#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,7 | 7,2 | 11,4 | 117,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,6 | 0,1 | 59,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 22 | 22 | 1,7 | 0,6 | 11,3 | 57,6 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,7 | 4,8 | 23,0 | 149,7 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | 30,3 | 30 | 3,7 | 0,8 | 20,1 | 101,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48,4 | 48,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 76 | 76 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 6,1 | 26,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ЛИМОН | 11,67 | 7 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,3 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 138,1 | 138,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **5,5** | **12,0** | **40,5** | **293,2** |
| **II Завтрак** |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,9 | 66,6 |
| ЯБЛОКИ | 171 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 |
|  | **0,6** | **0,6** | **14,9** | **66,6** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 40 | 0,3 |  | 0,7 | 5,2 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 44 | 40 | 0,3 | 0 | 0,7 | 5,2 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/10 | 4,1 | 4,5 | 7,8 | 88,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 40,05 | 30 | 0,6 | 0,1 | 4,8 | 22,4 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 113 | 113 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,3 | 0 | 2,1 | 10,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0,3 | 0 | 2,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,8 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 4,83 | 4,83 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 19,05 | 16 | 2,9 | 2,5 | 0 | 33,9 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 12,2 | 8,4 | 1,9 | 131,7 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 62,5 | 55 | 11 | 3,5 | 0 | 74,7 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,6 | 2,6 | 0 | 2 | 0 | 18,8 |
| 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.) | 0,2 шт. | 8,05 | 1 | 0,9 | 0,1 | 12,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,0 | 3,6 | 14,8 | 99,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 110,4 | 82,8 | 1,6 | 0,3 | 13,1 | 61,9 |
| МОРКОВЬ | 31,2 | 25 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,5 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 14,4 | 14,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,1 | 0,1 | 19,7 | 80,7 |
| ЯБЛОКИ | 21,3 | 18,8 | 0,1 | 0,1 | 1,7 | 8,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 156 | 156 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 41,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,5 | 0,7 | 10,2 | 52,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
|  | **21,5** | **17,5** | **63,6** | **498,9** |
| **Полдник** |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 160 | 23,7 | 15,3 | 21,8 | 321,5 |
| ГРУДКА КУРИНАЯ | 94,25 | 82 | 15,7 | 8,9 | 0 | 143,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 6 | 6 | 0 | 5,8 | 0 | 52,3 |
| МОРКОВЬ | 17,3 | 13 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,3 | 7 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 35,3 | 35 | 7,9 | 0,6 | 20,4 | 118,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 |  |  | 4,9 | 19,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 50 | 4,1 | 2,1 | 18,3 | 108,2 |
| 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 | 4,2 | 4,2 | 0 | 0 | 4,1 | 16,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,6 | 0 | 5,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 5,7 | 5,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 8,9 | 8,9 | 1,4 | 0,4 | 0,3 | 10,5 |
| ДРОЖЖИ | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАНИЛИН | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,01 шт. | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
|  | **28,8** | **17,5** | **51,4** | **480,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **56,4** | **47,6** | **170,4** | **1 339,2** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,8 | 3,5 | 10,3 | 88,8 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 11 | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 5,0 | 4,2 | 15,8 | 121,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 22,3 | 22,3 | 4,9 | 0,4 | 13 | 75,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,4 | 51,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 76,5 | 76,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,7 | 2,2 | 9,1 | 66,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,6 | 2,2 | 4,1 | 46,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,3 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 |
|  | **11,5** | **9,9** | **35,2** | **276,9** |
| **II Завтрак** |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ВОССТАНОВЛЕННЫЕ | 150 | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
|  | **0,2** | **0,3** | **24,2** | **100,5** |
| **Обед** |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,3 | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 9,6 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,4 | 3,3 | 12,2 | 95,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 6 | 6 | 0,7 | 0,1 | 4,1 | 19,7 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГРУДКА КУРИНАЯ | 16,09 | 14 | 2,7 | 1,6 | 0 | 24,4 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 160 | 23,7 | 8,5 | 15,1 | 254,7 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | 107,53 | 100 | 17,4 | 3,6 | 0 | 123,2 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 20,5 | 20,3 | 4,6 | 0,3 | 11,8 | 69,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 48,2 | 40,5 | 0,6 | 0,1 | 3,2 | 16,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,3 | 4,3 | 0 | 3,4 | 0 | 31,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,2 шт. | 8 | 1 | 0,9 | 0,1 | 12,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,0 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 18,3 | 77,3 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **31,1** | **12,7** | **61,2** | **507,6** |
| **Полдник** |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 50 | 7,7 | 3,3 | 1,5 | 66,3 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 52,1 | 45,8 | 7,1 | 0,3 | 0 | 30,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,5 | 0,4 | 0,7 | 7,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,6 | 0 | 24,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,3 | 3,9 | 15,7 | 107,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 144,69 | 94,05 | 1,8 | 0,4 | 14,8 | 70,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 17,4 | 17,4 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,1 | 0 | 28,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 18,1 | 75,0 |
| ЯБЛОКИ | 33,33 | 30 | 0,1 | 0,1 | 2,8 | 13,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 125 | 125 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,4 | 1,5 | 25,7 | 133,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 3,7 | 0,5 | 23,8 | 113,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ДРОЖЖИ | 0,12 | 0,12 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 0,9 | 10,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
|  | **15,5** | **8,9** | **67,4** | **413,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **58,3** | **31,8** | **188,0** | **1 298,7** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,3 | 3,0 | 16,3 | 95,6 |
| ДЖЕМ | 11 | 11 | 0,1 | 0 | 8 | 31,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,5 | 0 | 22,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8,2 | 41,9 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 30 | 0,9 | 1,6 | 1,8 | 24,3 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 43,9 | 28,5 | 0,9 | 0 | 1,9 | 45,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,5 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 65 | 6,2 | 10,9 | 1,1 | 126,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1,15 шт. | 46,29 | 5,7 | 5,1 | 0,3 | 70,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,9 | 2,2 | 11,2 | 75,5 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2,4 | 2,4 | 0,2 | 0 | 1,3 | 5,9 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,6 | 2,2 | 4,1 | 46,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **11,3** | **17,7** | **30,4** | **322,1** |
| **II Завтрак** |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,6 | 70,8 |
| ГРУША | 166,7 | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,5 | 70,5 |
|  | **0,6** | **0,5** | **15,6** | **70,8** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,3 |  | 1,0 | 5,6 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,9 | 40 | 0,3 | 0 | 1 | 5,6 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 3,6 | 5,8 | 5,7 | 89,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 24 | 18 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 13,5 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,5 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,5 | 1,5 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГОВЯДИНА Б/К | 15,24 | 12,8 | 2,3 | 1,9 | 0 | 27,1 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 50/50 | 12,3 | 12,7 | 3,5 | 177,7 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 76,95 | 64,64 | 11,6 | 10 | 0 | 136,7 |
| МОРКОВЬ | 22,27 | 16,7 | 0,2 | 0 | 1,2 | 5,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,88 | 8,3 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,6 | 0 | 24,0 |
| 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 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 6,1 | 5,4 | 27,8 | 184,5 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 50,61 | 50,1 | 6,1 | 1,6 | 27,7 | 149,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 75,8 | 75,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | 0,1 |  | 7,3 | 28,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАРЕНЬЕ | 10 | 10 | 0 | 0 | 7,2 | 27,9 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
|  | **23,4** | **24,0** | **51,7** | **516,7** |
| **Полдник** |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 14,7 | 13,4 | 11,2 | 225,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 113,38 | 90,7 | 1,6 | 0,1 | 4,2 | 24,6 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 67,5 | 56,7 | 10,2 | 8,8 | 0 | 119,9 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,68 | 7,6 | 1,6 | 0,1 | 4,5 | 25,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,88 | 12,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,7 | 3,7 | 0 | 3 | 0 | 26,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,13 шт. | 5,233 | 0,7 | 0,6 | 0 | 8,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,2 | 5,2 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 8,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,1 | 15,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,9 | 1,9 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0,1 |  | 14,1 | 54,0 |
| ЛИМОН | 12 | 12 | 0,1 | 0 | 0,4 | 4,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 161 | 161 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3,8 | 7,0 | 29,9 | 197,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,1 | 32,1 | 3,4 | 0,4 | 21,7 | 104,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,2 | 0 | 1,3 | 5,8 |
| САХАР ПЕСОК | 5,5 | 5,5 | 0 | 0 | 5,3 | 21,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 1,6 | 6,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 7,4 | 7,4 | 0 | 5,9 | 0,1 | 53,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 1 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0,5 | 0 | 4,4 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **22,4** | **23,0** | **66,1** | **563,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **57,7** | **65,2** | **163,8** | **1 473,1** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,5 | 7,2 | 10,3 | 112,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,6 | 0,1 | 59,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4,9 | 7,0 | 17,4 | 152,4 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 22,3 | 22,3 | 2,6 | 1,3 | 11,1 | 67,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,3 | 51,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76,5 | 76,5 | 2,2 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,9 | 2,9 | 0 | 0 | 2,8 | 11,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,7 | 3,0 | 11,0 | 86,2 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,3 | 2,3 | 0,6 | 0,3 | 0,2 | 6,4 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,2 | 2,7 | 5 | 56,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 78 | 78 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **10,1** | **17,2** | **38,7** | **350,8** |
| **II Завтрак** |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69,0 |
| ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ. | 150 | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69,0 |
|  | **0,8** | **0,2** | **15,2** | **69,0** |
| **Обед** |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 40 | 0,6 | 6,1 | 4,8 | 76,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 44,31 | 28,8 | 0,6 | 0,1 | 4,6 | 21,5 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ | 7,6 | 6 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 6 | 6 | 0 | 6 | 0 | 53,9 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,6 | 5,7 | 7,9 | 98,2 |
| СВЕКЛА | 30 | 24 | 0,4 | 0 | 2 | 9,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 15 | 12 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 16,1 | 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 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1,5 | 1,5 | 0 | 0 | 1,5 | 5,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 15,24 | 12,8 | 2,3 | 1,9 | 0 | 27,1 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 60 | 8,0 | 4,5 | 5,2 | 93,5 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 46,36 | 40,8 | 6,3 | 0,2 | 0 | 27,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 6,4 | 6,4 | 0,5 | 0,2 | 3,2 | 16,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9,6 | 9,6 | 0,3 | 0,2 | 0,5 | 4,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,025 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 9,1 | 9,1 | 0,3 | 0,2 | 0,4 | 4,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,3 | 0 | 11,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 1,9 | 1,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1,3 | 0,8 | 5,9 | 48,0 |
| МОРКОВЬ | 24,27 | 18,2 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,2 |
| РЕПА | 24,7 | 18,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 14,8 | 9,6 | 0,3 | 0 | 0,6 | 14,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 24 | 19,2 | 0,3 | 0 | 0,9 | 5,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,3 | 0 | 2,1 | 10,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,6 | 29,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 |  |  | 4,9 | 19,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,6 | 0,2 | 10,6 | 51,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **16,2** | **17,8** | **47,0** | **427,2** |
| **Полдник** |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 13,3 | 7,2 | 16,0 | 181,9 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 74,64 | 74,64 | 11,5 | 3,6 | 2,1 | 87,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА МАННАЯ | 6,7 | 6,7 | 0,8 | 0 | 4,9 | 22,8 |
| САХАР ПЕСОК | 6,7 | 6,7 | 0 | 0 | 6,5 | 25,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,8 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,6 | 0 | 23,6 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4 | 4 | 0,5 | 0 | 2,4 | 11,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 4 | 4 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 6,2 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,4 | 3,0 | 7,3 | 74,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 159 | 158 | 4,6 | 3,9 | 7,2 | 81,2 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 37,9 |
| МАНДАРИН | 136 | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | 2,8 | 3,6 | 14,9 | 94,4 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 |
|  | **21,3** | **14,0** | **45,7** | **388,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **48,4** | **49,2** | **146,6** | **1 235,4** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 5**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,8 | 3,5 | 10,3 | 88,8 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 11 | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150 | 5,8 | 6,6 | 19,0 | 159,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,5 | 7,5 | 1,6 | 0,1 | 4,4 | 25,5 |
| ПШЕНО | 7,5 | 7,5 | 0,9 | 0,2 | 5,1 | 25,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 112,5 | 112,5 | 3,3 | 2,7 | 5,1 | 57,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| САХАР ПЕСОК | 4,5 | 4,5 | 0 | 0 | 4,4 | 17,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,2 | 1,8 | 7,6 | 55,5 |
| САХАР ПЕСОК | 4,2 | 4,2 | 0 | 0 | 4,1 | 16,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76,7 | 75 | 2,2 | 1,8 | 3,4 | 38,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,3 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 |
|  | **11,8** | **11,9** | **36,9** | **303,3** |
| **II Завтрак** |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,6 | 70,8 |
| ГРУША | 166,7 | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,5 | 70,5 |
|  | **0,6** | **0,5** | **15,6** | **70,8** |
| **Обед** |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,6 | 2,3 | 1,2 | 36,5 |
| СВЕКЛА | 50,67 | 38 | 0,6 | 0 | 3,2 | 15,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 2,4 | 0 | 21,6 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/15 | 3,9 | 3,9 | 10,5 | 93,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 79,9 | 60 | 1,2 | 0,2 | 9,5 | 44,8 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 16,29 | 13,68 | 2,4 | 2,1 | 0 | 28,9 |
| 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.) | 0,02 шт. | 0,9 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 150 | 12,3 | 12,3 | 25,1 | 260,6 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 59,52 | 50 | 9 | 7,8 | 0 | 105,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 191,3 | 143,75 | 2,8 | 0,6 | 22,7 | 107,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,25 | 1,25 | 0 | 1 | 0 | 9,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,25 | 1,25 | 0 | 1 | 0 | 9,1 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | 1,5 | 7,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,3 | 0,8 | 1,2 | 14,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,3 |  | 5,8 | 85,0 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 15 | 15 | 0,8 | 0 | 7,5 | 33,8 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,6 | 0,2 | 10,6 | 51,6 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
|  | **19,0** | **19,5** | **54,4** | **541,8** |
| **Полдник** |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 52,9 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 120 | 6,0 | 8,5 | 23,3 | 193,3 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,5 | 32,5 | 3,5 | 0,4 | 22,2 | 106,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 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 | 19,4 | 19,4 | 0,6 | 0,5 | 0,9 | 10,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,1 | 0 | 28,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5/3 | 0,1 |  | 4,7 | 19,8 |
| ЛИМОН | 5,5 | 3,3 | 0 | 0 | 0,1 | 1,1 |
| САХАР ПЕСОК | 4,7 | 4,7 | 0 | 0 | 4,6 | 18,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 138,5 | 138,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 5,7 | 2,5 | 21,2 | 129,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 2,6 | 0,3 | 17 | 81,0 |
| САХАР ПЕСОК | 1,3 | 1,3 | 0 | 0 | 1,3 | 5,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,28 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,9 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 2,5 | 0,8 | 0,5 | 18,8 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 1,7 | 7,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 0,81 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ВАНИЛИН | 0,002 | 0,002 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **13,4** | **11,2** | **57,5** | **385,9** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **44,8** | **43,1** | **164,4** | **1 301,8** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 6**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,4 | 2,1 | 15,8 | 68,0 |
| ДЖЕМ | 11 | 11 | 0,1 | 0 | 8 | 31,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,5 | 0 | 22,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8,2 | 41,9 |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,3 | 4,6 | 22,7 | 145,1 |
| ПШЕНО | 29 | 29 | 3,2 | 0,8 | 19,8 | 99,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48,4 | 48,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 73,5 | 73,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 0,2 |  | 5,9 | 24,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 75 | 75 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **4,9** | **6,7** | **44,4** | **237,4** |
| **II Завтрак** |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ВОССТАНОВЛЕННЫЕ | 150 | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
|  | **0,2** | **0,3** | **24,2** | **100,5** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,3 |  | 1,0 | 5,6 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,9 | 40 | 0,3 | 0 | 1 | 5,6 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 150/10 | 4,6 | 3,7 | 20,4 | 133,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 40,1 | 30 | 0,6 | 0,1 | 4,8 | 22,4 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 12,2 | 12 | 2,7 | 0,2 | 6,8 | 39,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МОРКОВЬ | 10 | 7,5 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 19 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8 | 40,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 10,1 | 5,4 | 4,5 | 106,9 |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | 51,14 | 45 | 8,9 | 2,8 | 0 | 61,1 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 9 | 9 | 0,7 | 0,3 | 4,5 | 22,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,1 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,3 | 2,3 | 0 | 1,8 | 0 | 16,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 9 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 2,2 | 4,1 | 11,0 | 103,7 |
| МОРКОВЬ | 48,6 | 26,4 | 0,3 | 0 | 1,7 | 8,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 33 | 24,8 | 0,5 | 0,1 | 3,9 | 18,5 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 18,4 | 12 | 0,4 | 0 | 0,8 | 18,6 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 33,6 | 26,4 | 0,5 | 0 | 1,2 | 7,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,8 | 4,8 | 0,5 | 0,1 | 3,3 | 15,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 18,9 | 87,8 |
| ЯБЛОКИ | 25,5 | 22,5 | 0,1 | 0,1 | 2,1 | 10,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 6 | 6 | 0 | 0 | 4,6 | 18,2 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147,8 | 147,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **19,4** | **13,9** | **69,9** | **508,1** |
| **Полдник** |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 8,9 | 9,6 | 9,0 | 157,6 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 48,1 | 40,4 | 7,3 | 6,3 | 0 | 85,5 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,7 | 10,7 | 0,8 | 0,3 | 5,3 | 27,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,0 | 3,7 | 14,8 | 100,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 110,4 | 82,8 | 1,6 | 0,3 | 13,1 | 61,9 |
| МОРКОВЬ | 31,2 | 25 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,5 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 14,4 | 14,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 |  | 5,0 | 20,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **13,1** | **13,9** | **42,9** | **349,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **37,6** | **34,8** | **181,4** | **1 195,0** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 7**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,8 | 3,5 | 10,3 | 88,8 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 11 | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150 | 2,5 | 4,0 | 18,9 | 121,8 |
| КРУПА МАННАЯ | 22,3 | 22,3 | 2,4 | 0,2 | 16 | 75,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 48,4 | 48,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО УЛЬТРОПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% | 73,5 | 73,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,7 | 2,2 | 8,2 | 63,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4,2 | 4,2 | 0 | 0 | 4,1 | 16,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,6 | 2,2 | 4,1 | 46,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 50 | 50 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
|  | **9,0** | **9,7** | **37,4** | **273,6** |
| **II Завтрак** |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ВОССТАНОВЛЕННЫЕ | 150 | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
|  | **0,2** | **0,3** | **24,2** | **100,5** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,3 |  | 1,0 | 5,6 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,9 | 40 | 0,3 | 0 | 1 | 5,6 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 4,3 | 4,0 | 11,8 | 100,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 90 | 67,5 | 1,4 | 0,3 | 10,7 | 50,4 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГРУДКА КУРИНАЯ | 16,09 | 14 | 2,7 | 1,6 | 0 | 24,4 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,1 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 50 | 8,6 | 5,3 | 1,8 | 98,8 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | 48,17 | 44,8 | 7,8 | 1,6 | 0 | 55,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6 | 5 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| МОРКОВЬ | 11 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КАРТОФЕЛЬ | 6,7 | 5 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2,6 | 6,7 | 14,2 | 128,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 64,1 | 48 | 1 | 0,2 | 7,6 | 35,9 |
| МОРКОВЬ | 29,91 | 22,43 | 0,3 | 0 | 1,5 | 7,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,29 | 12 | 0,2 | 0 | 1 | 4,8 |
| РЕПА | 32,3 | 23,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,4 | 3,4 | 0,4 | 0 | 2,3 | 11,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33,9 | 33,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 11,25 | 11,25 | 0,3 | 1,6 | 0,4 | 17,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ | 150 |  |  | 15,0 | 57,0 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 18 | 18 | 0 | 0 | 13,9 | 55,6 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 142,5 | 142,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
|  | **19,0** | **16,8** | **64,7** | **493,8** |
| **Полдник** |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 80 | 10,6 | 5,8 | 12,9 | 146,1 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 59,68 | 59,68 | 9,2 | 2,9 | 1,7 | 70,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА МАННАЯ | 5,4 | 5,4 | 0,6 | 0 | 3,9 | 18,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5,4 | 5,4 | 0 | 0 | 5,2 | 20,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,06 шт. | 2,4 | 0,3 | 0,3 | 0 | 3,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2,2 | 2,2 | 0 | 2,1 | 0 | 19,2 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,2 | 3,2 | 0,4 | 0 | 1,9 | 9,3 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 4,7 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,4 | 3,0 | 7,3 | 74,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 159 | 158 | 4,6 | 3,9 | 7,2 | 81,2 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 37,9 |
| МАНДАРИН | 136 | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3,5 | 5,0 | 28,5 | 172,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 3,1 | 0,4 | 20,4 | 97,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,8 | 1,8 | 0,2 | 0 | 1,3 | 5,8 |
| САХАР ПЕСОК | 5,5 | 5,5 | 0 | 0 | 5,3 | 21,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 1,6 | 6,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/40 шт. | 1,01 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 14,3 | 14,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0,5 | 0 | 4,4 |
|  | **19,3** | **14,0** | **56,2** | **431,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **47,5** | **40,8** | **182,5** | **1 298,9** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 8**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,5 | 7,2 | 10,3 | 112,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,6 | 0,1 | 59,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 40 | 1,2 | 2,1 | 2,4 | 32,4 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 58,5 | 38 | 1,2 | 0 | 2,5 | 60,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 2 | 0 | 18,0 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,5 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 65 | 6,2 | 10,9 | 1,1 | 126,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1,15 шт. | 46,29 | 5,7 | 5,1 | 0,3 | 70,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,7 | 3,0 | 10,1 | 82,4 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,3 | 2,3 | 0,6 | 0,3 | 0,2 | 6,4 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,2 | 2,7 | 5 | 56,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65 | 65 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **12,6** | **23,2** | **23,9** | **353,7** |
| **II Завтрак** |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,5 | 70,6 |
| ГРУША | 166,7 | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,5 | 70,5 |
|  | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,6** |
| **Обед** |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 40 | 0,3 |  | 3,2 | 33,0 |
| МОРКОВЬ | 26,5 | 21,2 | 0,3 | 0 | 1,5 | 7,2 |
| ЯБЛОКИ | 20 | 17,6 | 0,1 | 0,1 | 1,7 | 8,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 2 | 0 | 18,0 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,8 | 5,9 | 10,0 | 108,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 3 | 3 | 0,3 | 0,1 | 1,9 | 10,0 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 3 | 0 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 10,1 | 9 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГОВЯДИНА Б/К | 15,24 | 12,8 | 2,3 | 1,9 | 0 | 27,1 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 60 | 10,4 | 7,1 | 9,7 | 144,2 |
| ГРУДКА КУРИНАЯ | 50,57 | 44 | 8,4 | 4,8 | 0 | 76,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 10,8 | 10,8 | 0,8 | 0,3 | 5,4 | 27,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15,6 | 15,6 | 0,5 | 0,4 | 0,7 | 8,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ | 110 | 1,8 | 4,1 | 11,4 | 89,4 |
| СВЕКЛА | 150 | 120 | 1,7 | 0,1 | 10,3 | 48,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 1,1 | 1,1 | 0 | 0 | 1,1 | 4,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,3 |  | 5,8 | 85,0 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 15 | 15 | 0,3 | 0,1 | 9,6 | 40,9 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **18,7** | **17,7** | **54,2** | **530,8** |
| **Полдник** |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 30,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20 | 2,4 | 2,2 | 0,1 | 30,5 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1,3 | 0,8 | 5,9 | 48,0 |
| МОРКОВЬ | 24,27 | 18,2 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,2 |
| РЕПА | 24,7 | 18,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | 14,8 | 9,6 | 0,3 | 0 | 0,6 | 14,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 24 | 19,2 | 0,3 | 0 | 0,9 | 5,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,1 | 3,1 | 0,3 | 0 | 2,1 | 10,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,6 | 29,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | 2,8 | 3,6 | 15,0 | 101,8 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | 0,1 |  | 7,3 | 28,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАРЕНЬЕ | 10 | 10 | 0 | 0 | 7,2 | 27,9 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |
|  | **11,2** | **9,3** | **43,4** | **316,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,1** | **50,7** | **137,0** | **1 271,3** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 9**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,5 | 7,2 | 10,3 | 112,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,6 | 0,1 | 59,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4,9 | 5,9 | 17,4 | 142,3 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 22,3 | 22,3 | 2,6 | 1,3 | 11,1 | 67,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,3 | 51,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76,5 | 76,5 | 2,2 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 3,4 | 3,4 | 0 | 2,7 | 0 | 24,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,8 | 2,2 | 10,1 | 71,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2,2 | 2,2 | 0,2 | 0 | 1,2 | 5,4 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,6 | 2,2 | 4,1 | 46,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **9,2** | **15,3** | **37,8** | **325,6** |
| **II Завтрак** |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 95,8 |
| БАНАН | 143 | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96,0 |
|  | **1,5** | **0,5** | **21,0** | **95,8** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 40 | 0,3 |  | 0,7 | 5,2 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 44 | 40 | 0,3 | 0 | 0,7 | 5,2 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,2 | 6,2 | 7,9 | 105,0 |
| СВЕКЛА | 30 | 24 | 0,4 | 0 | 2 | 9,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 15 | 12 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 16,1 | 12 | 0,2 | 0 | 1,9 | 8,9 |
| МОРКОВЬ | 9,5 | 7,5 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1,5 | 1,5 | 0 | 0 | 1,5 | 5,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 19,05 | 16 | 2,9 | 2,5 | 0 | 33,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 60 | 12,0 | 0,5 | 0,5 | 53,7 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 87,27 | 76,8 | 11,9 | 0,5 | 0 | 51,4 |
| МОРКОВЬ | 5,33 | 4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 2,4 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,3 | 1,0 | 1,2 | 14,8 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,5 | 4,2 | 17,1 | 116,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 157,85 | 102,6 | 2 | 0,4 | 16,2 | 76,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 19 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,8 | 9,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 5,0 | 21,1 |
| ЛИМОН | 6,33 | 3,8 | 0 | 0 | 0,1 | 1,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 138,5 | 138,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,1 | 8,5 | 41,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **21,8** | **12,5** | **48,6** | **396,5** |
| **Полдник** |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 14,6 | 13,2 | 11,2 | 223,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 113,2 | 90,8 | 1,6 | 0,1 | 4,2 | 24,6 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 67,5 | 56,8 | 10,3 | 8,8 | 0 | 120,1 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,7 | 7,7 | 1,7 | 0,1 | 4,5 | 26,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | 1 | 5,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,7 | 3,7 | 0 | 3 | 0 | 26,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,11 шт. | 4,4 | 0,6 | 0,5 | 0 | 6,7 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 4,4 | 4,4 | 0,1 | 0,7 | 0,2 | 6,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,1 | 15,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,9 | 1,9 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0,1 | 0,1 | 18,1 | 73,5 |
| ГРУША | 33,33 | 30 | 0,1 | 0,1 | 3 | 13,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129 | 129 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 50 | 3,4 | 5,1 | 17,4 | 128,8 |
| 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 НЕСОЛЕНОЕ | 2,2 | 2,2 | 0 | 1,7 | 0 | 16,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| ДРОЖЖИ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| 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 РАФИНИРОВАНОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,6 | 0 | 14,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,2 | 0,3 | 0,3 | 0 | 3,4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,7 | 0 | 6,1 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,02 шт. | 1 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,5 | 56,5 |
|  | **21,9** | **21,0** | **57,6** | **512,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **54,4** | **49,3** | **165,0** | **1 330,7** |

#  Утверждаю

#  Заведующий ГБДОУ детский сад №15

#  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойцова А.Ф.

# МЕНЮ

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге- тическая ценность, ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,3 | 3,0 | 16,0 | 94,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,5 | 0 | 22,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 16 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8,2 | 41,9 |
| ДЖЕМ | 11 | 11 | 0,1 | 0 | 7,8 | 30,3 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7,2 | 6,0 | 19,2 | 160,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 22,5 | 22,3 | 4,9 | 0,4 | 13 | 75,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51,3 | 51,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 76,5 | 76,5 | 2,2 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,8 | 2,8 | 0 | 0 | 2,7 | 10,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 3,9 | 0 | 34,8 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 |  |  | 4,9 | 19,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 125,8 | 125,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
|  | **8,5** | **9,0** | **40,1** | **275,2** |
| **II Завтрак** |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ ВОССТАНОВЛЕННЫЕ | 150 | 150 | 0,2 | 0,3 | 24,2 | 100,5 |
|  | **0,2** | **0,3** | **24,2** | **100,5** |
| **Обед** |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,6 | 2,3 | 3,2 | 36,5 |
| СВЕКЛА | 50,67 | 38 | 0,6 | 0 | 3,2 | 15,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 2,4 | 0 | 21,6 |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,0 | 6,3 | 7,9 | 104,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | 10,1 | 9 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 19,05 | 16 | 2,9 | 2,5 | 0 | 33,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 7,8 |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 9,8 | 9,2 | 2,1 | 130,7 |
| ГРУДКА КУРИНАЯ | 47,7 | 41,5 | 8 | 4,5 | 0 | 72,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10 | 1,3 | 1,2 | 0,1 | 15,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 6,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,1 | 2,1 | 0 | 1,6 | 0 | 15,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,1 | 2,1 | 0,2 | 0 | 1,5 | 6,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 2,5 | 2,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 100 | 3,6 | 3,0 | 23,2 | 134,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 33,8 | 33,8 | 3,6 | 0,4 | 23,1 | 110,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3,2 | 3,2 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0,1 | 0,1 | 18,1 | 73,5 |
| ГРУША | 33,33 | 30 | 0,1 | 0,1 | 3 | 13,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129 | 129 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,7 | 51,7 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 |
|  | **20,9** | **21,6** | **72,9** | **570,6** |
| **Полдник** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,3 |  | 1,0 | 5,6 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 42,9 | 40 | 0,3 | 0 | 1 | 5,6 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 14,1 | 13,2 | 13,5 | 229,2 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 81,55 | 68,5 | 12,3 | 10,7 | 0 | 144,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 109 | 81,9 | 1,6 | 0,3 | 12,9 | 61,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,4 | 7,1 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,8 | 2,8 | 0 | 2,2 | 0 | 20,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,3 |  | 20,8 | 85,0 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 15 | 15 | 0,8 | 0 | 7,5 | 33,8 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,15 | 0,15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,4 | 31,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 30,6 |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 4,1 | 2,9 | 28,7 | 157,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 35,56 | 35,56 | 3,7 | 0,5 | 24,2 | 115,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,48 | 1,48 | 0,2 | 0 | 1 | 4,8 |
| САХАР ПЕСОК | 3,7 | 3,7 | 0 | 0 | 3,6 | 14,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,11 | 1,11 | 0 | 0,9 | 0 | 8,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,48 | 1,48 | 0 | 1,5 | 0 | 12,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,55 | 0,55 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 0,056 | 0,056 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15,6 | 15,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **19,8** | **16,2** | **70,4** | **508,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **49,4** | **47,1** | **207,6** | **1 454,3** |