98,1 | 2,7 | 2,4 | 4,6 | 51,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 5,9 | 4,6 | 20,4 | 148,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,6 | 189,6 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,3 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 19,7 | 22,5 | 69,9 | 559,8 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ГРУША | 250 | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| ГРУША | 250 | 225 | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| | | | 0,9 | 0,7 | 23,2 | 105,8 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | | 0,4 | | 1,2 | 7,0 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 53,6 | 49,8 | 0,4 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 200 | | 5,8 | 7,1 | 5,8 | 113,4 |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 57,6 | 40 | 0,7 | 0 | 1,2 | 8,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 26,4 | 18,5 | 0,4 | 0,1 | 2,9 | 13,8 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0,2 | 0,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 7 | 7 | 0,2 | 1,1 | 0,2 | 14,0 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 32 | 24 | 4,3 | 4,3 | 0 | 55,4 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|---|----------|--------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ С ОМЛЕТОМ (ПАРОВОЙ) | | 80 | 12,6 | 7,7 | 8,0 | 152,0 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 64 | 48 | 9,5 | 3 | 0 | 65,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 14,4 | 14,4 | 1,1 | 0,4 | 7,2 | 36,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 19,2 | 19,2 | 0,6 | 0,5 | 0,9 | 10,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,2 | 3,2 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,32 шт. | 12,88 | 1,6 | 1,5 | 0,1 | 19,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9,6 | 9,6 | 0,3 | 0,2 | 0,5 | 5,0 |
| УКРОП | 3,2 | 1,6 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,2 | 3,2 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | | 180/5 | 3,4 | 7,4 | 23,5 | 176,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 169,5 | 127,1 | 2,4 | 0,5 | 20,1 | 95,0 |
| МОРКОВЬ | 43 | 34,6 | 0,4 | 0 | 2,3 | 11,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 23,3 | 21,9 | 0,6 | 0,5 | 1,1 | 11,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0 | 25,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ) | | 180 | 0,4 | 0,1 | 25,0 | 103,3 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 18 | 18 | 0,4 | 0,1 | 11,4 | 49,1 |
| САХАР ПЕСОК | 14 | 14 | 0 | 0 | 13,6 | 54,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 25,9 | 22,7 | 84,7 | 653,9 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ | | 70 | 3,9 | 1,9 | 34,3 | 171,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 28,6 | 28,6 | 3 | 0,4 | 19,4 | 92,6 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 1,7 | 7,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0,7 | 0 | 6,5 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 13,7 | 13,7 | 0,4 | 0,3 | 0,7 | 7,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,3 | 1,3 | 0,1 | 0 | 0,9 | 4,2 |
| ЯБЛОКИ | 34,5 | 30,4 | 0,1 | 0,1 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| | | | 4,9 | 2,1 | 54,1 | 257,2 |
| Ужин | | | | | | |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ | | 60 | 16,3 | 18,4 | 0,2 | 232,3 |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | 86,4 | 86,4 | 16,3 | 18,4 | 0 | 231,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 2,4 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| РИС ОТВАРНОЙ | | 150 | 3,6 | 5,9 | 38,5 | 222,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 54,09 | 53,55 | 3,6 | 0,5 | 38,4 | 173,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,75 | 6,75 | 0 | 5,4 | 0,1 | 49,0 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | | 50 | 1,0 | 2,8 | 3,5 | 43,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 25 | 25 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 13,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,75 | 2,75 | 0 | 2,2 | 0 | 20,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,75 | 2,75 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0,5 | 1,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | | 180/10 | 0,1 | | 7,1 | 27,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|--------|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 24,0 | 28,3 | 69,9 | 630,7 |
| 2 ужин | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | | 180 | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 185,57 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,6 | 97,2 |
| СУХАРИ | | 30 | 2,5 | 3,1 | 19,4 | 116,1 |
| СУХАРИ СЛИВОЧНЫЕ ВЫСШЕГО СОРТА | 30 | 30 | 2,5 | 3,1 | 19,4 | 116,1 |
| | | | 7,9 | 4,9 | 27,0 | 188,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 83,3 | 81,2 | 328,8 | 2 395,5 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 12**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ | 50 | | 6,2 | 9,3 | 11,7 | 155,5 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 22,5 | 20,8 | 4,8 | 6,1 | 0 | 75,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,5 | 0 | 31,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 4,8 | 7,9 | 29,4 | 208,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 29 | 28,71 | 1,9 | 0,3 | 20,6 | 92,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 68,4 | 68,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 2,5 | 2,2 | 13,9 | 86,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 162 | 162 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 16,5 | 20,6 | 75,6 | 555,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ в инд. упаковке | 125 | | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 2,5 | 1,9 | 3,8 | 60,0 |
| КИВИ | 250 | | 1,9 | 1,0 | 19,4 | 114,0 |
| КИВИ | 250 | 250 | 1,9 | 1 | 19,4 | 114,0 |
| | | | 4,4 | 2,9 | 23,2 | 174,0 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50,2 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | | 5,0 | 2,1 | 14,4 | 96,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 113,6 | 79,5 | 1,6 | 0,3 | 12,6 | 59,4 |
| МОРКОВЬ | 10,3 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,5 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,6 | 0 | 14,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 140 | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 19,5 | 18,8 | 2,9 | 0,1 | 0 | 12,6 |

| | | | | | | |
|--|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 4,8 | 4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | 200 | 21,9 | 30,0 | 35,6 | 500,1 |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | 97,4 | 97,4 | 18,4 | 20,8 | 0 | 260,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 9 | 9 | 0 | 8,7 | 0 | 78,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10,6 | 0,1 | 0 | 0,9 | 4,2 |
| МОРКОВЬ | 13,4 | 10,6 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,6 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,6 | 2,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 46,6 | 46,6 | 3,2 | 0,5 | 33,5 | 150,5 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 31,8 | 32,8 | 92,9 | 796,2 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ЧЕРНОСЛИВОМ | | 150 | 21,1 | 16,8 | 52,7 | 452,4 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 96 | 96 | 16,8 | 8,3 | 2,8 | 157,3 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 17,1 | 17,1 | 1,7 | 0,2 | 11,6 | 55,4 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,24 шт. | 9,66 | 1,2 | 1,1 | 0,1 | 14,7 |
| СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) | 37 | 37 | 0,9 | 0,3 | 20,7 | 91,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,3 | 4,3 | 0,5 | 0,1 | 2,9 | 14,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 7 | 7 | 0 | 6,8 | 0 | 61,0 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 180 | 5,5 | 4,8 | 9,1 | 101,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,9 | 189 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,0 |
| | | | 26,6 | 21,6 | 61,8 | 554,1 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | | 60 | 9,0 | 9,9 | 4,8 | 143,3 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 51,11 | 46 | 8,3 | 7,2 | 0 | 97,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9 | 9 | 0,7 | 0,3 | 4,5 | 22,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 12 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 4 | 3,36 | 0 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | 180 | 3,5 | 3,6 | 28,2 | 159,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 238,1 | 178,7 | 3,5 | 0,7 | 28,2 | 133,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,6 | 3,6 | 0 | 2,9 | 0 | 26,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | | | 14,3 | 57,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| БАТОН | | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | | | 14,9 | 18,6 | 62,8 | 476,1 |
| 2 ужин | | | | | | |
| БИОКЕФИР | | 180 | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 6,1 | 4,5 | 9,9 | 109,8 |
| ПРЯНИКИ | | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | | | 7,9 | 5,9 | 32,4 | 219,6 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 102,1 | 102,4 | 348,7 | 2 775,0 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 13**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | | 10,8 | 17,7 | 2,0 | 209,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 2 шт. | 80,5 | 9,9 | 9 | 0,6 | 122,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 0,9 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 6,9 | 8,6 | 34,3 | 242,4 |
| ПШЕНО | 38 | 37,62 | 4,2 | 1 | 25,7 | 128,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 64,5 | 64,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 98,1 | 98,1 | 2,7 | 2,4 | 4,6 | 51,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,3 | 21,8 | 118,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 0,8 | 0,8 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 99 | 99 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 23,5 | 34,0 | 78,8 | 713,1 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ПЕРСИКИ | 250 | | 1,7 | 0,2 | 18,4 | 87,3 |
| ПЕРСИКИ | 250 | 200 | 1,7 | 0,2 | 18,4 | 87,3 |
| | | | 1,7 | 0,2 | 18,4 | 87,3 |
| Обед | | | | | | |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСКОМ | 50 | | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ | 71,4 | 53,6 | 0,7 | 0,1 | 2,5 | 13,5 |
| СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ | 200 | | 2,7 | 7,5 | 8,7 | 115,0 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 56,9 | 29,6 | 0,7 | 0,1 | 1,2 | 8,6 |
| МОРКОВЬ | 4,8 | 4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 8 | 8 | 0,9 | 0,1 | 5,4 | 25,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,4 | 0,1 | 58,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 32 | 32 | 0,9 | 0,8 | 1,5 | 16,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 10 | | 1,1 | 0,1 | 7,9 | 37,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|-------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 19 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8 | 40,6 |
| ГУЛЯШ | 50/50 | | 15,2 | 19,0 | 5,5 | 255,1 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 94 | 79 | 14,3 | 12,2 | 0 | 167,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3,2 | 3,2 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 55 | 55 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,2 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,4 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 150 | | 2,9 | 0,6 | 22,8 | 108,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 198,5 | 148,8 | 2,9 | 0,6 | 23,6 | 111,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,8 | 5,8 | 0 | 4,7 | 0 | 42,1 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | | | | 22,9 | 91,4 |
| КУРАГА | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 7,2 | 7,2 | 0 | 0 | 5,4 | 21,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 198 | 198 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 25,9 | 27,7 | 91,5 | 722,1 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 200 | | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 200 | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 140,0 |
| СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ | 150 | | 22,0 | 15,7 | 24,2 | 337,8 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 108,6 | 108,6 | 18,9 | 9,5 | 3,2 | 178,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 14,3 | 14,3 | 0,4 | 2 | 0,5 | 28,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,18 шт. | 7,25 | 0,9 | 0,8 | 0,1 | 11,1 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 11,4 | 11,4 | 1,2 | 0,1 | 7,8 | 37,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 21,5 | 21,5 | 0,6 | 0,5 | 1 | 11,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,9 | 2,9 | 0 | 2,8 | 0 | 25,3 |
| | | | 22,6 | 16,1 | 56,8 | 477,8 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ | 60/120 | | 17,4 | 9,8 | 3,1 | 170,4 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 85,2 | 75,6 | 15 | 4,8 | 0 | 102,6 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 181,2 | 145,2 | 2,5 | 0,1 | 6,6 | 39,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 6 | 6 | 0 | 5,8 | 0 | 52,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6 | 4,8 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | | 0,1 | | 14,5 | 59,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 52,1 | 52,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 131,4 | 131,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 14,6 | 14,6 | 0 | 0 | 14,2 | 56,6 |
| ЛИМОН | 7,8 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,2 |
| БАТОН | 30 | | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | | | 19,9 | 14,9 | 33,1 | 345,8 |
| 2 ужин | | | | | | |
| ЙОГУРТ | 200 | | 5,6 | 5,0 | 9,0 | 113,0 |

| | | | | | | |
|------------------------------------|--------|-----------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 206,19 | 200 | 5,6 | 5 | 9 | 113,0 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104,3 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104,3 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 7,5 | 7,5 | 27,6 | 217,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 101,1 | 100,4 | 306,2 | 2 563,4 |

МЕНЮ**3-7 лет****ДЕНЬ 14**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 30 | | 6,9 | 8,9 | | 109,2 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 32 | 30 | 7 | 8,9 | 0 | 109,2 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | | 8,3 | 10,9 | 29,4 | 250,8 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 29 | 29 | 3,5 | 1,7 | 17,4 | 99,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 68,4 | 68,4 | 1,9 | 1,6 | 3,2 | 35,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 5,9 | 4,6 | 20,4 | 148,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0 | 2,9 | 13,9 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 189,6 | 189,6 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,3 |
| БАТОН | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ | 5 | | | | | |
| СОЛЬ | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 24,2 | 29,8 | 70,5 | 650,3 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН | 250 | | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| БАНАН | 250 | 175 | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| | | | 2,6 | 0,9 | 36,8 | 168,0 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | | 0,4 | | 1,2 | 7,0 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 53,6 | 49,8 | 0,4 | 0 | 1,2 | 7,0 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 200/10 | | 1,8 | 6,9 | 9,5 | 111,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 53,3 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
| ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЬ СЛАДКИЙ | 75,2 | 56 | 0,7 | 0,1 | 2,6 | 14,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,4 | 6,4 | 0 | 5,1 | 0,1 | 46,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170,4 | 170,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 20,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,6 | 1,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЬ | 1,6 | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | | 21,3 | 21,7 | 18,5 | 354,1 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 125,4 | 105,4 | 19 | 16,4 | 0 | 222,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 142,2 | 106,6 | 2 | 0,4 | 16,9 | 79,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16 | 13,4 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,3 |

| | | | | | | |
|---|----------|---------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,6 | 2,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ) | | 180 | 0,4 | 0,1 | 25,0 | 103,3 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 18 | 18 | 0,4 | 0,1 | 11,4 | 49,1 |
| САХАР ПЕСОК | 14 | 14 | 0 | 0 | 13,6 | 54,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 209,7 | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | | | 27,2 | 29,1 | 75,4 | 677,8 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РИСОМ И ЯЙЦОМ | | 70 | 4,4 | 3,9 | 28,4 | 166,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 28,1 | 28,1 | 2,9 | 0,4 | 19 | 91,1 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0,7 | 0 | 5,8 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 13,1 | 13,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,3 | 1,3 | 0,1 | 0 | 0,9 | 4,2 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 9,2 | 9,2 | 0,6 | 0,1 | 6,6 | 29,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,09 шт. | 3,62 | 0,5 | 0,4 | 0 | 5,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| | | | 5,4 | 4,1 | 48,2 | 252,5 |
| Ужин | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,3 | 40,2 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | 200 | 17,8 | 21,5 | 14,7 | 325,4 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 164 | 130 | 2,2 | 0,1 | 5,9 | 35,3 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 94 | 81 | 14,6 | 12,6 | 0 | 171,3 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10,1 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24 | 20 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 9 | 9 | 0 | 8,7 | 0 | 78,5 |
| ЧАЙ С ДЖЕМОМ | | 180/10 | 0,1 | | 7,1 | 27,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,4 | 32,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| БАТОН | | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | | | 21,4 | 27,0 | 44,0 | 505,0 |
| 2 ужин | | | | | | |
| КЕФИР с САХАРОМ | | 180 | 5,2 | 4,5 | 16,9 | 134,1 |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 185,6 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,2 | 95,4 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МАРМЕЛАД | | 30 | 0,5 | 2,8 | 19,3 | 104,7 |
| МАРМЕЛАД ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 30 | 0,5 | 2,8 | 19,3 | 104,7 |
| | | | 5,7 | 7,3 | 36,2 | 238,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 86,5 | 98,2 | 311,1 | 2 492,4 |