

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	4,0	3,8	10,0	91,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,6	3,3	0	40,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4,9	4,7	22,5	151,9
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24	23,76	2,6	0,3	15,6	75,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,2	11,9	78,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,15	2,15	0,2	0	1,2	5,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,5	2,1	4,2	46,9
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0	0	6,6	26,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			<b>11,6</b>	<b>10,7</b>	<b>44,4</b>	<b>321,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/15/5	4,4	3,9	8,5	86,8
КАРТОФЕЛЬ	35,09	28,07	0,6	0,1	4,5	21,0
МОРКОВЬ	7,75	5,81	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,1	0	0,5	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,5	0,1	3,1	14,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,3	7,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,1	2,6	0	36,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0,5
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		50	10,9	3,2	1,4	77,2
РЫБА САЙДА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	80,56	58	9	0,3	0	38,8

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,48	1,6	1,4	0,1	19,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,1	0,2	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>130</b>	<b>2,6</b>	<b>4,4</b>	<b>17,0</b>	<b>118,0</b>
КАРТОФЕЛЬ	114,75	91,8	1,7	0,4	14,6	68,6
МОРКОВЬ	33,33	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,5	0,4	0,8	8,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ</b>		<b>150</b>			<b>17,1</b>	<b>68,4</b>
КУРАГА	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0	0	6,4	25,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАТОН</b>		<b>10</b>	<b>0,8</b>	<b>0,3</b>	<b>5,1</b>	<b>26,2</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	5,1	26,2
			<b>20,3</b>	<b>12,0</b>	<b>58,3</b>	<b>422,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>100</b>	<b>9,9</b>	<b>12,6</b>	<b>14,7</b>	<b>212,0</b>
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	64,6	46,5	8,4	7,3	0	99,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0	5,1	0	46,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	7,33	5,5	0,1	0	0,4	1,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,1	0	0,2	1,3
КРУПА РИСОВАЯ	19,2	19,01	1,3	0,2	13,7	61,4
<b>ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ</b>		<b>50</b>	<b>3,5</b>	<b>5,1</b>	<b>17,4</b>	<b>129,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,1	0,3	13,9	66,4
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,26	0,3	0,3	0	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,1	0,1	0	1,6
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	<b>2,3</b>	<b>1,9</b>	<b>10,2</b>	<b>67,3</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	79,2	79,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,1	1,8	3,6	40,2
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	<b>30,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>ГРУША</b>		<b>70</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,2</b>	<b>32,9</b>
ГРУША	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			<b>17,0</b>	<b>19,9</b>	<b>55,9</b>	<b>472,1</b>

<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>52,4</b>	<b>45,7</b>	<b>164,2</b>	<b>1 287,1</b>
-----------------------	-------------	-------------	--------------	----------------

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

## ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,9	1,5	1,8	24,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,4	16,6	2,2	208,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,31 шт.	92,98	11,4	10,4	0,7	141,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,4	34,4	1	0,9	1,6	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,1	9,1	65,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
БАТОН	20		1,7	0,6	11,3	57,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,7	0,6	11,3	57,6
			<b>17,6</b>	<b>20,8</b>	<b>24,4</b>	<b>356,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,5	40,1	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		3,7	4,5	8,3	93,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	48,75	39	0,8	0,2	6,2	29,1
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	7,38	4,8	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,52	2,1	1,8	0	24,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50		15,1	15,3	3,5	134,0
ГОВЯДИНА Б/К	110	80,8	14,6	12,5	0	170,8

МОРКОВЬ	22,27	16,7	0,2	0	1,2	5,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>110</b>	<b>5,3</b>	<b>5,4</b>	<b>23,7</b>	<b>164,1</b>
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	43,2	42,77	5,2	1,4	23,7	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>13,7</b>	<b>56,3</b>
ГРУША	33,3	30	0,1	0,1	3	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,2	129,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>25,9</b>	<b>25,6</b>	<b>59,2</b>	<b>498,0</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>120</b>	<b>10,6</b>	<b>11,6</b>	<b>7,7</b>	<b>178,1</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,4	0,1	3,6	21,1
ГОВЯДИНА Б/К	53,9	48,6	8,7	7,6	0	102,7
КРУПА РИСОВАЯ	4,6	4,5	0,3	0	3,2	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>		<b>50</b>	<b>5,3</b>	<b>3,2</b>	<b>18,2</b>	<b>122,7</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2	0,3	13,2	63,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,9	5,9	0,2	0,1	0,3	3,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,2	13,2	2,3	1,2	0,4	21,6
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>8,5</b>	<b>34,6</b>
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0	0	8,2	32,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	<b>30,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ</b>		<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,7</b>	<b>30,1</b>
АПЕЛЬСИН	104,5	70	0,6	0,1	5,7	30,1
			<b>17,6</b>	<b>15,0</b>	<b>46,5</b>	<b>396,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,6</b>	<b>64,5</b>	<b>135,7</b>	<b>1 320,9</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		3,8	4,8	8,2	72,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4,4	4,4	22,0	144,6
КРУПА МАННАЯ	22,3	22,3	2,2	0,2	15,2	71,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,7	75,7	2,1	1,8	3,5	39,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,7	2,2	11,8	78,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,2	0	1,2	5,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,8	89,8	2,5	2,1	4,2	47,0
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			<b>10,9</b>	<b>11,4</b>	<b>42,0</b>	<b>295,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30		0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,2	29,9	0,2	0	0,7	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		4,6	5,5	10,5	109,4
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	23,2	17,1	3,1	2,6	0	36,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,1	0,1	0	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60		10,3	6,4	2,6	108,2
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	57	55	8,5	0,3	0	36,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>130</b>	<b>2,3</b>	<b>5,8</b>	<b>12,2</b>	<b>110,9</b>
КАРТОФЕЛЬ	32,5	26	0,5	0,1	4,1	19,4
МОРКОВЬ	31,2	23,4	0,3	0	1,6	8,0
ТЫКВА СВЕЖАЯ	22,3	15,6	0,2	0	0,7	3,5
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	25	13	0,3	0	0,5	3,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,3	0	0,7	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,9	26	0,4	0,1	2	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
МОРКОВЬ	3,07	2,3	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0	0	0,1	0,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9	0,2	0	0,7	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА</b>		<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>18,2</b>	<b>77,7</b>
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,4	0,1	10,5	46,7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,7</b>	<b>0,3</b>	<b>10,6</b>	<b>51,3</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
<b>БАТОН</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>10,3</b>	<b>52,4</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			<b>21,0</b>	<b>18,7</b>	<b>65,2</b>	<b>514,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ</b>		<b>120/13</b>	<b>21,3</b>	<b>10,9</b>	<b>26,4</b>	<b>301,2</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,8	9,9	3,3	185,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7,7	7,7	0,8	0,1	5,2	24,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,2	1	0,2	13,0
ДЖЕМ	13	13	0,1	0	9,2	35,8
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		<b>180</b>	<b>5,3</b>	<b>4,6</b>	<b>8,8</b>	<b>99,0</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,3	4,6	8,8	99,0
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>37,6</b>
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,3	0,3	7,8	37,6
			<b>26,9</b>	<b>15,8</b>	<b>43,0</b>	<b>437,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,3</b>	<b>49,0</b>	<b>155,8</b>	<b>1 318,0</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4,0	3,9	9,5	89,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,4	0,6	9,5	48,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,7	3,4	0	41,6
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3,7	5,5	21,9	152,3
КРУПА РИСОВАЯ	21,7	21,4	1,5	0,2	15,3	69,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,9	52,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,2	79,2	2,2	1,9	3,7	41,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,9	2,4	10,5	76,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,24	2,24	0,5	0,3	0,2	6,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,3	97,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
			<b>10,6</b>	<b>11,8</b>	<b>41,9</b>	<b>318,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30		0,3	1,7	2,3	26,3
МОРКОВЬ	21,6	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,1	0,1	1,3	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,3	4,7	5,4	83,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,1	2,6	0	36,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30		12,9	7,5	0,4	136,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	79,57	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	22,6	22,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	3,9	4,1	24,7	150,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36	3,9	0,5	24,6	118,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	0,7		18,5	80,0
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,8	0	18,5	80,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,4</b>	<b>18,2</b>	<b>59,8</b>	<b>518,2</b>

### Полдник

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	6,9	4,3	4,3	83,1
РЫБА САЙДА ФИЛЕ	38,12	34	5,4	0,7	0	28,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3	0,4	0,2	2,6	13,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6	0,2	0,2	0,4	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	3,7	15,7	105,8
КАРТОФЕЛЬ	117,38	93,9	1,8	0,4	14,8	70,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,9	16,9	0,5	0,4	0,8	8,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,6	0,2	14,2	72,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8,4	49,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,2	6,4	30,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8
БАНАН		70	1,1	0,4	14,8	67,6
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67,2
			<b>12,5</b>	<b>9,5</b>	<b>70,9</b>	<b>430,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>50,0</b>	<b>42,6</b>	<b>178,2</b>	<b>1 337,6</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35	1,5	3,3	18,8	110,1
ДЖЕМ	13,2	13,2	0,1	0	9,3	36,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,4	0,6	9,5	48,3
КАША "ДРУЖБА"		150	4,3	5,4	16,8	133,7
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,4	0,1	3,6	16,2
ПШЕНО	7,5	7,4	0,9	0,2	5	25,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	2,7	5,2	59,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		170	2,5	2,0	10,9	71,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,7	89,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82	82	2,3	2	3,8	43,0
			<b>8,3</b>	<b>10,7</b>	<b>46,5</b>	<b>315,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	3,0	3,2	41,6
СВЕКЛА	50,67	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,4	5,0	10,1	105,5
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,9	9,0	6,1	149,5

БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	74,31	53,5	9,7	8,3	0	114,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,3	5,5	27,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	7,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,8	2,0	8,2	64,7
МОРКОВЬ	58,93	44,2	0,6	0	2,9	15,0
РЕПА	24,6	18,2	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,3	0	0,6	3,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,3	0	0,9	5,2
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,5		24,8	102,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	150	0,5	0	24,8	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
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
			<b>21,4</b>	<b>19,9</b>	<b>73,8</b>	<b>569,6</b>
<b>Полдник</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,2	0	0,8	4,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		110	11,8	11,4	10,1	190,7
ГОВЯДИНА Б/К	64,4	57,9	10,5	9	0	122,4
КАРТОФЕЛЬ	73,38	58,7	1,2	0,2	9,3	43,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,3	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,6	28,9
КЛЮКВА	21,2	20,8	0,1	0	0,8	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
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
ГРУША		70	0,3	0,2	7,2	33,1
ГРУША	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			<b>15,6</b>	<b>14,3</b>	<b>51,8</b>	<b>402,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,8</b>	<b>48,0</b>	<b>177,7</b>	<b>1 357,7</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,4	5,2	19,9	143,9
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,8	75,8	2,1	1,8	3,5	39,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		165	2,5	2,0	11,2	73,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	6,4	6,4	0	0	6,2	24,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,5	82,5	2,3	2	3,9	43,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
БАТОН		25	1,9	0,8	12,8	65,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>11,3</b>	<b>10,2</b>	<b>44,0</b>	<b>313,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,7	6,2	4,9	78,2
КАРТОФЕЛЬ	37	29,6	0,6	0,1	4,7	22,1
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,3	6,3	0	6,1	0	54,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	4,6	2,0	19,2	113,2
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,06	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8	40,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ		60	9,8	10,9	6,7	163,8
ГОВЯДИНА Б/К	44,4	40	7,2	6,2	0	84,6

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,8	6,8	0,5	0,2	3,4	17,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,3	10,3	0,3	0,3	0,5	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,8	20,5	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,3	1,7	0,1	0	0,1	0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,7	1,7	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>		<b>110</b>	<b>1,8</b>	<b>4,0</b>	<b>11,1</b>	<b>87,9</b>
СВЕКЛА	159,87	119,9	1,7	0,1	10,3	48,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА</b>		<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>17,3</b>	<b>73,8</b>
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18,8	18,8	0,4	0,1	10,5	46,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>41,0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>18,6</b>	<b>23,4</b>	<b>67,7</b>	<b>557,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>3,9</b>
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>60</b>	<b>8,4</b>	<b>2,7</b>	<b>4,6</b>	<b>75,4</b>
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	45	7	0,3	0	30,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,64	0,7	0,6	0	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>130</b>	<b>2,6</b>	<b>4,8</b>	<b>17,0</b>	<b>121,7</b>
КАРТОФЕЛЬ	114,88	91,9	1,7	0,4	14,6	68,7
МОРКОВЬ	33,33	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,5	0,4	0,8	8,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>			<b>16,5</b>	<b>64,5</b>
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,7</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАНАН СВЕЖИЙ</b>		<b>70</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>14,7</b>	<b>67,2</b>
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67,2
			<b>13,6</b>	<b>8,2</b>	<b>61,8</b>	<b>373,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,0</b>	<b>44,9</b>	<b>179,1</b>	<b>1 315,1</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,9	1,5	1,8	24,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,4	16,0	2,2	202,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,58	11,4	10,3	0,6	141,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	1	0,9	1,6	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	175		2,7	2,2	10,7	73,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,4	92,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,4	89,4	2,5	2,1	4,2	46,9
БАТОН	25		1,8	0,7	12,3	62,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
			<b>17,8</b>	<b>20,4</b>	<b>27,0</b>	<b>363,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,3	39,9	0,3	0	1	5,6
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5		5,6	6,2	4,9	102,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,5	0	0,9	6,7
КАРТОФЕЛЬ	22,5	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,6	0,6	0	0	0,1	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	26,67	24	4,4	3,7	0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,2	1	0,2	13,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ	55		8,7	10,2	1,8	133,6
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52,78	38	6,9	5,9	0	81,1

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b>		<b>120</b>	<b>2,7</b>	<b>3,2</b>	<b>11,9</b>	<b>87,9</b>
МОРКОВЬ	35,2	26,4	0,3	0	1,7	8,9
КАРТОФЕЛЬ	31,13	24,9	0,5	0,1	4	18,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,1	26,4	0,5	0	1,2	7,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,5	0,1	3,3	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>16,3</b>	<b>67,0</b>
ЯБЛОКИ	25,6	22,5	0,1	0,1	2,1	10,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0	0	6,4	25,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАТОН</b>		<b>25</b>	<b>1,7</b>	<b>0,7</b>	<b>11,6</b>	<b>59,0</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,5	22,5	1,7	0,7	11,6	59,0
			<b>20,4</b>	<b>20,6</b>	<b>56,0</b>	<b>495,9</b>

### Полдник

<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>110</b>	<b>9,8</b>	<b>9,3</b>	<b>7,7</b>	<b>154,3</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	89,4	71,5	1,3	0,1	3,3	19,4
ГОВЯДИНА Б/К	49,5	44,6	8,1	6,9	0	94,3
КРУПА РИСОВАЯ	5,1	5	0,4	0,1	3,6	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,2	0	0,9	4,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>		<b>50</b>	<b>5,1</b>	<b>3,0</b>	<b>18,2</b>	<b>120,4</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2	0,3	13,2	63,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,9	5,9	0,2	0,1	0,3	3,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	12,9	12,9	2,2	1,2	0,4	21,1
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>		<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,0</b>	<b>54,0</b>
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	11,3	11,3	0,3	0,1	7,2	30,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>30,5</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>70</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>6,9</b>	<b>33,1</b>
ЯБЛОКИ	79,5	70	0,3	0,3	6,9	32,9

	16,5	12,9	52,2	392,3
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>58,2</b>	<b>57,0</b>	<b>140,8</b>	<b>1 322,3</b>



# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,4	4,0	12,5	103,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,58	11,44	2,6	3,3	0	40,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,5	6,0	22,1	160,0
КРУПА МАННАЯ	22,9	22,9	2,3	0,2	15,7	73,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,1	1,8	3,6	40,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,2	11,6	77,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,1	2,1	0,2	0	1,1	5,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,5	2,1	4,2	46,9
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			<b>11,6</b>	<b>12,2</b>	<b>46,2</b>	<b>341,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,2	7,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,51	30,2	0,3	0,1	1,1	7,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,4	5,5	6,9	97,4
СВЕКЛА	32	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	15	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	19	17,1	3,1	2,6	0	36,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		50	9,4	0,4	0,3	41,6
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	83,33	60	9,3	0,4	0	40,2

МОРКОВЬ	2,67	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС ПОЛЬСКИЙ		15	0,8	9,1	0,1	85,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,5	10,5	0,1	8,4	0,1	76,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,3	18,5	123,6
КАРТОФЕЛЬ	138,5	110,8	2,1	0,4	17,6	82,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,8	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,5		24,8	102,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	150	0,5	0	24,8	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,3	10,6	50,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>19,8</b>	<b>19,7</b>	<b>62,4</b>	<b>508,3</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,3	10,9	26,4	301,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,8	9,9	3,3	185,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	7,7	7,7	0,8	0,1	5,2	24,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ДЖЕМ	13	13	0,1	0	9,2	35,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,3	4,6	8,8	99,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,3	4,6	8,8	99,0
ГРУША		70	0,3	0,2	7,2	32,9
ГРУША	77,78	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			<b>26,9</b>	<b>15,7</b>	<b>42,4</b>	<b>433,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>61,8</b>	<b>50,7</b>	<b>156,6</b>	<b>1 353,3</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,7	13,0	102,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26	26	1,9	0,8	13	66,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	4,9	6,1	19,9	154,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	22,4	22,4	2,7	1,4	13,4	76,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,2	51,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,1	79,1	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ		170	2,6	2,1	12,6	80,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,7	89,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0	0	8,2	32,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	86,9	86,9	2,4	2,1	4,1	45,5
			<b>9,4</b>	<b>12,9</b>	<b>45,5</b>	<b>337,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,2	0	0,8	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	3,9	2,9	12,2	90,8
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	17	12,24	2,2	1,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		60	13,0	7,2	2,1	139,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,6	67,2	11,6	2,4	0	82,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	7,5	6	0,1	0	1	4,5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ</b>		<b>130</b>	<b>3,0</b>	<b>4,3</b>	<b>14,8</b>	<b>109,9</b>
КАРТОФЕЛЬ	65	52	1	0,2	8,2	38,8
МОРКОВЬ	47,73	35,8	0,5	0	2,4	12,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,4	26,7	0,5	0	1,3	7,3
БРЮКВА	22,8	17,6	0,2	0	1,4	6,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	27,1	17,6	0,5	0	1,1	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,8	9,8	0,3	0,2	0,5	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
<b>СОК АБРИКОСОВЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>		<b>19,1</b>	<b>82,5</b>
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,8	0	19,1	82,5
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,6</b>	<b>0,2</b>	<b>10,2</b>	<b>49,0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,6	0,2	10,2	49,0
			<b>22,5</b>	<b>14,6</b>	<b>59,2</b>	<b>475,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ</b>		<b>40</b>	<b>5,0</b>	<b>4,5</b>	<b>0,3</b>	<b>61,3</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300	300	0	0	0	0,0
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ</b>		<b>40/30</b>	<b>5,5</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>90,4</b>
КАРТОФЕЛЬ	10,5	8,4	0,2	0	1,4	6,3
СВЕКЛА	8	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	5,33	4	0,1	0	0,3	1,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6	6	0	0	0,1	0,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	6	6	0,1	0	0,2	1,4
ЛУК ЗЕЛЕНЬИЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	62,5	30	4,9	2,5	0	42,2
<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b>		<b>50</b>	<b>4,9</b>	<b>1,8</b>	<b>28,1</b>	<b>147,6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7,0
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>11,0</b>	<b>46,5</b>
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАНАН</b>		<b>70</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>14,8</b>	<b>67,6</b>
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67,2
			<b>17,9</b>	<b>13,3</b>	<b>65,3</b>	<b>454,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,3</b>	<b>43,9</b>	<b>175,6</b>	<b>1 337,9</b>

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,8	3,9	12,5	92,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3,8	5,1	22,4	150,9
КРУПА РИСОВАЯ	22,5	22,2	1,6	0,2	15,9	71,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,4	51,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,2	79,2	2,2	1,9	3,7	41,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,9	2,4	11,0	77,9
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,5	0,3	0,2	6,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			<b>8,5</b>	<b>11,4</b>	<b>45,9</b>	<b>321,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0,4	2,0	2,4	29,1
СВЕКЛА	38	28,5	0,4	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10		3,7	4,8	10,3	104,6
КАРТОФЕЛЬ	56,25	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,03	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,52	2,1	1,8	0	24,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		11,3	12,0	21,3	238,4
ГОВЯДИНА Б/К	52,22	47	8,4	7,3	0	99,4

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
КАРТОФЕЛЬ	151,5	121,2	2,3	0,5	19,2	90,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,5	0,1	0	0,8	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3	0,3	0	1,4	6,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,5</b>	<b>19,2</b>	<b>57,7</b>	<b>477,5</b>
<b>Полдник</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,2	7,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,51	30,2	0,3	0,1	1,1	7,2
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		110	5,7	7,0	21,3	171,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	29,8	29,8	3,2	0,4	20,4	97,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,8	17,8	0,5	0,4	0,9	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,5	32,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
КЛЮКВА	21,3	20,8	0,1	0	0,8	5,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,2	6,4	30,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,1	3,8	21,6	145,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	17	81,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15,9	15,7	2,7	1,4	0,5	25,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,7	0,7	0,1	0	0,5	2,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1	0	0,1	0	0,9
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		95	0,8	0,2	7,1	36,1
МАНДАРИН	128,3	95	0,8	0,2	7,1	36,1
			<b>14,0</b>	<b>11,3</b>	<b>65,1</b>	<b>423,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,5</b>	<b>45,0</b>	<b>174,3</b>	<b>1 293,0</b>