



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00	№ 1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,04	6,20	26,30	189,30	№ 189
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	30	30	3,35	0,38	19,76	95,74	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	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	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЛИМОН	8	7	0,06	0,01	0,20	2,31	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00	
			8,40	10,30	41,82	287,30	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,80	66,30	№ 10
ЯБЛОКИ	171	150	0,60	0,60	14,70	70,50	
			0,60	0,60	14,80	66,30	
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20	№ 017
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И	150/10/10		3,80	5,90	8,40	105,80	№ 85
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41	
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,805	0,10	0,09	0,01	1,22	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	4,60	4,80	2,50	91,50	№ 268
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	57	55	8,54	0,32	0,00	36,81	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,6	2,6	0,01	2,09	0,02	18,87	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,03	1,77	8,42	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	0,99	0,90	0,06	12,26	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С		120	2,32	3,92	15,60	107,40	№ 322
КАРТОФЕЛЬ	138	82,8	1,61	0,32	13,10	61,85	
МОРКОВЬ	33,33	25	0,32	0,03	1,68	8,49	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,41	0,35	0,67	7,55	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,10	0,10	19,70	80,70	№ 039
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,08	0,08	1,78	8,57	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			13,22	15,34	61,00	460,90	
Полдник							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	17,14	19,80	26,59	353,08	№ 304
КУРИНАЯ ГРУДКА	91,11	82	14,47	14,64	0,00	189,31	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53	
МОРКОВЬ	17,33	13	0,16	0,01	0,87	4,41	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7	0,10	0,01	0,55	2,78	
КРУПА РИСОВАЯ	35,4	35	2,38	0,34	25,12	113,05	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	№ 392
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,30	4,30	29,25	144,00	№ 479
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,07	0,37	19,87	94,92	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18	
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50	
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	2,32	1,15	0,39	21,76	
ДРОЖОЖИ	0,3	0,3	0,04	0,01	0,01	0,22	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37	
			23,44	24,22	69,24	556,08	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,66	50,46	186,86	1 370,58	

МЕНЮ
Ясли 12 часов**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00	№ 3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,80	6,10	20,90	154,00	№ 189
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00	№ 40
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00	
			10,39	14,80	44,50	300,00	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,80	0,20	14,80	65,00	№ 442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,2	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
			0,80	0,20	14,80	65,00	
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0,40	0,10	1,50	9,60	№ 014
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	42,3	40	0,44	0,08	1,52	9,60	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		3,70	4,10	8,70	74,70	№ 82
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67	
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
КУРИНАЯ ГРУДКА	15,56	14	2,47	2,50	0,00	32,32	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160		16,00	17,10	21,30	198,30	№ 294
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	121	100	17,36	3,59	0,00	123,19	
КРУПА РИСОВАЯ	20,3	20,3	1,38	0,19	14,57	65,57	

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	48	40,5	0,55	0,08	3,22	16,11	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,04	0,99	0,89	0,06	12,24	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ	150		0,50	0,20	18,30	77,30	№ 441
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			22,70	22,12	63,90	430,20	
Полдник							
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50		8,30	5,33	0,20	81,00	№ 246
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	47,6	45,8	7,11	0,26	0,00	30,65	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,38	3,70	15,70	107,00	№ 321
КАРТОФЕЛЬ	156,83	94,1	1,82	0,37	14,88	70,29	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150		0,10	0,10	18,10	75,00	№ 048
ЯБЛОКИ	33,33	30	0,12	0,12	2,85	13,68	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50		2,50	4,70	27,80	146,30	№ 477
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	4,24	0,51	27,46	131,21	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86	
ДРОЖЖИ	0,12	0,12	0,02	0,00	0,00	0,09	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,6	0,6	0,00	0,58	0,00	5,23	
			14,28	13,95	68,20	440,30	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,17	51,07	191,40	1 235,50	

Утверждаю

заведующий
Семенова А.А.



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00	№ 2
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92	
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,90	1,60	1,80	24,30	№ 10
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,88	0,06	1,85	11,40	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		12,30	16,70	2,30	119,00	№ 214
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,575	11,41	10,33	0,63	140,98	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	0,96	0,83	1,60	17,96	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5,7	5,7	0,00	5,52	0,00	49,70	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00	№ 28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00	
			17,40	22,80	32,60	295,30	
II Завтрак							
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50	№ 002
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50	
			0,60	0,50	15,50	70,50	
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60	№ 015
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,18	6,24	5,72	98,47	№ 67
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,35	0,07	2,84	13,44	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15	
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48	№ 277
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50		15,10	15,30	3,50	134,00	
ГОВЯДИНА Б/К	110	80,8	14,58	12,54	0,00	170,86	
МОРКОВЬ	22,27	16,7	0,21	0,02	1,12	5,67	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,12	0,02	0,66	3,30	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		5,80	4,78	26,80	174,00	№ 181
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,1	50,1	6,12	1,60	27,75	149,68	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,8	75,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10		0,08	0,04	6,83	28,00	№ 392
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
			26,46	26,48	50,25	471,07	
Полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170		13,54	13,32	12,19	226,02	№ 298
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64	
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90	
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,80	5,90	25,30	156,80	№ 467
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,1	34,1	3,57	0,43	23,12	110,47	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83	
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29	
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150		0,10	0,01	14,10	54,00	№ 049
ЛИМОН	12	12	0,11	0,01	0,35	3,96	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100		2,80	2,50	4,50	56,50	№ 005
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51	
			21,24	21,85	62,49	524,32	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,70	71,63	160,84	1 361,19	

Утверждаю

заведующий
Семенова А.А.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00	№ 1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,30	18,30	158,00	№ 189
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00	
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00	
			12,04	14,60	40,90	327,00	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,45	0,00	24,75	102,00	№ 442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,2	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
			0,45	0,00	24,75	102,00	
Обед							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,60	6,10	4,80	76,80	№ 43
КАРТОФЕЛЬ	48	28,8	0,56	0,12	4,55	21,51	
ЛУК ЗЕЛЕНый	7,6	6	0,08	0,01	0,19	1,20	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	150/10/5		4,20	6,22	7,93	107,18	№ 57
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26	
КАРТОФЕЛЬ	20	12	0,23	0,05	1,90	8,96	
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	

ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60		7,60	4,00	15,10	114,00	№ 269
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,2	40,8	6,33	0,23	0,00	27,31	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,47	0,18	3,19	16,27	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,27	0,23	0,45	5,02	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,49	0,45	0,03	6,13	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120		2,00	1,60	7,80	53,50	№ 129
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18	
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22	
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5		0,00	0,00	7,00	28,00	№ 392
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			17,13	18,62	60,96	470,41	
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100		17,70	9,10	16,10	221,00	№ 237
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,29	8,15	2,72	152,95	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38	
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,35	0,31	0,02	4,29	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	7,99	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,40	3,00	7,30	74,20	№ 434
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76	
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20		2,80	3,60	14,90	94,40	№ 18
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40	
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,80	0,20	7,50	38,00	№ 9
МАНДАРИН	136	100	0,80	0,20	7,50	38,00	
			25,70	15,90	45,80	427,60	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,32	49,12	172,41	1 327,01	

Утверждаю

заведующий
Семенова А.А.



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00	№ 3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150		2,60	2,50	18,50	128,00	№ 190
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,51	0,08	5,38	24,23	
ПШЕНО	7,5	7,5	0,83	0,19	5,12	25,61	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,5	4,5	0,02	3,60	0,04	32,65	
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00	№ 40
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00	
			9,19	11,20	42,10	274,00	
II Завтрак							
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50	№ 002
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50	
			0,60	0,50	15,50	70,50	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	1,20	36,50	№ 33
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,24	15,48	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		3,40	1,80	9,40	67,40	№ 83
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81	
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	23,2	17,1	3,08	2,66	0,00	36,16	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0,02	0,00	0,12	0,60	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,966	0,12	0,11	0,01	1,47	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150		6,30	9,00	10,00	224,00	№ 291
ГОВЯДИНА Б/К	67,5	50	9,02	7,76	0,00	105,73	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14	
КАРТОФЕЛЬ	239,58	143,75	2,79	0,56	22,73	107,37	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,32	0,00	1,49	7,25	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,30	0,80	1,20	14,90	№ 354
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,30	0,00	5,80	85,00	№ 044
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
			12,53	14,10	38,23	479,43	
Полдник							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,60	0,10	1,90	12,00	№ 014
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,55	0,10	1,90	12,00	
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С	120		4,20	6,70	23,10	192,00	№ 208
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5	3,47	0,41	22,22	106,55	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,98	1,79	0,11	24,52	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,54	0,48	0,90	10,17	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158		0,07	0,01	7,10	29,00	№ 038
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЛИМОН	4	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50		1,70	8,10	34,00	134,00	№ 249
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00	
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0,00	0,00	1,26	5,03	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/31 шт.	1,288	0,16	0,15	0,01	1,96	
ДРОЖОЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	16	16	2,79	1,40	0,47	26,23	
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/25 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45	
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75	
			7,57	15,03	72,50	398,00	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,89	40,83	168,33	1 221,93	

Утверждаю

заведующий

Семенова А.А.

МЕНЮ
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00	№ 2
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,42	4,70	13,70	142,00	№ 189
ПШЕНО	30	30	3,35	0,79	20,49	102,43	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00	№ 28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00	
			7,62	9,20	42,20	294,00	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,80	0,20	14,80	65,00	№ 442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,2	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
			0,80	0,20	14,80	65,00	
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60	№ 015
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		2,70	3,40	15,00	125,10	№ 81
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41	
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,2	12	2,68	0,18	5,60	34,80	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,16	0,45	7,97	40,66	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	60		6,40	12,10	5,90	121,00	№ 263
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	48	45	6,98	0,26	0,00	30,12	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,66	0,25	4,49	22,87	

заведующий
Семенова А.А.

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00	№ 3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,32	2,95	0,00	36,40	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,20	5,60	18,70	142,10	№ 189
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,30	0,22	15,75	73,40	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,13	1,84	3,54	39,81	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00	№ 40
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00	
			10,79	14,30	42,30	288,10	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,45	0,00	24,75	102,00	№ 442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,2	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
			0,45	0,00	24,75	102,00	
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60	№ 015
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4,11	4,97	11,80	110,73	№ 77
КАРТОФЕЛЬ	112,5	67,5	1,31	0,26	10,67	50,42	
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
КУРИНАЯ ГРУДКА	15,56	14	2,47	2,50	0,00	32,32	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		11,20	4,90	4,50	108,00	
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	68	56	9,72	2,01	0,00	68,99	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99	
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72	

КАРТОФЕЛЬ	8,33	5	0,10	0,02	0,80	3,73	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,031	0,62	0,56	0,04	7,66	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150		2,40	6,90	13,40	125,00	№ 344
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85	
МОРКОВЬ	29,91	22,43	0,28	0,02	1,50	7,61	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12,01	0,16	0,02	0,95	4,77	
РЕПА	32,3	23,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,25	11,25	0,28	1,64	0,38	22,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,50	0,60	10,30	52,40	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150		0,77	0,05	26,49	110,03	№ 046
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76	
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0,01	0,00	4,55	18,22	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00	
			21,98	17,62	78,09	562,76	
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80		14,20	7,30	12,90	177,00	№ 237
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75,8	74,6	13,03	6,51	2,17	122,29	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00	
КРУПА МАННАЯ	5,4	5,4	0,54	0,05	3,70	17,24	
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,90	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.06 шт.	2,415	0,30	0,27	0,02	3,68	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,2	3,2	0,41	0,00	1,91	9,27	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,2	3,2	0,08	0,47	0,11	6,39	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,40	3,00	7,30	74,20	№ 434
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	159	158	4,44	3,83	7,35	82,76	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,60	5,90	24,00	150,30	№ 467
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1	3,37	0,41	21,77	103,99	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83	
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29	
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7,4	7,4	0,04	5,93	0,06	53,69	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/40 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37	
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100		0,80	0,20	7,07	39,80	№ 009
МАНДАРИН	141,89	105	0,84	0,21	7,88	39,90	
			23,00	16,40	51,27	441,30	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,22	48,32	196,41	1 394,16	

Утверждаю

заведующий
Семенова А.А.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00	№ 1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,20	2,10	2,40	32,40	№ 10
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬНЫЙ КОНСЕРВЫ	58,5	38	1,18	0,08	2,47	15,20	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,4	0,01	0,00	0,03	0,20	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		10,30	13,92	1,92	93,20	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1.92 шт.	77,28	9,52	8,62	0,52	117,69	№ 214
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,81	0,70	1,33	14,98	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4,7	4,7	0,00	4,56	0,00	40,98	
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00	
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73	№ 029
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,09	2,67	5,12	57,62	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0,00	0,00	0,00	0,00	
			18,54	23,32	26,92	294,60	
II Завтрак							
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50	№ 002
ГРУША	166,7	150	0,60	0,45	15,45	70,50	
			0,60	0,50	15,50	70,50	
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40		0,34	0,04	3,15	33,00	№ 40
МОРКОВЬ	28,27	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20	
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,07	0,07	1,72	8,27	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,10	3,40	3,00	107,00	№ 76
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61	
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17	
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19	
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	

КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	9,81	10,16	9,83	169,82	№ 305
КУРИНАЯ ГРУДКА	48,89	44	7,77	7,86	0,00	101,58	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,80	4,10	11,40	89,00	№ 324
СВЕКЛА	160	120	1,75	0,12	10,24	48,89	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,30	0,00	5,80	85,00	№ 045
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,34	0,08	9,57	40,89	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,10	0,50	7,70	39,30	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			18,45	18,32	47,28	554,12	
Полдник							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,90	4,50	0,30	63,00	№ 213
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29	
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,00	1,60	7,80	53,50	№ 129
МОРКОВЬ	24,27	18,2	0,23	0,02	1,22	6,18	
РЕПА	24,7	18,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,29	0,02	0,60	3,72	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,34	0,02	0,87	5,22	
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,1	10,1	0,25	1,47	0,34	20,19	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,70	0,20	10,60	51,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		30	4,20	5,40	22,40	152,00	№ 18
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	№ 392
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАРЕНЬЕ	10	10	0,04	0,03	7,20	27,94	
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50	№ 005
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51	
			15,68	14,24	52,43	404,00	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,27	56,38	142,13	1 323,22	



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00	№ 2
ДЖЕМ	13,3	11	0,07	0,01	8,02	31,24	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,20	0,46	8,22	41,92	
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,00	7,30	18,30	128,00	№ 189
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,75	1,39	13,78	78,53	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00	№ 28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00	
			9,20	11,80	46,80	280,00	
II Завтрак							
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00	№ 20
БАНАН	143	100	1,50	0,50	21,00	96,00	
			1,50	0,50	21,00	96,00	
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20	№ 011
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	150/10/5		4,20	6,22	7,93	107,18	№ 57
СВЕКЛА	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26	
КАРТОФЕЛЬ	20	12	0,23	0,05	1,90	8,96	
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60		11,00	0,40	0,00	139,00	№ 228

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	79,2	76,8	11,92	0,45	0,00	51,40	
МОРКОВЬ	3,2	2,4	0,03	0,00	0,16	0,81	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95	
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,30	1,00	1,20	14,80	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	№ 354
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,50	4,00	24,30	142,90	№ 321
КАРТОФЕЛЬ	170,83	102,5	1,99	0,40	16,21	76,56	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19	18	0,50	0,44	0,83	9,43	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	№ 038
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158		0,07	0,01	7,10	29,00	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЛИМОН	4	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15	№ 003
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,30	0,13	8,50	41,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79	№ 004
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			20,77	12,26	57,43	518,38	
Полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170		13,54	13,32	12,19	226,02	№ 298
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64	
ГОВЯДИНА Б/К	67,1	56,7	10,23	8,80	0,00	119,90	
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,64	0,58	0,04	7,97	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150		0,10	0,10	18,10	73,50	№ 036
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	№ 451
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50		2,20	0,10	31,40	159,90	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22,5	22,5	2,36	0,28	15,26	72,90	
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,013	0,25	0,22	0,01	3,07	
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0,03	0,00	0,00	0,15	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23	7,33	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95	

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,254	0,28	0,25	0,02	3,43	№ 005
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,7	0,7	0,00	0,68	0,00	6,10	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,006	0,13	0,12	0,01	1,53	
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,50	56,50	№ 005
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51	
			19,64	16,14	72,59	546,92	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,11	40,70	197,82	1 441,30	

Утверждаю

заведующий
Семенова А.А.**МЕНЮ**
Ясли 12 часов**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецепту ры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00	№ 1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,80	6,10	20,90	154,10	№ 189
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,56	0,22	16,51	74,29	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,22	1,92	3,68	41,38	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	33,60	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
			7,04	10,20	36,30	249,70	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,45	0,00	24,75	102,00	№ 442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,2	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
			0,45	0,00	24,75	102,00	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,60	2,30	3,20	36,50	№ 33
СВЕКЛА	50,67	38	0,55	0,04	3,24	15,48	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,30	5,60	9,80	97,40	№ 73
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,07	0,01	0,15	1,13	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	21,6	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60		9,15	12,32	2,11	155,59	№ 310
КУРИНАЯ ГРУДКА	46,11	41,5	7,32	7,41	0,00	95,81	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	10,063	1,24	1,13	0,07	15,33	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,2	2,2	0,01	1,77	0,02	15,97	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,35	0,30	0,57	6,44	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24	

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,22	0,03	1,43	6,80	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120		3,20	2,70	15,50	97,40	№ 205
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,34	0,51	27,76	133,11	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150		0,10	0,10	18,10	73,50	№ 047
ГРУША	33,33	30	0,12	0,09	3,00	13,68	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,70	51,70	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30	№ 004
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
			20,15	23,72	67,11	551,39	
Полдник							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60	№ 015
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	42,9	40	0,32	0,04	1,00	5,60	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120		14,00	13,20	13,50	144,00	№ 276
ГОВЯДИНА Б/К	93,2	68,5	12,36	10,63	0,00	144,85	
КАРТОФЕЛЬ	136,5	81,9	1,59	0,32	12,95	61,17	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,10	0,01	0,56	2,82	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,30	0,00	20,80	85,00	№ 044
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76	
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00	№ 003
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50		4,00	7,20	26,20	170,40	№ 464
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,56	37,56	3,94	0,48	25,46	121,69	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,16	0,02	1,00	4,79	
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,32	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,11	1,11	0,01	0,89	0,01	8,05	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,48	1,48	0,00	1,44	0,00	12,91	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3/100 шт.	1,208	0,15	0,14	0,01	1,84	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
ДРОЖЖИ	0,14	0,14	0,02	0,00	0,00	0,11	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18	
			19,60	20,52	67,90	436,00	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,24	54,44	196,06	1 339,09	
Всего:			487,65	499,95	1777,63	13262,98	