

МЕНЮ

САД 12 ЧАСОВ

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 200	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКОВЫЙ 150	КАША "ДРУЖБА" 150
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 193/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 193/7	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ 100	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100
	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100								
II Завтрак									
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 200	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 200
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 170/10/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 190/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 180/15/5	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 175/15/10	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 180/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 180/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 170/30/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 170/15/15	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ УКРОПА 180/10/10	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ УКРОПА 180/8/12
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 220	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70/25	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 80	СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) 70	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 70	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 70
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 140	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 180	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 70	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ 70	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	СУФЛЕ РЫБНОЕ 70	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ 30	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) 130	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 140	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ 130	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
СОК АБРИКОСОВЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 193/7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	

БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 40	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 180	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) 180	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 180	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 60
	ПЕЧЕНЬЕ 21	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 60	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 60		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ВАТРУШКА С ЯБЛОКОМ 60	
					ПРЯНИКИ 30		БУЛОЧКА РОЗОВАЯ 55		

МЕНЮ

САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,000	10,000	0,05	8,25	0,08	74,80
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	7,20	8,30	35,00	262,40
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	40,000	40,000	4,46	0,50	26,35	127,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,700	66,700	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,300	101,300	2,85	2,45	4,71	53,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,000	4,000	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	7,670	7,000	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,700	177,700	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,56	12,40	50,52	360,40
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,60	0,60	14,80	66,30
ЯБЛОКИ	170,400	150,000	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,80	66,30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	51,020	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/10	4,08	4,56	7,57	87,61
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	41,140	28,800	0,56	0,12	4,55	21,51
МОРКОВЬ	7,130	5,700	0,07	0,01	0,38	1,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,800	5,700	0,08	0,01	0,46	2,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,600	108,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,100	3,100	0,32	0,04	2,10	10,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,400	0,400	0,00	0,32	0,00	2,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,050	0,13	0,12	0,01	1,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,700	4,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,000	0,900	0,03	0,00	0,07	0,43
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		80	12,78	11,64	3,46	169,42

ФИЛЕ ТРЕСКИ	71,510	69,000	10,71	0,40	0,00	46,18
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,500	20,500	0,57	0,49	0,95	10,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,500	3,500	0,02	2,80	0,03	25,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,500	3,500	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,100	4,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	8,750	1,08	0,98	0,06	13,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,96	4,89	19,45	134,25
КАРТОФЕЛЬ	148,570	104,000	2,02	0,41	16,44	77,68
МОРКОВЬ	40,000	32,000	0,41	0,03	2,14	10,86
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,000	18,000	0,50	0,44	0,83	9,43
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,12	0,12	23,60	96,84
ЯБЛОКИ	25,600	22,600	0,09	0,09	2,14	10,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,200	187,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
		23,52	22,01	75,86	598,02	

Полдник

ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	21,39	26,03	33,19	452,36
ФИЛЕ ГРУДКИ	104,590	102,500	18,10	18,29	0,00	236,63
КРУПА РИСОВАЯ	44,240	43,760	2,97	0,43	31,41	141,35
МОРКОВЬ	20,300	16,240	0,20	0,02	1,09	5,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,500	8,710	0,12	0,02	0,69	3,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	7,500	7,500	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,060	1,060	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,54	2,03	3,51	153,90
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,300	20,300	0,04	0,00	2,75	11,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4,35	2,45	17,23	108,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,500	19,500	2,05	0,24	13,22	63,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,100	1,100	0,12	0,01	0,75	3,56
САХАР ПЕСОК	2,800	2,800	0,00	0,00	2,71	10,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,700	0,700	0,00	0,56	0,01	5,08
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,500	0,43	0,39	0,02	5,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,700	5,700	0,16	0,14	0,26	2,99
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	8,900	8,900	1,55	0,78	0,26	14,59
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	1,250	1,250	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,030	0,030	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,350	0,04	0,04	0,00	0,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	0,300	0,300	0,00	0,29	0,00	2,62
		32,98	30,71	64,53	765,98	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		67,66	65,72	205,71	1 790,70	

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,82	3,53	10,28	88,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
СЫР ГОЛАНДСКИЙ	11,000	10,000	2,32	2,95	0,00	36,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,07	8,10	27,90	205,00
КРУПА РИСОВАЯ	29,700	29,700	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,400	68,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102,000	102,000	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,63	2,23	10,18	71,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,000	92,000	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,52	13,86	48,36	365,70
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,18	0,36	28,98	120,60
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180,000	180,000	0,18	0,36	28,98	120,60
			0,18	0,36	28,98	120,60
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,50	0,13	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,520	50,000	0,55	0,10	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	4,95	4,75	17,01	130,73
ФИЛЕ ГРУДКИ	15,000	14,700	2,60	2,62	0,00	33,94
КАРТОФЕЛЬ	100,430	70,300	1,37	0,27	11,12	52,51
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7,000	7,000	0,75	0,09	4,79	22,95
МОРКОВЬ	8,750	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,400	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	1,800	1,800	0,00	1,75	0,00	15,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,900	122,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,100	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	19,30	21,00	22,00	355,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	148,820	126,500	21,96	4,54	0,00	155,84
КРУПА РИСОВАЯ	25,800	25,500	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60,300	50,500	0,69	0,10	4,02	20,09

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	9,100	1,13	1,02	0,06	13,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,54	0,14	18,82	79,70
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ	18,000	18,000	0,54	0,14	10,11	44,87
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
		27,79	26,74	76,43	660,83	

Полдник

РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		70	10,75	4,60	2,14	92,85
ФИЛЕ ТРЕСКИ	66,430	64,100	9,95	0,37	0,00	42,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,000	21,000	0,59	0,51	0,98	11,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,700	14,000	0,19	0,03	1,12	5,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,600	4,600	0,02	3,69	0,04	33,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,73	4,44	18,52	125,31
КАРТОФЕЛЬ	158,570	111,000	2,15	0,43	17,55	82,91
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,800	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,400	4,400	0,02	3,52	0,04	31,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,12	0,12	21,72	88,20
ЯБЛОКИ	40,000	36,000	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,76	1,58	28,05	145,30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,500	38,500	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,000	20,000	0,56	0,49	0,93	10,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ л.	0,600	0,600	0,00	0,58	0,00	5,23
		19,36	10,86	76,83	482,66	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		58,85	51,82	230,60	1 629,79	

МЕНЮ

САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ДЖЕМ	11,000	11,000	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,48	0,02	22,44
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,45	2,53	3,04	40,48
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,500	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	13,53	19,08	2,68	236,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	100,100	12,33	11,16	0,68	152,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,900	42,900	1,20	1,04	2,00	22,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	7,100	7,100	0,00	6,88	0,00	61,92
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,400	2,400	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,000	108,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,18	26,11	34,22	429,32
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,700	150,000	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/5/1	1,40	4,30	6,15	69,60
КАРТОФЕЛЬ	27,860	19,500	0,38	0,08	3,08	14,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,630	32,500	0,57	0,03	1,48	8,83
МОРКОВЬ	10,250	8,200	0,11	0,01	0,55	2,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,800	6,500	0,09	0,01	0,51	2,59
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,600	1,600	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,400	130,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,100	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	9,10	11,30	14,90	196,80
ГОВЯДИНА Б/К	134,520	113,000	20,39	17,54	0,00	238,95
МОРКОВЬ	29,130	23,300	0,29	0,02	1,56	7,92
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,000	11,700	0,16	0,02	0,93	4,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,700	4,700	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,500	3,500	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,700	46,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,20	5,90	33,00	240,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60,000	60,000	7,33	1,92	33,23	179,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,000	90,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ		180/15	0,10	0,00	10,96	56,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,600	178,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНИЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15,000	15,000	0,06	0,00	10,88	56,31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
		20,30	22,12	80,41	640,50	

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	15,81	14,15	14,31	248,98
ГОВЯДИНА Б/К	79,400	66,700	12,04	10,35	0,00	141,05
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,380	106,700	1,86	0,11	4,86	28,98
КРУПА РИСОВАЯ	9,000	8,900	0,60	0,09	6,39	28,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,400	14,700	0,20	0,03	1,17	5,85
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,200	2,200	0,01	1,77	0,02	15,97
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	5,250	0,65	0,58	0,04	7,99
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,200	6,200	0,16	1,20	0,20	12,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,800	1,800	0,18	0,02	1,22	5,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,400	18,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,200	2,200	0,11	0,00	0,41	2,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,12	0,01	16,90	64,80
ЛИМОН	14,400	14,400	0,13	0,01	0,42	4,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,600	192,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2,50	20,00	4,00	207,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИД УПАКОВКЕ	100,000	100,000	2,50	20,00	4,00	207,00
		21,23	34,86	53,51	611,08	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		61,31	83,59	183,64	1 751,40	

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,000	10,000	0,05	8,25	0,08	74,80
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
КРУПА МАННАЯ	29,700	29,700	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,400	64,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,000	98,000	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,400	2,400	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,400	110,400	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,000	78,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,04	15,30	49,60	372,00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,18	0,36	28,98	120,60
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180,000	180,000	0,18	0,36	28,98	120,60
			0,18	0,36	28,98	120,60
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,82	7,43	6,08	94,51
КАРТОФЕЛЬ	52,860	37,000	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,500	7,500	0,10	0,01	0,23	1,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	7,500	7,500	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,26	6,66	8,17	110,23
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
СВЕКЛА	29,410	25,000	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,630	12,500	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ	17,860	12,500	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	9,750	7,800	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,700	4,700	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,200	3,200	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,900	124,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,55	5,92	6,90	122,96
ФИЛЕ ТРЕСКИ	56,380	54,400	8,44	0,32	0,00	36,41
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,500	8,500	0,62	0,24	4,24	21,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,800	12,800	0,36	0,31	0,59	6,70
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	4,375	0,54	0,49	0,03	6,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,200	3,200	0,02	2,56	0,03	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,100	12,100	0,34	0,29	0,56	6,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,100	2,100	0,01	1,68	0,02	15,24
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,100	2,100	0,22	0,03	1,43	6,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,500	2,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,20	2,63	9,91	73,21
МОРКОВЬ	69,130	55,300	0,70	0,06	3,71	18,78
РЕПА	30,900	22,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,500	12,000	0,36	0,02	0,76	4,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,000	24,000	0,42	0,02	1,10	6,52
САХАР ПЕСОК	1,300	1,300	0,00	0,00	1,26	5,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,900	3,900	0,41	0,05	2,65	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,400	37,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,800	12,800	0,31	2,48	0,43	25,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,400	194,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			21,41	23,59	62,96	551,91

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,28	15,48	21,20	321,61
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,100	121,300	21,18	10,59	3,53	198,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,200	1,200	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	8,700	8,700	0,87	0,09	5,96	27,76
САХАР ПЕСОК	8,700	8,700	0,00	0,00	8,42	33,67
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,500	0,43	0,39	0,02	5,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,500	3,500	0,00	3,40	0,00	30,53
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,200	5,200	0,67	0,00	3,10	15,07
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,200	5,200	0,13	1,01	0,17	10,39
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,100	210,000	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	130,000	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,28	3,00	26,00	111,00
ПЕЧЕНЬЕ	30,000	30,000	2,18	2,85	21,65	121,35
			32,36	22,68	64,50	569,51
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,99	61,93	206,04	1 614,02

МЕНЮ

САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	5,36	5,16	12,85	120,10
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
СЫР ГОЛАНДСКИЙ	16,500	15,000	3,48	4,43	0,00	54,60
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	6,20	10,00	26,80	209,00
КРУПА РИСОВАЯ	10,000	10,000	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО	10,000	10,000	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,000	24,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150,000	150,000	4,22	3,64	6,98	78,57
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,63	2,23	10,18	71,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,000	92,000	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
		14,19	17,39	49,83	401,00	
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,700	150,000	0,60	0,45	15,45	70,50
		0,60	0,50	15,50	70,50	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,69	2,96	4,05	45,51
СВЕКЛА	55,880	47,500	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	5,58	5,29	11,87	117,66
ГОВЯДИНА Б/К	25,360	21,300	3,84	3,31	0,00	45,04
КАРТОФЕЛЬ	94,430	66,100	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ	8,250	6,600	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,900	6,600	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,600	1,600	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,700	115,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,200	1,800	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,800	1,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,400	0,17	0,16	0,01	2,13

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	20,09	20,82	26,31	372,80
ГОВЯДИНА Б/К	107,380	90,200	16,28	14,00	0,00	190,74
КАРТОФЕЛЬ	212,860	149,000	2,89	0,58	23,56	111,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	2,625	0,32	0,29	0,02	4,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,500	4,500	0,57	0,00	2,69	13,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ		50	1,00	2,00	3,00	37,30
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,500	12,500	0,30	2,43	0,42	24,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,800	3,800	0,40	0,05	2,58	12,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,500	37,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,36	0,00	7,00	102,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18,900	18,000	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
		31,30	32,02	75,73	792,27	

Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,520	50,000	0,55	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		150	7,19	7,85	29,04	215,71
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,600	40,600	4,34	0,51	27,76	133,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	17,500	2,15	1,95	0,12	26,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,200	24,200	0,68	0,59	1,13	12,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	1,800	1,800	0,00	1,75	0,00	15,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,800	1,800	0,01	1,45	0,01	13,06
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	7,670	7,000	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,700	177,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	8,40	5,32	30,13	202,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,000	1,000	0,11	0,01	0,68	3,24
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,100	1,100	0,12	0,01	0,75	3,56
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,750	0,21	0,19	0,01	2,67
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,000	35,000	3,67	0,45	23,74	113,39
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	22,200	22,000	3,84	1,92	0,64	36,06
САХАР ПЕСОК	1,900	1,900	0,00	0,00	1,84	7,35
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,43	9,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,100	1,100	0,01	0,88	0,01	7,98
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	1,400	1,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,400	0,17	0,16	0,01	2,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,600	1,600	0,01	1,28	0,01	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	0,200	0,200	0,00	0,19	0,00	1,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,000	14,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,40	63,18	210,65	466,33	1 730,10

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		40	1,62	4,73	21,26	132,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ДЖЕМ	15,000	15,000	0,09	0,02	10,94	42,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,13	0,04	37,40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,07	8,10	27,90	205,00
КРУПА РИСОВАЯ	29,700	29,700	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,400	68,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102,000	102,000	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,400	194,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
		6,69	12,83	57,56	371,40	
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,18	0,36	28,98	120,60
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180,000	180,000	0,18	0,36	28,98	120,60
		0,18	0,36	28,98	120,60	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,69	2,96	4,05	45,51
СВЕКЛА	55,880	47,500	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,39	7,59	10,48	128,20
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	85,710	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12,240	12,000	0,10	0,01	0,19	1,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99
СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	10,63	12,31	2,48	163,06
ФИЛЕ ГРУДКИ	50,000	49,000	8,65	8,75	0,00	113,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	10,500	1,29	1,17	0,07	16,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,700	14,700	0,42	0,36	0,69	7,70

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,900	2,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,150	0,150	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	4,00	3,40	19,40	121,80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,800	50,800	5,42	0,64	34,74	166,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,12	0,12	21,70	88,20
ГРУША	40,000	36,000	0,14	0,11	3,60	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			23,41	27,33	81,61	663,77

Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,00	1,04	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	41,240	40,000	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	17,58	15,32	16,92	275,76
ГОВЯДИНА Б/К	102,020	85,700	15,46	13,30	0,00	181,23
КАРТОФЕЛЬ	146,290	102,400	1,99	0,40	16,19	76,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,500	8,900	0,12	0,02	0,71	3,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,36	0,00	7,00	102,00
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18,900	18,000	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	3,40	0,40	21,20	102,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4,02	3,21	28,71	159,50
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,560	35,560	3,72	0,45	24,11	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,480	1,480	0,16	0,02	1,00	4,79
САХАР ПЕСОК	3,700	3,700	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,110	1,110	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,480	1,480	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,050	0,13	0,12	0,01	1,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,560	0,560	0,00	0,00	0,00	0,00
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,600	15,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	0,300	0,300	0,00	0,29	0,00	2,62
			25,68	18,93	74,87	644,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,96	59,45	243,02	1 800,63

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,82	3,53	10,28	88,80
СЫР ГОЛАНДСКИЙ	11,000	10,000	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,00	8,00	27,00	203,00
КРУПА МАННАЯ	29,700	29,700	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,400	64,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,000	98,000	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,63	2,23	10,18	71,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,000	92,000	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60,000	60,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,45	13,76	47,46	363,70
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,18	0,36	28,98	120,60
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180,000	180,000	0,18	0,36	28,98	120,60
			0,18	0,36	28,98	120,60
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНОЙ ПЕТРУШКИ		200/10/5	4,17	5,22	12,25	112,87
ФИЛЕ ГРУДКИ	14,290	14,000	2,47	2,50	0,00	32,32
КАРТОФЕЛЬ	100,290	70,200	1,36	0,27	11,10	52,43
МОРКОВЬ	7,750	6,200	0,08	0,01	0,42	2,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,200	109,200	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,100	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	16,86	9,19	2,72	180,27
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	105,410	89,600	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,380	10,700	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ	11,430	8,000	0,16	0,03	1,26	5,98

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,800	4,800	0,02	3,84	0,04	34,82
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,000	0,86	0,79	0,05	10,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,600	1,600	0,01	1,28	0,01	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,50	7,35	13,87	132,64
КАРТОФЕЛЬ	68,570	48,000	0,93	0,18	7,59	35,85
МОРКОВЬ	20,250	16,200	0,20	0,02	1,09	5,50
РЕПА	32,300	23,900	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,300	12,010	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,500	30,000	0,52	0,03	1,37	8,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,600	3,600	0,38	0,05	2,44	11,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,900	33,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,600	11,600	0,28	2,25	0,38	23,18
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,77	0,05	18,69	78,84
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15,000	15,000	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,200	7,200	0,01	0,00	5,46	21,86
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,400	177,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
		28,62	22,80	74,45	638,82	

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,87	11,89	16,35	247,11
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,700	93,300	16,29	8,15	2,72	152,95
КРУПА МАННАЯ	6,700	6,700	0,67	0,07	4,59	21,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,450	0,30	0,27	0,02	3,73
САХАР ПЕСОК	6,700	6,700	0,00	0,00	6,49	25,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	2,700	2,700	0,00	2,62	0,00	23,54
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,000	4,000	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,000	4,000	0,10	0,78	0,14	7,99
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,96	2,48	6,61	52,72
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,000	25,000	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,300	2,300	0,01	1,84	0,02	16,68
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,300	2,300	0,24	0,03	1,56	7,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,000	4,000	0,00	0,00	3,87	15,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0,00	0,00	0,00	0,01
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,00	4,00	9,80	98,90
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,100	210,000	5,91	5,09	9,78	110,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,80	0,20	7,50	38,00
МАНДАРИН	130,000	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,38	8,30	35,86	235,36
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,500	38,500	4,04	0,49	26,10	124,73
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,000	2,000	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР ПЕСОК	6,600	6,600	0,00	0,00	6,39	25,54
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,900	8,900	0,04	7,12	0,07	64,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,700	0,09	0,08	0,00	1,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,100	17,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	0,600	0,600	0,00	0,58	0,00	5,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		30,01	26,87	76,12	672,09	
		71,26	63,79	227,01	1 795,21	

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,000	10,000	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,45	2,53	3,04	40,48
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,500	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	13,53	19,08	2,68	236,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	100,100	12,33	11,16	0,68	152,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,900	42,900	1,20	1,04	2,00	22,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	7,100	7,100	0,00	6,88	0,00	61,92
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,80	3,20	15,60	107,00
КАКАО-ПОРОШОК	2,400	2,400	0,56	0,35	0,23	6,73
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,400	110,400	3,10	2,68	5,14	57,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,000	78,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,02	28,91	28,32	446,32
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
ГРУША	166,700	150,000	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,43	2,55	3,90	41,01
МОРКОВЬ	33,750	27,000	0,34	0,03	1,80	9,17
ЯБЛОКИ	25,000	22,000	0,09	0,09	2,10	10,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,52	6,91	11,19	125,45
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	72,430	50,700	0,98	0,19	8,01	37,87
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,400	3,300	0,30	0,04	2,14	10,09
МОРКОВЬ	8,500	6,800	0,09	0,01	0,46	2,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,000	3,300	0,05	0,01	0,26	1,31
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10,310	10,100	0,08	0,01	0,16	1,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,400	127,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,48	16,36	11,33	238,37
ФИЛЕ ГРУДКИ	52,860	51,800	9,15	9,24	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,600	12,600	0,92	0,36	6,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,200	18,200	0,51	0,45	0,84
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,800	2,800	0,01	2,24	0,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	4,200	4,200	0,00	4,07	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,230	0,230	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80
СВЕКЛА	192,350	163,500	2,38	0,16	13,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,800	6,800	0,03	5,44	0,05
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	18,000	18,000	0,40	0,09	11,48
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85
		22,81	32,37	72,50	745,53

Полдник

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	1 шт.	35,000	4,32	3,91	0,24
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,20	2,63	9,91	73,21
МОРКОВЬ	69,130	55,300	0,70	0,06	3,71
РЕПА	30,900	22,800	0,00	0,00	0,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,500	12,000	0,36	0,02	0,76
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,000	24,000	0,42	0,02	1,10
САХАР ПЕСОК	1,300	1,300	0,00	0,00	1,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,900	3,900	0,41	0,05	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,400	37,400	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,800	12,800	0,31	2,48	0,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,33	185,00
ПЕЧЕНЬЕ	50,000	50,000	3,64	4,75	36,08
ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	180/15	0,10	0,00	10,96	56,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,600	178,600	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНИЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15,000	15,000	0,06	0,00	10,88
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,50	20,00	4,00	207,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИД УПАКОВКЕ	100,000	100,000	2,50	20,00	4,00
		15,20	32,33	79,10	633,91
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		60,63	94,11	195,42	1 896,26

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3,24	4,10	7,00	62,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,000	10,000	0,05	8,25	0,08	74,80
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,70	9,70	24,40	211,00
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,700	29,700	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,400	68,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102,000	102,000	2,87	2,47	4,75	53,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,400	2,400	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,000	108,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,74	16,20	44,10	357,00
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,900	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,38	0,00	0,90	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	51,020	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,26	6,66	8,17	110,23
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
СВЕКЛА	29,410	25,000	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,630	12,500	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ	17,860	12,500	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	9,750	7,800	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,700	4,700	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,200	3,200	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,900	124,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	15,73	0,59	0,46	69,82
ФИЛЕ ТРЕСКИ	104,470	100,800	15,65	0,58	0,00	67,46

МОРКОВЬ	4,000	3,200	0,04	0,00	0,21	1,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,800	3,200	0,04	0,01	0,25	1,27
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,30	1,00	1,20	14,80
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,97	0,16	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,500	1,500	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,16	5,06	21,34	143,93
КАРТОФЕЛЬ	182,860	128,000	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,000	23,000	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ЛИМОН	7,670	7,000	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,700	177,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,60	10,30	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
			27,15	14,11	61,49	484,68

Полдник

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		180	14,19	12,73	12,85	223,83
ГОВЯДИНА Б/К	71,430	60,000	10,83	9,31	0,00	126,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120,000	96,000	1,68	0,10	4,37	26,07
КРУПА РИСОВАЯ	8,100	8,000	0,54	0,08	5,74	25,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,700	13,200	0,17	0,03	1,05	5,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	4,550	0,56	0,50	0,03	6,93
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,600	5,600	0,14	1,09	0,18	11,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,600	1,600	0,16	0,02	1,09	5,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,600	16,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,200	1,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,12	0,12	21,70	88,20
ГРУША	40,000	36,000	0,14	0,11	3,60	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		75	4,82	3,33	29,98	169,31
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,700	36,700	3,84	0,47	24,88	118,90
САХАР ПЕСОК	2,600	2,600	0,00	0,00	2,51	10,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,100	1,100	0,01	0,88	0,01	7,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,400	17,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,740	1,740	0,18	0,02	1,18	5,64
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,500	30,000	0,52	0,03	1,37	8,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	1,750	1,750	0,00	1,70	0,00	15,26
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,350	0,250	0,01	0,00	0,02	0,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00

ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,50	20,00	4,00	207,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИД УПАКОВКЕ	100,000	2,50	20,00	4,00	207,00
		22,63	36,30	74,93	719,34

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	64,02	67,11	201,52	1 657,02
-----------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

МЕНЮ
САД 12 ЧАСОВ
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	1,29	2,95	16,26	95,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
ДЖЕМ	11,000	11,000	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,48	0,02	22,44
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	7,20	8,30	35,00	226,40
ПШЕНО	38,800	38,800	4,33	1,02	26,50	132,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,400	64,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,000	98,000	2,75	2,38	4,56	51,33
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,400	2,400	0,24	0,00	1,25	5,96
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90,000	90,000	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,000	108,000	0,00	0,00	0,00	0,00
		11,29	13,65	63,96	406,00	
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0,18	0,36	28,98	120,60
СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180,000	180,000	0,18	0,36	28,98	120,60
		0,18	0,36	28,98	120,60	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	4,94	4,01	20,54	138,30
КАРТОФЕЛЬ	47,140	33,000	0,64	0,13	5,22	24,65
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,200	13,100	2,92	0,20	6,11	37,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,800	6,700	0,09	0,01	0,53	2,67
МОРКОВЬ	10,250	8,200	0,11	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,300	115,300	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,300	16,300	1,18	0,46	8,13	41,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	11,06	3,89	6,05	103,09
ФИЛЕ ТРЕСКИ	62,180	60,000	9,31	0,35	0,00	40,16

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,000	12,000	0,87	0,34	5,98	30,50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,000	0,86	0,79	0,05	10,66
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,000	3,000	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,000	12,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2,66	2,85	11,49	82,97
КАРТОФЕЛЬ	38,430	26,900	0,52	0,11	4,25	20,09
МОРКОВЬ	35,750	28,600	0,36	0,03	1,91	9,71
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,750	28,600	0,49	0,03	1,30	7,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	19,900	13,000	0,39	0,03	0,82	5,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,000	22,000	0,62	0,53	1,03	11,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,600	2,600	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,600	2,600	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,000	22,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,400	0,400	0,00	0,00	0,39	1,55
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		180	0,12	0,12	22,70	105,40
ЯБЛОКИ	30,600	27,000	0,11	0,11	2,57	12,31
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,200	7,200	0,01	0,00	5,46	21,86
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,400	177,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,75	12,90	66,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			22,76	11,82	85,58	553,76

Полдник

КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)		70	12,44	11,11	10,38	191,08
ГОВЯДИНА Б/К	70,240	59,000	10,64	9,16	0,00	124,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,400	12,400	0,90	0,35	6,18	31,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,700	16,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,94	3,21	19,53	119,45
КАРТОФЕЛЬ	151,290	105,900	2,06	0,41	16,74	79,09
МОРКОВЬ	36,000	28,800	0,36	0,03	1,93	9,78
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,400	18,200	0,51	0,45	0,84	9,54
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,900	2,900	0,01	2,32	0,02	21,04
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,02	0,12	6,36	30,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,54	2,03	3,51	153,90
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,300	20,300	0,04	0,00	2,75	11,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162,000	162,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2,50	20,00	4,00	207,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИД УПАКОВКЕ	100,000	100,000	2,50	20,00	4,00	207,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4,02	3,21	28,71	159,50
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,560	35,560	3,72	0,45	24,11	115,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,480	1,480	0,16	0,02	1,00	4,79
Дрожжи хлебопекарные прессованные высший сорт	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00

САХАР ПЕСОК	3,700	3,700	0,00	0,00	3,58	14,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,110	1,110	0,01	0,89	0,01	8,05
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	1,480	1,480	0,00	1,44	0,00	12,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,050	0,13	0,12	0,01	1,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,560	0,560	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,600	15,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ л.	0,300	0,300	0,00	0,29	0,00	2,62
		28,46	39,68	72,49	861,53	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,69	65,51	251,01	1 941,89	