



## МЕНЮ

## Сад

## ДЕНЬ 1

| Наименование блюда  | Выход     |           | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептур ы | Сборник |
|---|-----------|-----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|---------|
|   | Брутто, г | Нетто, г  | Белки, г          | Жиры, г      | Углевод ы, г |                               |              |         |
| <b>Завтрак</b>  |           |           |                   |              |              |                               |              |         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ  |           | 30        | 3,24              | 4,10         | 7,00         | 62,00                         | 1            | 2012    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                             | 10        | 10        | 0,05              | 8,25         | 0,08         | 74,80                         |              |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20        | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |              |         |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                               |           | 205       | 7,20              | 8,30         | 35,00        | 262,40                        | 189          | 2008    |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ                                      | 40        | 40        | 4,46              | 0,50         | 26,35        | 127,65                        |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 66,7      | 66,7      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                                    | 101,3     | 101,3     | 2,85              | 2,45         | 4,71         | 53,06                         |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,8       | 0,8       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК   | 4         | 4         | 0,00              | 0,00         | 3,87         | 15,48                         |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                             | 5         | 5         | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |              |         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   |           | 180/6/7   | 0,12              | 0,00         | 8,52         | 36,00                         | ТК№ 038      |         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ   | 0,2       | 0,2       | 0,04              | 0,00         | 0,08         | 0,49                          |              |         |
| ЛИМОН   | 7,67      | 7         | 0,06              | 0,01         | 0,20         | 2,31                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК   | 6         | 6         | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 177,7     | 177,7     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
|   |           |           | <b>10,56</b>      | <b>12,40</b> | <b>50,52</b> | <b>360,40</b>                 |              |         |
| <b>II Завтрак</b>   |           |           |                   |              |              |                               |              |         |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ   |           | 150       | 0,60              | 0,60         | 14,80        | 66,30                         | ТК № 010     |         |
| яблоки  | 170,4     | 150       | 0,60              | 0,60         | 14,70        | 70,50                         |              |         |
|   |           |           | <b>0,60</b>       | <b>0,60</b>  | <b>14,80</b> | <b>66,30</b>                  |              |         |
| <b>Обед</b>   |           |           |                   |              |              |                               |              |         |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ  |           | 50        | 0,38              | 0,00         | 0,88         | 6,50                          | ТК№ 017      |         |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ   | 50        | 50        | 0,40              | 0,05         | 0,85         | 6,50                          |              |         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И                     |           | 200/10/10 | 5,00              | 7,70         | 11,00        | 179,00                        | 85           | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ   | 38,4      | 28,8      | 0,56              | 0,12         | 4,55         | 21,51                         |              |         |
| МОРКОВЬ   | 7,13      | 5,7       | 0,07              | 0,01         | 0,38         | 1,94                          |              |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 6,8       | 5,7       | 0,08              | 0,01         | 0,46         | 2,27                          |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                            | 1,5       | 1,5       | 0,00              | 1,46         | 0,00         | 13,09                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 108,6     | 108,6     | 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<br>НЕСОЛЕНОЕ                             | 0,4       | 0,4       | 0,00              | 0,32         | 0,00         | 2,90                          |              |         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 0,03 шт.  | 1,2       | 0,15              | 0,14         | 0,01         | 1,82                          |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 4,7       | 4,7       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,2       | 0,2       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| ГОВЯДИНА Б/К  | 17,2      | 16        | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |              |         |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1         | 0,9       | 0,03              | 0,00         | 0,07         | 0,43                          |              |         |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ   |           | 80        | 6,10              | 6,40         | 3,30         | 125,00                        | 268          | 2012    |

|  |          |       |              |              |               |                 |          |      |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|------|
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                               | 71,7     | 69    | 10,71        | 0,40         | 0,00          | 46,18           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 20,5     | 20,5  | 0,57         | 0,49         | 0,95          | 10,74           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 3,5      | 3,5   | 0,02         | 2,80         | 0,03          | 25,39           |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 3,5      | 3,5   | 0,37         | 0,05         | 2,38          | 11,34           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 4,1      | 4,1   | 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.)                             | 0,25 шт. | 10    | 1,23         | 1,12         | 0,07          | 15,23           |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 3        | 3     | 0,00         | 2,91         | 0,00          | 26,16           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 5        | 5     | 0,03         | 4,01         | 0,04          | 36,28           |          |      |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                |          | 150   | 3,00         | 4,80         | 19,50         | 134,30          | 322      | 2012 |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 138,67   | 104   | 2,02         | 0,41         | 16,44         | 77,68           |          |      |
| МОРКОВЬ  | 40       | 32    | 0,41         | 0,03         | 2,14          | 10,86           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 18       | 18    | 0,50         | 0,44         | 0,83          | 9,43            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 5        | 5     | 0,03         | 4,01         | 0,04          | 36,28           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3      | 0,3   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                               |          | 180   | 0,12         | 0,12         | 23,60         | 96,84           | TK№ 039  |      |
| яблоки   | 25,6     | 22,6  | 0,09         | 0,09         | 2,14          | 10,30           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 187,2    | 187,2 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6     | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25    | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |          | 20    | 1,50         | 0,60         | 10,30         | 52,40           | TK № 004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 20       | 20    | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           |          |      |
|  |          |       | <b>17,80</b> | <b>19,82</b> | <b>79,18</b>  | <b>645,04</b>   |          |      |
| <b>Полдник</b>                                 |          |       |              |              |               |                 |          |      |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                  |          | 200   | 20,00        | 18,50        | 33,50         | 204,00          | 304      | 2012 |
| КУРИНЫЕ ГРУДКИ                                 | 105,2    | 102,5 | 18,10        | 18,29        | 0,00          | 236,63          |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 7,5      | 7,5   | 0,00         | 7,27         | 0,00          | 65,41           |          |      |
| МОРКОВЬ  | 20,3     | 16,24 | 0,20         | 0,02         | 1,09          | 5,51            |          |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 10,5     | 8,71  | 0,12         | 0,02         | 0,69          | 3,46            |          |      |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 44,24    | 43,76 | 2,97         | 0,43         | 31,41         | 141,35          |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1,06     | 1,06  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25    | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |          |      |
| НАПИТОК<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                  |          | 180   | 5,54         | 2,03         | 3,51          | 153,90          | TK№ 022  |      |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ<br>(КОНЦЕНТРАТ)     | 20,3     | 20,3  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 162      | 162   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                            |          | 50    | 4,47         | 2,52         | 17,27         | 109,85          | 479      | 2008 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 19,5     | 19,5  | 2,05         | 0,24         | 13,22         | 63,18           |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,1      | 1,1   | 0,12         | 0,01         | 0,75          | 3,56            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 2,8      | 2,8   | 0,00         | 0,00         | 2,71          | 10,83           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 0,7      | 0,7   | 0,00         | 0,56         | 0,01          | 5,08            |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,1 шт.  | 4     | 0,49         | 0,45         | 0,03          | 6,09            |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 5,7      | 5,7   | 0,16         | 0,14         | 0,26          | 2,99            |          |      |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                           | 8,9      | 8,9   | 1,55         | 0,78         | 0,26          | 14,59           |          |      |
| ДРОЖЖИ   | 0,4      | 0,4   | 0,05         | 0,00         | 0,03          | 0,30            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ВАНИЛИН  | 0,03     | 0,03  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,01 шт. | 0,4   | 0,05         | 0,05         | 0,00          | 0,61            |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 0,3      | 0,3   | 0,00         | 0,29         | 0,00          | 2,62            |          |      |
|  |          |       | <b>31,71</b> | <b>23,25</b> | <b>64,88</b>  | <b>518,75</b>   |          |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |       | <b>60,67</b> | <b>56,07</b> | <b>209,38</b> | <b>1 590,49</b> |          |      |

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 2**

| Наименование блюда   | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептур ы | Сборник |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|---------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углевод ы, г |                               |              |         |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ  |           | 30       | 3,39              | 6,90         | 10,00        | 69,00                         | 3            | 2012    |
| СЫР РОССИЙСКИЙ   | 10,31     | 10       | 2,32              | 2,95         | 0,00         | 36,40                         |              |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ              | 20        | 20       | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |              |         |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                    |           | 205      | 5,07              | 8,10         | 27,90        | 205,00                        | 189          | 2008    |
| КРУПА РИСОВАЯ  | 29,7      | 29,7     | 2,02              | 0,29         | 21,32        | 95,93                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 68,4      | 68,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ   | 102       | 102      | 2,87              | 2,47         | 4,75         | 53,43                         |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК  | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00         | 3,77         | 15,09                         |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ  | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |              |         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ  |           | 180      | 3,20              | 2,80         | 13,60        | 77,00                         | TK№ 040      |         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ  | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК  | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ   | 92        | 92       | 2,59              | 2,23         | 4,29         | 48,19                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
|  |           |          | <b>11,66</b>      | <b>17,80</b> | <b>51,50</b> | <b>351,00</b>                 |              |         |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ   |           | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         | 442          | 2008    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 180       | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         |              |         |
|  |           |          | <b>0,90</b>       | <b>0,18</b>  | <b>18,18</b> | <b>82,80</b>                  |              |         |
| <b>Обед</b>  |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ   |           | 50       | 0,50              | 0,13         | 1,90         | 12,00                         | TK№ 014      |         |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ   | 50,52     | 50       | 0,55              | 0,10         | 1,90         | 12,00                         |              |         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ |           | 200/10/1 | 4,20              | 5,20         | 6,60         | 118,00                        | 82           | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ  | 93,73     | 70,3     | 1,37              | 0,27         | 11,12        | 52,51                         |              |         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ   | 7         | 7        | 0,75              | 0,09         | 4,79         | 22,95                         |              |         |
| МОРКОВЬ  | 8,75      | 7        | 0,09              | 0,01         | 0,47         | 2,38                          |              |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 8,4       | 7        | 0,10              | 0,01         | 0,55         | 2,78                          |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ   | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 1,75         | 0,00         | 15,69                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 122,9     | 122,9    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| КУРИНЫЕ ГРУДКИ   | 15        | 14,7     | 2,60              | 2,62         | 0,00         | 33,94                         |              |         |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)  | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00         | 0,08         | 0,48                          |              |         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С<br>РИСОМ   |           | 200      | 19,30             | 21,00        | 22,00        | 355,00                        | 294          | 2012    |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ   | 136,02    | 126,5    | 21,96             | 4,54         | 0,00         | 155,84                        |              |         |
| КРУПА РИСОВАЯ  | 25,8      | 25,5     | 1,74              | 0,25         | 18,30        | 82,37                         |              |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 60,3      | 50,5     | 0,69              | 0,10         | 4,02         | 20,09                         |              |         |

|  |          |      |              |              |               |                 |          |      |
|--|----------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 3        | 3    | 0,02         | 2,41         | 0,02          | 21,77           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,26 шт. | 10,4 | 1,28         | 1,16         | 0,07          | 15,84           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,06 шт. | 2,4  | 0,29         | 0,27         | 0,02          | 3,66            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,8      | 0,8  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                 |          | 180  | 0,60         | 0,24         | 22,00         | 93,00           | 441      | 2008 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                                 | 18       | 18   | 0,59         | 0,24         | 8,43          | 49,59           |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 9        | 9    | 0,00         | 0,00         | 8,71          | 34,83           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 180      | 180  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 15   | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15       | 15   | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |          | 20   | 1,50         | 0,60         | 10,30         | 52,40           | TK №004  |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 20       | 20   | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           |          |      |
|  |          |      | <b>27,10</b> | <b>27,29</b> | <b>69,20</b>  | <b>661,40</b>   |          |      |
| <b>Полдник</b>                                 |          |      |              |              |               |                 |          |      |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В<br>МОЛОКЕ                  |          | 70   | 8,30         | 0,46         | 0,30          | 144,40          | 246      | 2012 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                               | 66,6     | 64,1 | 9,95         | 0,37         | 0,00          | 42,90           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 21       | 21   | 0,59         | 0,51         | 0,98          | 11,00           |          |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 16,7     | 14   | 0,19         | 0,03         | 1,12          | 5,57            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 4,6      | 4,6  | 0,02         | 3,69         | 0,04          | 33,38           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4      | 0,4  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                              |          | 130  | 2,70         | 4,60         | 17,50         | 119,40          | 335      | 2008 |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 148      | 111  | 2,15         | 0,43         | 17,55         | 82,91           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 20,8     | 20   | 0,56         | 0,49         | 0,93          | 10,48           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 4,4      | 4,4  | 0,02         | 3,52         | 0,04          | 31,92           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5      | 0,5  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                         |          | 180  | 0,12         | 0,12         | 21,72         | 88,20           | TK № 048 |      |
| яблоки   | 40       | 36   | 0,14         | 0,14         | 3,42          | 16,41           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 150      | 150  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6    | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2      | 0,2  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 15   | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15       | 15   | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |          |      |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                               |          | 50   | 4,82         | 1,58         | 28,09         | 145,68          | 477      | 2008 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 38,5     | 38,5 | 4,04         | 0,49         | 26,10         | 124,73          |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,5      | 1,5  | 0,16         | 0,02         | 1,02          | 4,86            |          |      |
| ДРОЖЖИ   | 0,5      | 0,5  | 0,06         | 0,00         | 0,04          | 0,38            |          |      |
| 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 ПОДСОЛПЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 0,6      | 0,6  | 0,00         | 0,58         | 0,00          | 5,23            |          |      |
|  |          |      | <b>16,94</b> | <b>6,88</b>  | <b>74,01</b>  | <b>528,68</b>   |          |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |      | <b>56,60</b> | <b>52,15</b> | <b>212,89</b> | <b>1 623,88</b> |          |      |

**МЕНЮ****Сад  
ДЕНЬ 3**

| Наименование блюда  | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептуры | Сборники |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|----------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |          |
| <b>Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |             |          |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ  | 30        |          | 1,40              | 2,10         | 15,80        | 68,00                         | 2           | 2012     |
| ДЖЕМ  | 11        | 11       | 0,07              | 0,01         | 8,02         | 31,24                         |             |          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                                 | 3         | 3        | 0,02              | 2,48         | 0,02         | 22,44                         |             |          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.                         | 16        | 16       | 1,20              | 0,46         | 8,22         | 41,92                         |             |          |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО                      | 50        |          | 1,50              | 2,70         | 3,00         | 40,50                         | 10          |          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ   | 73        | 47,5     | 1,43              | 0,10         | 3,00         | 18,43                         |             |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                                | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 2,43         | 0,00         | 21,81                         |             |          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 0,5       | 0,5      | 0,02              | 0,00         | 0,04         | 0,24                          |             |          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ   | 150       |          | 15,40             | 21,00        | 2,90         | 149,00                        | 214         | 2008     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)  | 2,86 шт.  | 114,4    | 14,09             | 12,77        | 0,78         | 174,22                        |             |          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ  | 42,9      | 42,9     | 1,20              | 1,04         | 2,00         | 22,47                         |             |          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                                | 7,1       | 7,1      | 0,00              | 6,88         | 0,00         | 61,92                         |             |          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                                       | 180       |          | 2,80              | 2,40         | 12,70        | 84,00                         | ТК№ 028     |          |
| 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                          |             |          |
|   |           |          | <b>21,10</b>      | <b>28,20</b> | <b>34,40</b> | <b>341,50</b>                 |             |          |
| <b>II Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |             |          |
| ГРУША СВЕЖАЯ  | 150       |          | 0,60              | 0,50         | 15,50        | 70,50                         | ТК № 002    |          |
| ГРУША   | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50                         |             |          |
|   |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b> | <b>70,50</b>                  |             |          |
| <b>Обед</b>   |           |          |                   |              |              |                               |             |          |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   | 50        |          | 0,40              | 0,00         | 1,30         | 7,00                          | ТК№ 015     |          |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ  | 53,63     | 50       | 0,40              | 0,05         | 1,25         | 7,00                          |             |          |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ,<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/5/1   |          | 1,40              | 4,06         | 6,16         | 67,37                         | 67          | 2012     |
| КАРТОФЕЛЬ   | 26        | 19,5     | 0,38              | 0,08         | 3,08         | 14,57                         |             |          |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ  | 40,7      | 32,5     | 0,57              | 0,03         | 1,48         | 8,83                          |             |          |
| МОРКОВЬ   | 10,25     | 8,2      | 0,11              | 0,01         | 0,55         | 2,78                          |             |          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,8       | 6,5      | 0,09              | 0,01         | 0,51         | 2,59                          |             |          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА  | 1,6       | 1,6      | 0,08              | 0,00         | 0,29         | 1,58                          |             |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                                | 3,3       | 3,3      | 0,00              | 3,20         | 0,00         | 28,78                         |             |          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ   | 130,4     | 130,4    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ   | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  | 5         | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 7,76                          |             |          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)   | 1,1       | 1        | 0,04              | 0,00         | 0,08         | 0,48                          |             |          |

|  |          |        |              |              |               |                 |         |      |
|--|----------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------|------|
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                        |          | 70/70  | 9,10         | 11,30        | 14,90         | 196,80          | 277     | 2012 |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 121,51   | 113    | 20,39        | 17,54        | 0,00          | 238,95          |         |      |
| МОРКОВЬ  | 29,13    | 23,3   | 0,29         | 0,02         | 1,56          | 7,92            |         |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 14       | 11,7   | 0,16         | 0,02         | 0,93          | 4,66            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 4,7      | 4,7    | 0,02         | 3,76         | 0,04          | 34,11           |         |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 3,5      | 3,5    | 0,37         | 0,05         | 2,38          | 11,34           |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 46,7     | 46,7   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4      | 0,4    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ                  |          | 130    | 7,20         | 5,90         | 33,00         | 240,00          | 181     | 2008 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                         | 60       | 60     | 7,33         | 1,92         | 33,23         | 179,26          |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 90       | 90     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3      | 0,3    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 3        | 3      | 0,02         | 2,41         | 0,02          | 21,77           |         |      |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                 |          | 180/15 | 0,12         | 0,00         | 8,20          | 33,60           | 392     | 2012 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                            | 0,2      | 0,2    | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 178,6    | 178,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ВАРЕНЬЕ  | 15       | 15     | 0,06         | 0,05         | 10,80         | 41,90           |         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 15     | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           | TK №003 |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15       | 15     | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |         |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |          | 15     | 1,10         | 0,50         | 7,70          | 39,30           | TK №004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 15       | 15     | 1,13         | 0,44         | 7,71          | 39,30           |         |      |
|  |          |        | <b>20,32</b> | <b>21,88</b> | <b>77,66</b>  | <b>615,07</b>   |         |      |
| <b>Полдник</b>                                 |          |        |              |              |               |                 |         |      |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                |          | 200    | 15,90        | 13,94        | 14,32         | 247,36          | 298     | 2012 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 133,3    | 106,7  | 1,86         | 0,11         | 4,86          | 28,98           |         |      |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 71,72    | 66,7   | 12,04        | 10,35        | 0,00          | 141,05          |         |      |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 9        | 8,9    | 0,60         | 0,09         | 6,39          | 28,75           |         |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 17,4     | 14,7   | 0,20         | 0,03         | 1,17          | 5,85            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 2,2      | 2,2    | 0,01         | 1,77         | 0,02          | 15,97           |         |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0.15 шт. | 6      | 0,74         | 0,67         | 0,04          | 9,14            |         |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 6,2      | 6,2    | 0,16         | 0,90         | 0,21          | 9,62            |         |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,8      | 1,8    | 0,18         | 0,02         | 1,22          | 5,83            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 18,4     | 18,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 2,2      | 2,2    | 0,11         | 0,00         | 0,41          | 2,17            |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1,3      | 1,3    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                               |          | 180    | 0,12         | 0,01         | 16,90         | 64,80           | 049     |      |
| ЛИМОН  | 14,4     | 14,4   | 0,13         | 0,01         | 0,42          | 4,75            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 192,6    | 192,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6      | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 25     | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003 |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25     | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |         |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |          | 15     | 1,10         | 0,50         | 7,70          | 39,30           | TK №004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 15       | 15     | 1,13         | 0,44         | 7,71          | 39,30           |         |      |
| ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.                             |          | 100    | 2,80         | 2,50         | 4,50          | 56,50           | TK№ 005 |      |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                           | 100      | 100    | 2,80         | 2,50         | 4,51          | 56,51           |         |      |
|  |          |        | <b>21,62</b> | <b>17,15</b> | <b>54,02</b>  | <b>458,96</b>   |         |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |        | <b>63,64</b> | <b>67,73</b> | <b>181,58</b> | <b>1 486,03</b> |         |      |



# МЕНЮ

## Сад

### ДЕНЬ 4

| Наименование блюда                                       | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептур ы | Сборник |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|---------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углевод ы, г |                               |              |         |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30        |          | 3,24              | 4,10         | 7,00         | 62,00                         | 1            | 2012    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                      | 10        | 10       | 0,05              | 8,25         | 0,08         | 74,80                         |              |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.              | 20        | 20       | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |              |         |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                 | 205       |          | 6,00              | 8,00         | 27,00        | 203,00                        | 189          | 2008    |
| КРУПА МАННАЯ   | 29,7      | 29,7     | 2,97              | 0,29         | 20,34        | 94,78                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 64,4      | 64,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                             | 98        | 98       | 2,75              | 2,38         | 4,56         | 51,33                         |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК  | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00         | 3,77         | 15,09                         |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                      | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |              |         |
| КАКАО С МОЛОКОМ  | 180       |          | 3,80              | 3,20         | 15,60        | 107,00                        | TK№ 043      |         |
| 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                             | 110,4     | 110,4    | 3,10              | 2,68         | 5,14         | 57,83                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 78        | 78       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
|  |           |          | <b>13,04</b>      | <b>15,30</b> | <b>49,60</b> | <b>372,00</b>                 |              |         |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 180       |          | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         | 442          | 2008    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ   | 180       | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         |              |         |
|  |           |          | <b>0,90</b>       | <b>0,18</b>  | <b>18,18</b> | <b>82,80</b>                  |              |         |
| <b>Обед</b>  |           |          |                   |              |              |                               |              |         |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                       | 50        |          | 0,80              | 7,60         | 6,00         | 96,00                         | 43           | 2008    |
| КАРТОФЕЛЬ  | 49,33     | 37       | 0,72              | 0,15         | 5,85         | 27,64                         |              |         |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ  | 9,5       | 7,5      | 0,10              | 0,01         | 0,23         | 1,46                          |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                     | 7,5       | 7,5      | 0,00              | 7,27         | 0,00         | 65,41                         |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,2       | 0,2      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5  |          | 4,26              | 6,42         | 8,18         | 108,00                        | 57           | 2012    |
| СВЕКЛА   | 31,25     | 25       | 0,37              | 0,03         | 2,13         | 10,19                         |              |         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                     | 15,6      | 12,5     | 0,22              | 0,01         | 0,57         | 3,40                          |              |         |
| КАРТОФЕЛЬ  | 16,67     | 12,5     | 0,24              | 0,05         | 1,98         | 9,34                          |              |         |
| МОРКОВЬ  | 9,75      | 7,8      | 0,10              | 0,01         | 0,52         | 2,65                          |              |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 7,4       | 6,2      | 0,09              | 0,01         | 0,49         | 2,46                          |              |         |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА   | 4,7       | 4,7      | 0,22              | 0,00         | 0,86         | 4,65                          |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                     | 3,2       | 3,2      | 0,00              | 3,10         | 0,00         | 27,91                         |              |         |
| САХАР ПЕСОК  | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,46         | 5,81                          |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 124,9     | 124,9    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| ГОВЯДИНА Б/К   | 17,2      | 16       | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |              |         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                     | 5         | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 7,76                          |              |         |

|  |         |       |              |              |               |                 |          |      |
|--|---------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|------|
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5     | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                       |         | 80    | 10,10        | 5,30         | 20,10         | 165,00          | 269      | 2012 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                               | 56,5    | 54,4  | 8,44         | 0,32         | 0,00          | 36,41           |          |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 8,5     | 8,5   | 0,62         | 0,24         | 4,24          | 21,60           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 12,8    | 12,8  | 0,36         | 0,31         | 0,59          | 6,70            |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 1/8 шт. | 5     | 0,62         | 0,56         | 0,04          | 7,61            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 3,2     | 3,2   | 0,02         | 2,56         | 0,03          | 23,22           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3     | 0,3   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 12,1    | 12,1  | 0,34         | 0,29         | 0,56          | 6,33            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 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            |          |      |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ        |         | 150   | 2,50         | 2,00         | 9,80          | 67,00           | 129      | 2008 |
| МОРКОВЬ  | 69,13   | 55,3  | 0,70         | 0,06         | 3,71          | 18,78           |          |      |
| РЕПА   | 30,9    | 22,8  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                       | 18,5    | 12    | 0,36         | 0,02         | 0,76          | 4,66            |          |      |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 30      | 24    | 0,42         | 0,02         | 1,10          | 6,52            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 1,3     | 1,3   | 0,00         | 0,00         | 1,26          | 5,03            |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 3,9     | 3,9   | 0,41         | 0,05         | 2,65          | 12,64           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 37,4    | 37,4  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 12,8    | 12,8  | 0,32         | 1,86         | 0,45          | 19,87           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,6     | 0,6   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  |         | 180/6 | 0,00         | 0,00         | 8,40          | 34,00           | 392      | 2012 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                            | 0,2     | 0,2   | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |          |      |
| 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           |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |         | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25      | 25    | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |         | 25    | 1,88         | 0,75         | 12,90         | 66,00           | TK № 004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 25      | 25    | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |          |      |
|  |         |       | <b>21,24</b> | <b>22,27</b> | <b>75,98</b>  | <b>587,00</b>   |          |      |
| <b>Полдник</b>                                 |         |       |              |              |               |                 |          |      |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                           |         | 130   | 23,01        | 11,83        | 20,93         | 283,30          | 224      | 2008 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                           | 123,1   | 121,3 | 21,18        | 10,59        | 3,53          | 198,85          |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1,2     | 1,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| КРУПА МАННАЯ                                   | 8,7     | 8,7   | 0,87         | 0,09         | 5,96          | 27,76           |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 8,7     | 8,7   | 0,00         | 0,00         | 8,42          | 33,67           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,1 шт. | 4     | 0,49         | 0,45         | 0,03          | 6,09            |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,5     | 3,5   | 0,00         | 3,40         | 0,00          | 30,53           |          |      |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 5,2     | 5,2   | 0,67         | 0,00         | 3,10          | 15,07           |          |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 5,2     | 5,2   | 0,14         | 0,76         | 0,18          | 8,07            |          |      |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                               |         | 200   | 6,00         | 4,00         | 9,80          | 98,90           | 434      | 2008 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 211,1   | 210   | 5,91         | 5,09         | 9,78          | 110,00          |          |      |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                |         | 100   | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           | TK № 052 |      |
| МАНДАРИН                                       | 130     | 100   | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |          |      |
| ПЕЧЕНЬЕ  |         | 30    | 2,28         | 3,00         | 26,00         | 111,00          | TK № 018 |      |
| ПЕЧЕНЬЕ  | 30      | 30    | 2,18         | 2,85         | 21,65         | 121,35          |          |      |
|  |         |       | <b>32,09</b> | <b>19,03</b> | <b>64,23</b>  | <b>531,20</b>   |          |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |         |       | <b>67,27</b> | <b>56,78</b> | <b>207,99</b> | <b>1 573,00</b> |          |      |



**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 5**

| Наименование блюда                       | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептуры | Сборник |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |         |
| <b>Завтрак</b>                           |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                        | 40        |          | 2,30              | 3,90         | 9,70         | 92,00                         | 3           | 2012    |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                           | 15,46     | 15       | 3,48              | 4,43         | 0,00         | 54,60                         |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. | 25        | 25       | 1,88              | 0,73         | 12,85        | 65,50                         |             |         |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ     | 200       |          | 6,20              | 10,00        | 26,80        | 209,00                        | 190         | 2008    |
| КРУПА РИСОВАЯ                            | 10        | 10       | 0,68              | 0,10         | 7,18         | 32,30                         |             |         |
| ПШЕНО                                    | 10        | 10       | 1,12              | 0,26         | 6,83         | 34,14                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 24        | 24       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 150       | 150      | 4,22              | 3,64         | 6,98         | 78,57                         |             |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ         | 6         | 6        | 0,03              | 4,80         | 0,05         | 43,53                         |             |         |
| САХАР ПЕСОК                              | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                        | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                            | 180       |          | 3,20              | 2,80         | 13,60        | 77,00                         | ТК№ 040     |         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                      | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |             |         |
| САХАР ПЕСОК                              | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ             | 92        | 92       | 2,59              | 2,23         | 4,29         | 48,19                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
|  |           |          | <b>11,70</b>      | <b>16,70</b> | <b>50,10</b> | <b>378,00</b>                 |             |         |
| <b>II Завтрак</b>                        |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| ГРУША СВЕЖАЯ                             | 150       |          | 0,60              | 0,50         | 15,50        | 70,50                         | ТК № 002    |         |
| ГРУША                                    | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50                         |             |         |
|  |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b> | <b>70,50</b>                  |             |         |
| <b>Обед</b>                              |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                          | 50        |          | 0,80              | 2,90         | 1,50         | 45,60                         | 33          | 2012    |
| СВЕКЛА                                   | 59,38     | 47,5     | 0,69              | 0,05         | 4,05         | 19,35                         |             |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 3         | 3        | 0,00              | 2,91         | 0,00         | 26,16                         |             |         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200/20    |          | 5,60              | 5,30         | 11,87        | 117,96                        | 84          | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ                                | 88,13     | 66,1     | 1,28              | 0,25         | 10,45        | 49,37                         |             |         |
| МОРКОВЬ                                  | 8,25      | 6,6      | 0,09              | 0,01         | 0,45         | 2,24                          |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 7,9       | 6,6      | 0,09              | 0,01         | 0,52         | 2,63                          |             |         |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                           | 1,6       | 1,6      | 0,08              | 0,00         | 0,29         | 1,58                          |             |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 1,6       | 1,6      | 0,00              | 1,55         | 0,00         | 13,95                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 115,7     | 115,7    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                        | 0,7       | 0,7      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| ГОВЯДИНА Б/К                             | 22,9      | 21,3     | 3,84              | 3,31         | 0,00         | 45,04                         |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 2,2       | 1,8      | 0,03              | 0,00         | 0,15         | 0,72                          |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                            | 1,8       | 1,8      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       | 0,04 шт.  | 1,6      | 0,19              | 0,17         | 0,01         | 2,43                          |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                        | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |

|  |           |       |              |              |              |               |          |      |
|--|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|------|
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ                 |           | 200   | 8,40         | 12,00        | 13,30        | 269,00        | 291      | 2012 |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 96,99     | 90,2  | 16,28        | 14,00        | 0,00         | 190,74        |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 5         | 5     | 0,03         | 4,01         | 0,04         | 36,28         |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2     | 0,00         | 1,94         | 0,00         | 17,44         |          |      |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 198,67    | 149   | 2,89         | 0,58         | 23,56        | 111,29        |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,075 шт. | 3     | 0,37         | 0,34         | 0,02         | 4,57          |          |      |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 4,5       | 4,5   | 0,57         | 0,00         | 2,69         | 13,05         |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3       | 0,3   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |          |      |
| СОУС СМЕТАННЫЙ                                 |           | 50    | 1,00         | 2,00         | 3,00         | 37,30         | 354      | 2012 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 12,5      | 12,5  | 0,32         | 1,82         | 0,44         | 19,40         |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 3,8       | 3,8   | 0,40         | 0,05         | 2,58         | 12,31         |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 37,5      | 37,5  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5       | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |          |      |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                               |           | 180   | 0,36         | 0,00         | 7,00         | 102,00        | TK№ 044  |      |
| АБРИКОСЫ СУШЕННЫЕ БЕЗ<br>КОСТОЧКИ (КУРАГА)     | 18,9      | 18    | 0,91         | 0,05         | 8,90         | 40,51         |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6         | 6     | 0,00         | 0,00         | 5,81         | 23,22         |          |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2       | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 183,6     | 183,6 | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |           | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60        | 51,00         | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25        | 25    | 1,66         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |           | 25    | 1,88         | 0,75         | 12,90        | 66,00         | TK № 004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 25        | 25    | 1,88         | 0,73         | 12,85        | 65,50         |          |      |
|  |           |       | <b>19,74</b> | <b>23,15</b> | <b>60,17</b> | <b>688,86</b> |          |      |

### Полдник

|                                      |          |         |              |              |               |                 |         |      |
|--------------------------------------|----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------|------|
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                       |          | 50      | 0,60         | 0,10         | 1,90          | 12,00           | TK№ 014 |      |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ                     | 50,52    | 50      | 0,55         | 0,10         | 1,90          | 12,00           |         |      |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ЯЙЦОМ      |          | 150     | 5,30         | 8,40         | 28,90         | 242,00          | 208     | 2012 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ         | 40,6     | 40,6    | 4,34         | 0,51         | 27,76         | 133,11          |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ  | 1,8      | 1,8     | 0,01         | 1,45         | 0,01          | 13,06           |         |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                   | 0,5 шт.  | 20      | 2,46         | 2,23         | 0,14          | 30,46           |         |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ         | 24,2     | 24,2    | 0,68         | 0,59         | 1,13          | 12,68           |         |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ | 1,8      | 1,8     | 0,00         | 1,75         | 0,00          | 15,69           |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ  | 2        | 2       | 0,01         | 1,60         | 0,02          | 14,51           |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                    | 0,6      | 0,6     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                        |          | 180/6/7 | 0,12         | 0,00         | 8,52          | 36,00           | TK№ 038 |      |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                  | 0,2      | 0,2     | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |         |      |
| ЛИМОН                                | 7,67     | 7       | 0,06         | 0,01         | 0,20          | 2,31            |         |      |
| САХАР ПЕСОК                          | 6        | 6       | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                        | 177,7    | 177,7   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                  |          | 70      | 8,52         | 5,40         | 30,16         | 203,98          | 249     | 2014 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ             | 35       | 35      | 3,67         | 0,45         | 23,74         | 113,39          |         |      |
| САХАР ПЕСОК                          | 1,9      | 1,9     | 0,00         | 0,00         | 1,84          | 7,35            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ  | 1,6      | 1,6     | 0,01         | 1,28         | 0,01          | 11,61           |         |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                   | 0,05 шт. | 2       | 0,24         | 0,22         | 0,01          | 3,05            |         |      |
| ДРОЖЖИ                               | 0,3      | 0,3     | 0,04         | 0,00         | 0,02          | 0,22            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                        | 14       | 14      | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                    | 0,5      | 0,5     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ                 | 22,2     | 22      | 3,84         | 1,92         | 0,64          | 36,06           |         |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ             | 1,1      | 1,1     | 0,12         | 0,01         | 0,75          | 3,56            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ  | 1,1      | 1,1     | 0,01         | 0,88         | 0,01          | 7,98            |         |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                   | 0,06 шт. | 2,4     | 0,29         | 0,27         | 0,02          | 3,66            |         |      |
| САХАР ПЕСОК                          | 2,5      | 2,5     | 0,00         | 0,00         | 2,43          | 9,68            |         |      |
| ВАНИЛИН                              | 0,003    | 0,003   | 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.)                   | 0,04 шт. | 1,6     | 0,19         | 0,17         | 0,01          | 2,43            |         |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ | 0,2      | 0,2     | 0,00         | 0,19         | 0,00          | 1,75            |         |      |
|                                      |          |         | <b>14,54</b> | <b>13,90</b> | <b>69,48</b>  | <b>493,98</b>   |         |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                |          |         | <b>46,58</b> | <b>54,25</b> | <b>195,25</b> | <b>1 631,34</b> |         |      |

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 6**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептуры | Сборник |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |         |
| <b>Завтрак</b>                              |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                          |           | 30       | 1,40              | 2,10         | 15,80        | 68,00                         | 2           | 2012    |
| ДЖЕМ  | 11        | 11       | 0,07              | 0,01         | 8,02         | 31,24                         |             |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ         | 3         | 3        | 0,02              | 2,48         | 0,02         | 22,44                         |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. | 16        | 16       | 1,20              | 0,46         | 8,22         | 41,92                         |             |         |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                         |           | 205      | 7,20              | 8,30         | 35,00        | 226,40                        | 189         | 2008    |
| ПШЕНО                                       | 38,8      | 38,8     | 4,33              | 1,02         | 26,50        | 132,47                        |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 64,4      | 64,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 98        | 98       | 2,75              | 2,38         | 4,56         | 51,33                         |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00         | 3,77         | 15,09                         |             |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ         | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |             |         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ               |           | 180      | 2,80              | 2,40         | 12,70        | 84,00                         | ТК№ 028     |         |
| 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                          |             |         |
|   |           |          | <b>11,40</b>      | <b>12,80</b> | <b>63,50</b> | <b>378,40</b>                 |             |         |
| <b>II Завтрак</b>                           |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                              |           | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         | 442         | 2008    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 180       | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         |             |         |
|   |           |          | <b>0,90</b>       | <b>0,18</b>  | <b>18,18</b> | <b>82,80</b>                  |             |         |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                               |           | 50       | 0,40              | 0,00         | 1,30         | 7,00                          | ТК№ 015     |         |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                            | 53,63     | 50       | 0,40              | 0,05         | 1,25         | 7,00                          |             |         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ    |           | 200/10   | 3,60              | 4,50         | 20,00        | 147,00                        | 81          | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 44        | 33       | 0,64              | 0,13         | 5,22         | 24,65                         |             |         |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                               | 13,2      | 13,1     | 2,92              | 0,20         | 6,11         | 37,99                         |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 7,8       | 6,7      | 0,09              | 0,01         | 0,53         | 2,67                          |             |         |
| МОРКОВЬ                                     | 10,25     | 8,2      | 0,11              | 0,01         | 0,55         | 2,78                          |             |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ        | 3,3       | 3,3      | 0,00              | 3,20         | 0,00         | 28,78                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 115,3     | 115,3    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. | 16,3      | 16,3     | 1,18              | 0,46         | 8,13         | 41,43                         |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,6       | 0,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ              |           | 80       | 8,50              | 16,10        | 7,90         | 161,30                        | 263         | 2012    |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ                            | 64        | 60       | 9,31              | 0,35         | 0,00         | 40,16                         |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. | 12        | 12       | 0,87              | 0,34         | 5,98         | 30,50                         |             |         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 1/5 шт.   | 8        | 0,99              | 0,89         | 0,06         | 12,18                         |             |         |

|  |          |            |              |              |              |               |                |             |
|--|----------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНое            | 3        | 3          | 0,02         | 2,41         | 0,02         | 21,77         |                |             |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 12       | 12         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3      | 0,3        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| <b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b>                  |          | <b>130</b> | <b>1,84</b>  | <b>0,10</b>  | <b>8,50</b>  | <b>75,20</b>  | <b>338</b>     | <b>2008</b> |
| МОРКОВЬ  | 35,75    | 28,6       | 0,36         | 0,03         | 1,91         | 9,71          |                |             |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 35,87    | 26,9       | 0,52         | 0,11         | 4,25         | 20,09         |                |             |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                       | 19,9     | 13         | 0,39         | 0,03         | 0,82         | 5,04          |                |             |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 36,4     | 28,6       | 0,49         | 0,03         | 1,30         | 7,77          |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3      | 0,3        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 22       | 22         | 0,62         | 0,53         | 1,03         | 11,52         |                |             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНое            | 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                                  | 22       | 22         | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,4      | 0,4        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| САХАР ПЕСОК                                    | 0,4      | 0,4        | 0,00         | 0,00         | 0,39         | 1,55          |                |             |
| <b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b>                         |          | <b>180</b> | <b>0,12</b>  | <b>0,12</b>  | <b>22,70</b> | <b>105,40</b> | <b>TK№ 042</b> |             |
| яблоки   | 30,6     | 27         | 0,11         | 0,11         | 2,57         | 12,31         |                |             |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6          | 0,00         | 0,00         | 5,81         | 23,22         |                |             |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                           | 7,2      | 7,2        | 0,01         | 0,00         | 5,46         | 21,86         |                |             |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2      | 0,2        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 177,4    | 177,4      | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>ОБОГАЩЕННЫЙ</b>    |          | <b>25</b>  | <b>1,70</b>  | <b>0,20</b>  | <b>10,60</b> | <b>51,00</b>  | <b>TK №003</b> |             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25         | 1,66         | 0,22         | 10,60        | 50,99         |                |             |
| <b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>                       |          | <b>25</b>  | <b>1,88</b>  | <b>0,75</b>  | <b>12,90</b> | <b>66,00</b>  | <b>TK №004</b> |             |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 25       | 25         | 1,88         | 0,73         | 12,85        | 65,50         |                |             |
|  |          |            | <b>18,04</b> | <b>21,77</b> | <b>83,90</b> | <b>612,90</b> |                |             |
| <b>Полдник</b>                                 |          |            |              |              |              |               |                |             |
| <b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ<br/>(ГОВЯДИНА)</b> |          | <b>70</b>  | <b>12,50</b> | <b>12,60</b> | <b>10,20</b> | <b>104,00</b> | <b>282</b>     | <b>2012</b> |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 63,44    | 59         | 10,64        | 9,16         | 0,00         | 124,76        |                |             |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 12,4     | 12,4       | 0,90         | 0,35         | 6,18         | 31,52         |                |             |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 16,7     | 16,7       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                            | 7        | 7          | 0,89         | 0,00         | 4,18         | 20,29         |                |             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНое            | 2        | 2          | 0,01         | 1,60         | 0,02         | 14,51         |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,7      | 0,7        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| <b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С<br/>МОРКОВЬЮ</b>        |          | <b>150</b> | <b>2,90</b>  | <b>2,50</b>  | <b>19,60</b> | <b>99,30</b>  | <b>125</b>     | <b>2008</b> |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 141,2    | 105,9      | 2,06         | 0,41         | 16,74        | 79,09         |                |             |
| МОРКОВЬ  | 36       | 28,8       | 0,36         | 0,03         | 1,93         | 9,78          |                |             |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 19,4     | 18,2       | 0,51         | 0,45         | 0,84         | 9,54          |                |             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНое            | 2,9      | 2,9        | 0,01         | 2,32         | 0,02         | 21,04         |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5      | 0,5        | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br/>ОБОГАЩЕННЫЙ</b>    |          | <b>15</b>  | <b>1,70</b>  | <b>0,20</b>  | <b>10,60</b> | <b>51,00</b>  | <b>TK №003</b> |             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15       | 15         | 0,99         | 0,13         | 6,36         | 30,59         |                |             |
| <b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>                      |          | <b>50</b>  | <b>4,06</b>  | <b>3,23</b>  | <b>28,72</b> | <b>159,83</b> | <b>464</b>     | <b>2008</b> |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 35,56    | 35,56      | 3,72         | 0,45         | 24,11        | 115,21        |                |             |
| 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<br>НЕСОЛЕНое            | 1,11     | 1,11       | 0,01         | 0,89         | 0,01         | 8,05          |                |             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 1,48     | 1,48       | 0,00         | 1,44         | 0,00         | 12,91         |                |             |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,03 шт. | 1,2        | 0,15         | 0,14         | 0,01         | 1,82          |                |             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,56     | 0,56       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| ДРОЖЖИ   | 0,14     | 0,14       | 0,02         | 0,00         | 0,01         | 0,11          |                |             |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 15,6     | 15,6       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |                |             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 0,3      | 0,3        | 0,00         | 0,29         | 0,00         | 2,62          |                |             |
| <b>НАПИТОК<br/>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b>          |          | <b>180</b> | <b>5,54</b>  | <b>2,03</b>  | <b>3,51</b>  | <b>153,90</b> | <b>TK№ 022</b> |             |

|  |      |      |              |              |               |                 |         |  |
|--|------|------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------|--|
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ<br>(КОНЦЕНТРАТ) | 20,3 | 20,3 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                              | 162  | 162  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |  |
| ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.                        |      | 100  | 2,80         | 2,50         | 4,50          | 56,50           | ТК№ 005 |  |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                       | 100  | 100  | 2,80         | 2,50         | 4,51          | 56,51           |         |  |
|  |      |      | <b>29,50</b> | <b>23,06</b> | <b>77,13</b>  | <b>624,53</b>   |         |  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                      |      |      | <b>59,84</b> | <b>57,81</b> | <b>242,71</b> | <b>1 698,63</b> |         |  |

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 7**

| Наименование блюда                              | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептуры | Сборник |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |         |
| <b>Завтрак</b>                                  |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 30        |          | 3,39              | 6,90         | 10,00        | 69,00                         | 3           | 2012    |
| СЫР РОССИЙСКИЙ                                  | 10,31     | 10       | 2,32              | 2,95         | 0,00         | 36,40                         |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.     | 20        | 20       | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |             |         |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 205       |          | 6,00              | 8,00         | 27,00        | 203,00                        | 189         | 2008    |
| КРУПА МАННАЯ                                    | 29,7      | 29,7     | 2,97              | 0,29         | 20,34        | 94,78                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 64,4      | 64,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 98        | 98       | 2,75              | 2,38         | 4,56         | 51,33                         |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                               | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| САХАР ПЕСОК                                     | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00         | 3,77         | 15,09                         |             |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОПЕНОЕ             | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |             |         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 180       |          | 3,20              | 2,80         | 13,60        | 77,00                         | ТК№ 040     |         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                             | 0,3       | 0,3      | 0,06              | 0,00         | 0,13         | 0,72                          |             |         |
| САХАР ПЕСОК                                     | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 5,81         | 23,22                         |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 92        | 92       | 2,59              | 2,23         | 4,29         | 48,19                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 60        | 60       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
|   |           |          | <b>12,59</b>      | <b>17,70</b> | <b>50,60</b> | <b>349,00</b>                 |             |         |
| <b>II Завтрак</b>                               |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| СОК АБРИКОСОВЫЙ                                 | 180       |          | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         | 442         | 2008    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 180       | 180      | 0,90              | 0,18         | 18,18        | 82,80                         |             |         |
|   |           |          | <b>0,90</b>       | <b>0,18</b>  | <b>18,18</b> | <b>82,80</b>                  |             |         |
| <b>Обед</b>                                     |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                   | 50        |          | 0,38              | 0,00         | 1,30         | 7,00                          | ТК№ 015     |         |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ                                | 53,63     | 50       | 0,40              | 0,05         | 1,25         | 7,00                          |             |         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ<br>И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ | 200/10/5  |          | 6,00              | 4,40         | 16,00        | 159,90                        | 77          | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ                                       | 93,6      | 70,2     | 1,36              | 0,27         | 11,10        | 52,43                         |             |         |
| МОРКОВЬ   | 7,75      | 6,2      | 0,08              | 0,01         | 0,42         | 2,10                          |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                    | 7,4       | 6,2      | 0,09              | 0,01         | 0,49         | 2,46                          |             |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ            | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,46         | 0,00         | 13,09                         |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 109,2     | 109,2    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| КУРИНЫЕ ГРУДКИ                                  | 14,3      | 14       | 2,47              | 2,50         | 0,00         | 32,32                         |             |         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                            | 5         | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 7,76                          |             |         |
| 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<br>МОРКОВЬЮ                  | 80        |          | 17,92             | 7,84         | 7,20         | 172,80                        | 34          | 2012    |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ                                  | 96,34     | 89,6     | 15,56             | 3,22         | 0,00         | 110,38                        |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                    | 9,6       | 8        | 0,11              | 0,02         | 0,64         | 3,18                          |             |         |
| МОРКОВЬ   | 13,38     | 10,7     | 0,14              | 0,01         | 0,72         | 3,64                          |             |         |
| КАРТОФЕЛЬ                                       | 10,67     | 8        | 0,16              | 0,03         | 1,26         | 5,98                          |             |         |

|  |         |       |              |              |              |               |         |      |
|--|---------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------|------|
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 4,8     | 4,8   | 0,02         | 3,84         | 0,04         | 34,82         |         |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,2 шт. | 8     | 0,99         | 0,89         | 0,06         | 12,18         |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 1,6     | 1,6   | 0,01         | 1,28         | 0,01         | 11,61         |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,8     | 0,8   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |         |      |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАР-Т)                       |         | 150   | 2,40         | 6,90         | 13,40        | 125,10        | 344     | 2012 |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 64      | 48    | 0,93         | 0,18         | 7,59         | 35,85         |         |      |
| МОРКОВЬ  | 20,25   | 16,2  | 0,20         | 0,02         | 1,09         | 5,50          |         |      |
| 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<br>НЕСОЛЕННОЕ           | 6       | 6     | 0,03         | 4,80         | 0,05         | 43,53         |         |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 3,6     | 3,6   | 0,38         | 0,05         | 2,44         | 11,66         |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 33,9    | 33,9  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |         |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 11,6    | 11,6  | 0,29         | 1,69         | 0,41         | 18,00         |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5     | 0,5   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |         |      |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                               |         | 180   | 0,57         | 0,03         | 18,36        | 76,50         |         |      |
| АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ БЕЗ<br>КОСТОЧКИ (КУРАГА)      | 11,4    | 11,4  | 0,57         | 0,03         | 5,64         | 25,66         |         |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 10      | 10    | 0,00         | 0,00         | 9,68         | 38,70         |         |      |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                           | 4       | 4     | 0,00         | 0,00         | 3,04         | 12,14         |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 180     | 180   | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00          |         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |         | 30    | 2,04         | 0,24         | 12,72        | 61,20         | TK №003 |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30      | 30    | 1,99         | 0,26         | 12,72        | 61,19         |         |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |         | 25    | 1,88         | 0,75         | 12,88        | 65,90         | TK №004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 25      | 25    | 1,88         | 0,73         | 12,85        | 65,50         |         |      |
|  |         |       | <b>31,19</b> | <b>20,16</b> | <b>81,86</b> | <b>668,40</b> |         |      |

### Полдник

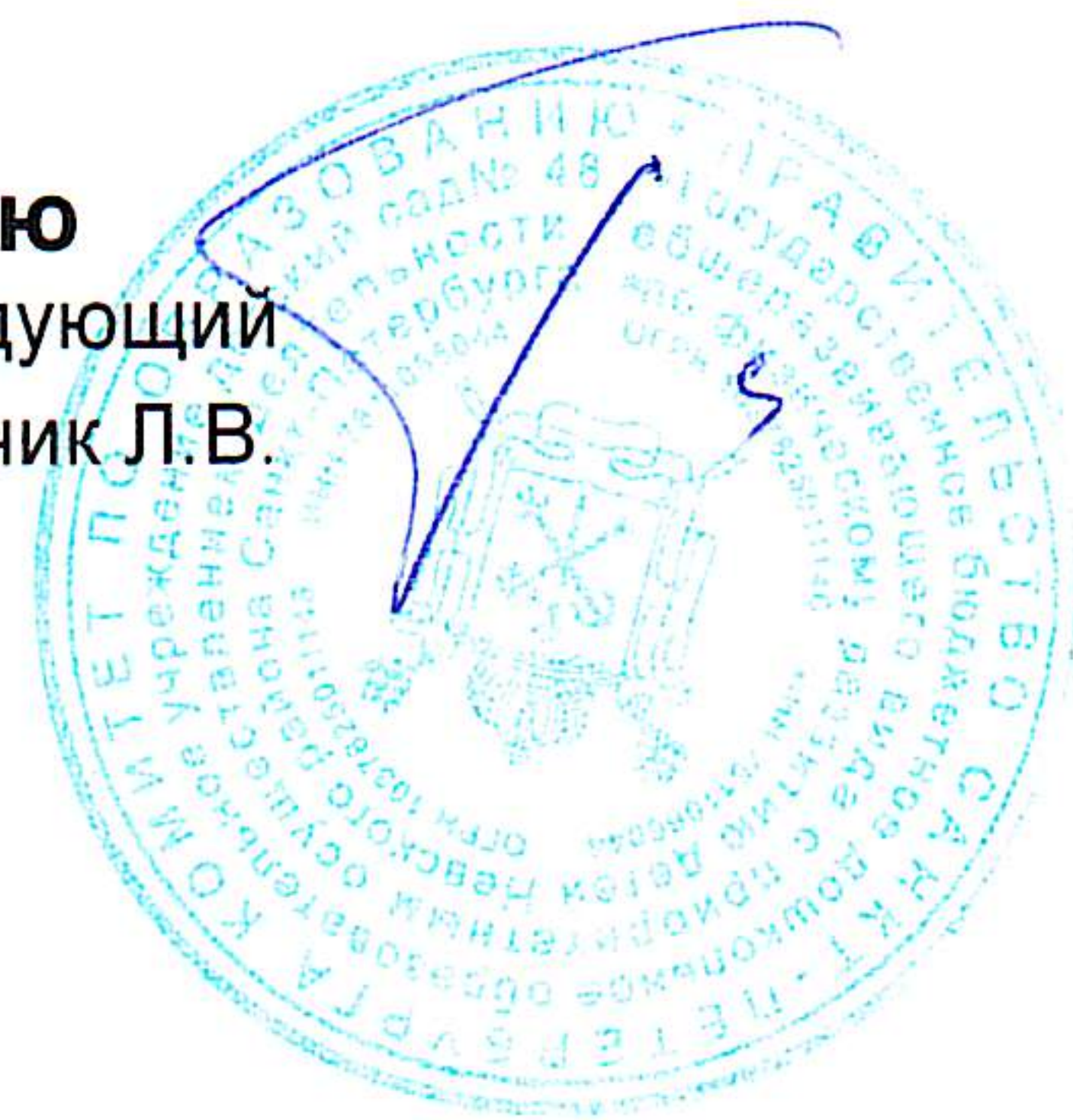
|   |          |       |              |              |               |                 |     |      |
|---|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-----|------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                    |          | 100   | 17,70        | 9,00         | 16,10         | 221,00          | 237 | 2012 |
| 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. | 2,8   | 0,35         | 0,31         | 0,02          | 4,27            |     |      |
| МАСЛО ПЛОДОВО-ЯГОДНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ | 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          | 6,21            |     |      |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                 |          | 50    | 0,90         | 2,30         | 6,50          | 39,00           | 367 | 2008 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 25       | 25    | 0,71         | 0,61         | 1,16          | 13,10           |     |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ    | 2,3      | 2,3   | 0,01         | 1,84         | 0,02          | 16,68           |     |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                | 2,3      | 2,3   | 0,24         | 0,03         | 1,56          | 7,45            |     |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 25       | 25    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |     |      |
| САХАР ПЕСОК                             | 4        | 4     | 0,00         | 0,00         | 3,87          | 15,48           |     |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                       | 0,4      | 0,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |     |      |
| ВАНИЛИН                                 | 0,003    | 0,003 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |     |      |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                        |          | 200   | 6,00         | 4,00         | 9,80          | 98,90           | 434 | 2008 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ            | 211,1    | 210   | 5,91         | 5,09         | 9,78          | 110,00          |     |      |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                         |          | 100   | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |     |      |
| МАНДАРИН                                | 130      | 100   | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           |     |      |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                        |          | 60    | 4,53         | 8,31         | 35,96         | 236,33          | 467 | 2008 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                | 38,5     | 38,5  | 4,04         | 0,49         | 26,10         | 124,73          |     |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                | 2        | 2     | 0,21         | 0,03         | 1,36          | 6,48            |     |      |
| САХАР ПЕСОК                             | 6,6      | 6,6   | 0,00         | 0,00         | 6,39          | 25,54           |     |      |
| САХАР ПЕСОК                             | 2        | 2     | 0,00         | 0,00         | 1,94          | 7,74            |     |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ    | 8,9      | 8,9   | 0,04         | 7,12         | 0,07          | 64,57           |     |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                      | 0,02 шт. | 0,8   | 0,10         | 0,09         | 0,01          | 1,22            |     |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                       | 0,4      | 0,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |     |      |
| ДРОЖЖИ                                  | 1,1      | 1,1   | 0,14         | 0,00         | 0,09          | 0,82            |     |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                           | 17,1     | 17,1  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |     |      |
| МАСЛО ПЛОДОВО-ЯГОДНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ | 0,6      | 0,6   | 0,00         | 0,58         | 0,00          | 5,23            |     |      |
|   |          |       | <b>29,93</b> | <b>23,81</b> | <b>75,86</b>  | <b>633,23</b>   |     |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                   |          |       | <b>74,61</b> | <b>61,85</b> | <b>226,50</b> | <b>1 733,43</b> |     |      |

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда                                 | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептур ы | Сборни к |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|----------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углевод ы, г |                               |              |          |
| <b>Завтрак</b>                                     |           |          |                   |              |              |                               |              |          |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                 |           | 30       | 3,24              | 4,10         | 7,00         | 62,00                         | 1            | 2012     |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                | 10        | 10       | 0,05              | 8,25         | 0,08         | 74,80                         |              |          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.        | 20        | 20       | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |              |          |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО     |           | 50       | 1,50              | 2,70         | 3,00         | 40,50                         | 10           |          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                           | 73        | 47,5     | 1,43              | 0,10         | 3,00         | 18,43                         |              |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ               | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 2,43         | 0,00         | 21,81                         |              |          |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                                  | 0,5       | 0,5      | 0,02              | 0,00         | 0,04         | 0,24                          |              |          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                  |           | 150      | 15,40             | 21,00        | 2,90         | 149,00                        | 214          | 2008     |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                 | 2,86 шт.  | 114,4    | 14,09             | 12,77        | 0,78         | 174,22                        |              |          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                       | 42,9      | 42,9     | 1,20              | 1,04         | 2,00         | 22,47                         |              |          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                  | 0,1       | 0,1      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ               | 7,1       | 7,1      | 0,00              | 6,88         | 0,00         | 61,92                         |              |          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                    |           | 180      | 3,80              | 3,20         | 15,60        | 107,00                        | ТК№ 043      |          |
| 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                       | 110,4     | 110,4    | 3,10              | 2,68         | 5,14         | 57,83                         |              |          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                      | 78        | 78       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |              |          |
|  |           |          | <b>23,94</b>      | <b>31,00</b> | <b>28,50</b> | <b>358,50</b>                 |              |          |
| <b>II Завтрак</b>                                  |           |          |                   |              |              |                               |              |          |
| ГРУША СВЕЖАЯ                                       |           | 150      | 0,60              | 0,50         | 15,50        | 70,50                         | ТК № 002     |          |
| ГРУША  | 166,7     | 150      | 0,60              | 0,45         | 15,45        | 70,50                         |              |          |
|  |           |          | <b>0,60</b>       | <b>0,50</b>  | <b>15,50</b> | <b>70,50</b>                  |              |          |
| <b>Обед</b>  |           |          |                   |              |              |                               |              |          |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                           |           | 50       | 0,43              | 0,05         | 3,94         | 41,30                         | 40           | 2012     |
| МОРКОВЬ  | 33,75     | 27       | 0,34              | 0,03         | 1,80         | 9,17                          |              |          |
| яблоки   | 25        | 22       | 0,09              | 0,09         | 2,10         | 10,03                         |              |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ               | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 2,43         | 0,00         | 21,81                         |              |          |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ<br>С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ |           | 200/10/5 | 5,50              | 4,50         | 4,00         | 165,00                        | 76           | 2012     |
| КАРТОФЕЛЬ  | 67,6      | 50,7     | 0,98              | 0,19         | 8,01         | 37,87                         |              |          |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ                                     | 3,4       | 3,3      | 0,30              | 0,04         | 2,14         | 10,09                         |              |          |
| МОРКОВЬ  | 8,5       | 6,8      | 0,09              | 0,01         | 0,46         | 2,31                          |              |          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                       | 4         | 3,3      | 0,05              | 0,01         | 0,26         | 1,31                          |              |          |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                                    | 10,1      | 10,1     | 0,08              | 0,01         | 0,16         | 1,27                          |              |          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ               | 3,3       | 3,3      | 0,00              | 3,20         | 0,00         | 28,78                         |              |          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                      | 127,4     | 127,4    | 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                                       | 17,2      | 16       | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |              |          |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                               | 5         | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 7,76                          |              |          |



|   |        |        |              |              |               |                 |         |      |
|---|--------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------|------|
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                  |        | 70     | 13,10        | 2,75         | 10,90         | 120,20          | 305     | 2012 |
| КУРИНЫЕ ГРУДКИ                              | 55,3   | 51,8   | 9,15         | 9,24         | 0,00          | 119,58          |         |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 12,6   | 12,6   | 0,92         | 0,36         | 6,29          | 32,02           |         |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 18,2   | 18,2   | 0,51         | 0,45         | 0,84          | 9,54            |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ            | 2,8    | 2,8    | 0,01         | 2,24         | 0,02          | 20,31           |         |      |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 7      | 7      | 0,89         | 0,00         | 4,18          | 20,29           |         |      |
| МАСЛО ПОДСОЛПЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4,2    | 4,2    | 0,00         | 4,07         | 0,00          | 36,63           |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,23   | 0,23   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                              |        | 150    | 2,40         | 5,60         | 15,60         | 121,80          | 324     | 2012 |
| СВЕКЛА                                      | 204,38 | 163,5  | 2,38         | 0,16         | 13,96         | 66,61           |         |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ            | 6,8    | 6,8    | 0,03         | 5,44         | 0,05          | 49,33           |         |      |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,5    | 1,5    | 0,00         | 0,00         | 1,46          | 5,81            |         |      |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                             |        | 180    | 0,40         | 0,00         | 7,00          | 102,00          | TK№ 045 |      |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)                     | 18     | 18     | 0,40         | 0,09         | 11,48         | 49,06           |         |      |
| САХАР ПЕСОК                                 | 6      | 6      | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |         |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                            | 0,2    | 0,2    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 183,6  | 183,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            |        | 25     | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003 |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25     | 25     | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |         |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                           |        | 25     | 1,88         | 0,75         | 12,90         | 66,00           | TK №004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 25     | 25     | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |         |      |
|   |        |        | <b>25,41</b> | <b>13,85</b> | <b>64,94</b>  | <b>667,30</b>   |         |      |
| <b>Полдник</b>                              |        |        |              |              |               |                 |         |      |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                |        | 40     | 4,90         | 4,50         | 0,30          | 60,90           | 213     | 2008 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 1 шт.  | 40     | 4,93         | 4,46         | 0,27          | 60,92           |         |      |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ        |        | 150    | 2,20         | 2,00         | 9,80          | 88,00           | 129     | 2008 |
| МОРКОВЬ                                     | 69,13  | 55,3   | 0,70         | 0,06         | 3,71          | 18,78           |         |      |
| РЕПА  | 30,9   | 22,8   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ                    | 18,5   | 12     | 0,36         | 0,02         | 0,76          | 4,66            |         |      |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                        | 30     | 24     | 0,42         | 0,02         | 1,10          | 6,52            |         |      |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,3    | 1,3    | 0,00         | 0,00         | 1,26          | 5,03            |         |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 3,9    | 3,9    | 0,41         | 0,05         | 2,65          | 12,64           |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 37,4   | 37,4   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                        | 12,8   | 12,8   | 0,32         | 1,86         | 0,45          | 19,87           |         |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,6    | 0,6    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            |        | 25     | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003 |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25     | 25     | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |         |      |
| ПЕЧЕНЬЕ                                     |        | 50     | 3,80         | 5,00         | 43,20         | 223,00          | TK№ 018 |      |
| ПЕЧЕНЬЕ                                     | 50     | 50     | 3,64         | 4,75         | 36,08         | 202,25          |         |      |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                              |        | 180/15 | 0,09         | 0,04         | 8,20          | 34,10           | 392     | 2012 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,2    | 0,2    | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |         |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 178,6  | 178,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |         |      |
| ВАРЕНЬЕ                                     | 15     | 15     | 0,06         | 0,05         | 10,80         | 41,90           |         |      |
| ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.                         |        | 100    | 2,80         | 2,50         | 4,50          | 56,50           | TK№ 005 |      |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                        | 100    | 100    | 2,80         | 2,50         | 4,51          | 56,51           |         |      |
|   |        |        | <b>15,49</b> | <b>14,24</b> | <b>76,60</b>  | <b>513,50</b>   |         |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |        |        | <b>65,44</b> | <b>59,59</b> | <b>185,54</b> | <b>1 609,80</b> |         |      |

**МЕНЮ****Сад****ДЕНЬ 9**

| Наименование блюда                                       | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептуры | Сборник |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |         |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       |           | 30       | 3,24              | 4,10         | 7,00         | 62,00                         | 1           | 2012    |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                      | 10        | 10       | 0,05              | 8,25         | 0,08         | 74,80                         |             |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.              | 20        | 20       | 1,50              | 0,58         | 10,28        | 52,40                         |             |         |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ  |           | 205      | 6,70              | 9,70         | 24,40        | 211,00                        | 189         | 2008    |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"                                | 29,7      | 29,7     | 3,54              | 1,78         | 17,80        | 101,40                        |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 68,4      | 68,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                             | 102       | 102      | 2,87              | 2,47         | 4,75         | 53,43                         |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,9       | 0,9      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| САХАР ПЕСОК  | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00         | 3,77         | 15,09                         |             |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                      | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |             |         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                            |           | 180      | 2,80              | 2,40         | 12,70        | 84,00                         | TK№ 028     |         |
| 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                          |             |         |
|  |           |          | <b>12,74</b>      | <b>16,20</b> | <b>44,10</b> | <b>357,00</b>                 |             |         |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| БАНАН СВЕЖИЙ   |           | 100      | 1,50              | 0,50         | 21,00        | 96,00                         | TK№ 020     |         |
| БАНАН  | 142,9     | 100      | 1,50              | 0,50         | 21,00        | 96,00                         |             |         |
|  |           |          | <b>1,50</b>       | <b>0,50</b>  | <b>21,00</b> | <b>96,00</b>                  |             |         |
| <b>Обед</b>  |           |          |                   |              |              |                               |             |         |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ  |           | 50       | 0,38              | 0,00         | 0,90         | 6,50                          | TK№ 017     |         |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ  | 50        | 50       | 0,40              | 0,05         | 0,85         | 6,50                          |             |         |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ |           | 200/10/5 | 4,26              | 6,42         | 8,18         | 108,00                        | 57          | 2012    |
| СВЕКЛА   | 31,25     | 25       | 0,37              | 0,03         | 2,13         | 10,19                         |             |         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                     | 15,6      | 12,5     | 0,22              | 0,01         | 0,57         | 3,40                          |             |         |
| КАРТОФЕЛЬ  | 16,67     | 12,5     | 0,24              | 0,05         | 1,98         | 9,34                          |             |         |
| МОРКОВЬ  | 9,75      | 7,8      | 0,10              | 0,01         | 0,52         | 2,65                          |             |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 7,4       | 6,2      | 0,09              | 0,01         | 0,49         | 2,46                          |             |         |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА   | 4,7       | 4,7      | 0,22              | 0,00         | 0,86         | 4,65                          |             |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                     | 3,2       | 3,2      | 0,00              | 3,10         | 0,00         | 27,91                         |             |         |
| САХАР ПЕСОК  | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,46         | 5,81                          |             |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 124,9     | 124,9    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| ГОВЯДИНА Б/К   | 17,2      | 16       | 2,89              | 2,48         | 0,00         | 33,83                         |             |         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                                     | 5         | 5        | 0,13              | 0,73         | 0,17         | 7,76                          |             |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |             |         |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     |           | 80       | 14,70             | 0,50         | 0,00         | 165,00                        | 228         | 2008    |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ   | 113,6     | 100,8    | 15,65             | 0,58         | 0,00         | 67,46                         |             |         |

|  |          |         |              |              |               |                 |          |      |
|--|----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|------|
| МОРКОВЬ  | 4        | 3,2     | 0,04         | 0,00         | 0,21          | 1,09            |          |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 4,8      | 3,2     | 0,04         | 0,01         | 0,25          | 1,27            |          |      |
| СОУС СМЕТАННЫЙ                                 |          | 20      | 0,30         | 1,00         | 1,20          | 14,80           | 354      | 2012 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 5        | 5       | 0,13         | 0,73         | 0,17          | 7,76            |          |      |
| 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                              |          | 150     | 3,20         | 5,00         | 21,30         | 147,00          | 335      | 2008 |
| КАРТОФЕЛЬ                                      | 170,67   | 128     | 2,48         | 0,49         | 20,23         | 95,60           |          |      |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                   | 24       | 23      | 0,65         | 0,56         | 1,07          | 12,05           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 5        | 5       | 0,03         | 4,01         | 0,04          | 36,28           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,3      | 0,3     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                  |          | 180/6/7 | 0,12         | 0,00         | 8,52          | 36,00           | TK№ 038  |      |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                            | 0,2      | 0,2     | 0,04         | 0,00         | 0,08          | 0,49            |          |      |
| ЛИМОН  | 7,67     | 7       | 0,06         | 0,01         | 0,20          | 2,31            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6       | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 177,7    | 177,7   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 25      | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25      | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              |          | 20      | 1,50         | 0,60         | 10,30         | 52,40           | TK № 004 |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.    | 20       | 20      | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           |          |      |
|  |          |         | <b>26,16</b> | <b>13,72</b> | <b>61,00</b>  | <b>580,70</b>   |          |      |
| <b>Полдник</b>                                 |          |         |              |              |               |                 |          |      |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                |          | 180     | 14,28        | 12,53        | 12,87         | 222,32          | 298      | 2012 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 120      | 96      | 1,68         | 0,10         | 4,37          | 26,07           |          |      |
| ГОВЯДИНА Б/К                                   | 64,52    | 60      | 10,83        | 9,31         | 0,00          | 126,88          |          |      |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 8,1      | 8       | 0,54         | 0,08         | 5,74          | 25,84           |          |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 15,7     | 13,2    | 0,17         | 0,03         | 1,05          | 5,25            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 2        | 2       | 0,01         | 1,60         | 0,02          | 14,51           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0.13 шт. | 5,2     | 0,64         | 0,58         | 0,04          | 7,92            |          |      |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                           | 5,6      | 5,6     | 0,15         | 0,81         | 0,19          | 8,69            |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,6      | 1,6     | 0,16         | 0,02         | 1,09          | 5,18            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 16,6     | 16,6    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 2        | 2       | 0,10         | 0,00         | 0,37          | 1,98            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 1,2      | 1,2     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                          |          | 180     | 0,12         | 0,12         | 21,70         | 88,20           | TK№ 047  |      |
| ГРУША  | 40       | 36      | 0,14         | 0,11         | 3,60          | 16,41           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 150      | 150     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 6        | 6       | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА                               | 0,2      | 0,2     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            |          | 15      | 1,00         | 0,12         | 6,40          | 31,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15       | 15      | 0,99         | 0,13         | 6,36          | 30,59           |          |      |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С<br>КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ          |          | 75      | 4,90         | 3,37         | 30,02         | 170,07          | 451      | 2008 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 36,7     | 36,7    | 3,84         | 0,47         | 24,88         | 118,90          |          |      |
| САХАР ПЕСОК                                    | 2,6      | 2,6     | 0,00         | 0,00         | 2,51          | 10,06           |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ            | 1,1      | 1,1     | 0,01         | 0,88         | 0,01          | 7,98            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,6      | 0,6     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ДРОЖЖИ   | 0,4      | 0,4     | 0,05         | 0,00         | 0,03          | 0,30            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 17,4     | 17,4    | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                       | 1,74     | 1,74    | 0,18         | 0,02         | 1,18          | 5,64            |          |      |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                           | 37,5     | 30      | 0,52         | 0,03         | 1,37          | 8,15            |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ           | 1,75     | 1,75    | 0,00         | 1,70         | 0,00          | 15,26           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                             | 0,06 шт. | 2,4     | 0,29         | 0,27         | 0,02          | 3,66            |          |      |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)                              | 0,35     | 0,25    | 0,01         | 0,00         | 0,02          | 0,12            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5      | 0,5     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                             |          | 100     | 2,80         | 2,50         | 4,50          | 56,50           | TK №005  |      |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ                           | 100      | 100     | 2,80         | 2,50         | 4,51          | 56,51           |          |      |
|  |          |         | <b>23,10</b> | <b>18,64</b> | <b>75,49</b>  | <b>568,09</b>   |          |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |          |         | <b>63,50</b> | <b>49,06</b> | <b>201,59</b> | <b>1 601,79</b> |          |      |



# МЕНЮ

## Сад ДЕНЬ 10

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № Рецептур ы | Сборник |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|---------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углевод ы, г |                               |              |         |
| <b>Завтрак</b>                              |           |          |                   |             |              |                               |              |         |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                          | 40        |          | 1,90              | 2,80        | 21,10        | 90,70                         | 2            | 2012    |
| ДЖЕМ  | 15        | 15       | 0,09              | 0,02        | 10,94        | 42,60                         |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ         | 5         | 5        | 0,03              | 4,13        | 0,04         | 37,40                         |              |         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. | 20        | 20       | 1,50              | 0,58        | 10,28        | 52,40                         |              |         |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 205       |          | 5,10              | 6,80        | 27,90        | 232,00                        | 189          | 2008    |
| КРУПА РИСОВАЯ                               | 29,7      | 29,7     | 2,02              | 0,29        | 21,32        | 95,93                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 68,4      | 68,4     | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 102       | 102      | 2,87              | 2,47        | 4,75         | 53,43                         |              |         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,8       | 0,8      | 0,00              | 0,00        | 0,00         | 0,00                          |              |         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 3,9       | 3,9      | 0,00              | 0,00        | 3,77         | 15,09                         |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ         | 5         | 5        | 0,03              | 4,01        | 0,04         | 36,28                         |              |         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180/6     |          | 0,00              | 0,00        | 8,40         | 34,00                         | 392          | 2012    |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,2       | 0,2      | 0,04              | 0,00        | 0,08         | 0,49                          |              |         |
| 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                         |              |         |
|   |           |          | <b>7,00</b>       | <b>9,60</b> | <b>57,40</b> | <b>356,70</b>                 |              |         |
| <b>II Завтрак</b>                           |           |          |                   |             |              |                               |              |         |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ                              | 180       |          | 0,90              | 0,18        | 18,18        | 82,80                         | 442          | 2008    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 180       | 180      | 0,90              | 0,18        | 18,18        | 82,80                         |              |         |
|   |           |          | <b>0,90</b>       | <b>0,18</b> | <b>18,18</b> | <b>82,80</b>                  |              |         |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |             |              |                               |              |         |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                             | 50        |          | 0,80              | 2,90        | 4,00         | 45,60                         | 33           | 2012    |
| СВЕКЛА                                      | 59,38     | 47,5     | 0,69              | 0,05        | 4,05         | 19,35                         |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ        | 3         | 3        | 0,00              | 2,91        | 0,00         | 26,16                         |              |         |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ        | 200/10/5  |          | 5,70              | 7,50        | 13,10        | 121,20                        | 73           | 2012    |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 80        | 60       | 1,16              | 0,23        | 9,49         | 44,81                         |              |         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 9,6       | 8        | 0,11              | 0,02        | 0,64         | 3,18                          |              |         |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                             | 13,4      | 12       | 0,10              | 0,01        | 0,19         | 1,51                          |              |         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ        | 4         | 4        | 0,00              | 3,88        | 0,00         | 34,88                         |              |         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 150       | 150      | 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                                | 17,2      | 16       | 2,89              | 2,48        | 0,00         | 33,83                         |              |         |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ                        | 5         | 5        | 0,13              | 0,73        | 0,17         | 7,76                          |              |         |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ                               | 70        |          | 10,40             | 4,00        | 9,30         | 135,30                        | 310          | 2012    |
| КУРИНЫЕ ГРУДКИ                              | 50        | 49       | 8,65              | 8,75        | 0,00         | 113,12                        |              |         |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 3/10 шт.  | 12       | 1,47              | 1,34        | 0,08         | 18,27                         |              |         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 14,7      | 14,7     | 0,42              | 0,36        | 0,69         | 7,70                          |              |         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ         | 2,5       | 2,5      | 0,01              | 2,00        | 0,02         | 18,14                         |              |         |

|  |          |       |              |              |               |                 |          |      |
|--|----------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                       | 2,5      | 2,5   | 0,26         | 0,03         | 1,70          | 8,10            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 2,9      | 2,9   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,15     | 0,15  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                 |          | 150   | 4,00         | 3,40         | 19,40         | 121,80          | 205      | 2012 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                                   | 50,8     | 50,8  | 5,42         | 0,64         | 34,74         | 166,55          |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 1        | 1     | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ                           | 2        | 2     | 0,01         | 1,60         | 0,02          | 14,51           |          |      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ  |          | 180   | 0,12         | 0,12         | 21,72         | 88,20           | TK№ 047  |      |
| ГРУША  | 40       | 36    | 0,14         | 0,11         | 3,60          | 16,41           |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 150      | 150   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| САХАР ПЕСОК  | 6        | 6     | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                            |          | 25    | 1,70         | 0,20         | 10,60         | 51,00           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 25       | 25    | 1,66         | 0,22         | 10,60         | 50,99           |          |      |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  |          | 25    | 1,88         | 0,75         | 12,90         | 66,00           | TK № 004 |      |
| БАТОН ПАРОВОЙ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25       | 25    | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50           |          |      |
|  |          |       | <b>24,60</b> | <b>18,87</b> | <b>91,02</b>  | <b>629,10</b>   |          |      |
| <b>Полдник</b>   |          |       |              |              |               |                 |          |      |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ  |          | 40    | 0,30         | 0,00         | 1,00          | 5,60            | TK№ 015  |      |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ   | 42,9     | 40    | 0,32         | 0,04         | 1,00          | 5,60            |          |      |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ  |          | 150   | 17,50        | 16,50        | 16,90         | 216,30          | 276      | 2012 |
| ГОВЯДИНА Б/К   | 92,15    | 85,7  | 15,46        | 13,30        | 0,00          | 181,23          |          |      |
| КАРТОФЕЛЬ  | 136,53   | 102,4 | 1,99         | 0,40         | 16,19         | 76,48           |          |      |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ   | 10,5     | 8,9   | 0,12         | 0,02         | 0,71          | 3,54            |          |      |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕННОЕ                           | 2        | 2     | 0,01         | 1,60         | 0,02          | 14,51           |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,6      | 0,6   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ   |          | 180   | 0,36         | 0,00         | 25,00         | 102,00          | TK№ 044  |      |
| АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ БЕЗ<br>КОСТОЧКИ (КУРАГА)                      | 18,9     | 18    | 0,91         | 0,05         | 8,90          | 40,51           |          |      |
| САХАР ПЕСОК  | 6        | 6     | 0,00         | 0,00         | 5,81          | 23,22           |          |      |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА   | 0,2      | 0,2   | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 183,6    | 183,6 | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                            |          | 30    | 2,04         | 0,24         | 12,72         | 61,20           | TK №003  |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 30       | 30    | 1,99         | 0,26         | 12,72         | 61,19           |          |      |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ   |          | 50    | 4,06         | 3,23         | 28,72         | 159,83          | 464      | 2008 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                       | 35,56    | 35,56 | 3,72         | 0,45         | 24,11         | 115,21          |          |      |
| 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<br>НЕСОЛЕННОЕ                           | 1,11     | 1,11  | 0,01         | 0,89         | 0,01          | 8,05            |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                           | 1,48     | 1,48  | 0,00         | 1,44         | 0,00          | 12,91           |          |      |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)   | 0,03 шт. | 1,2   | 0,15         | 0,14         | 0,01          | 1,82            |          |      |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ  | 0,56     | 0,56  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| ДРОЖЖИ   | 0,14     | 0,14  | 0,02         | 0,00         | 0,01          | 0,11            |          |      |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 15,6     | 15,6  | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00            |          |      |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                           | 0,3      | 0,3   | 0,00         | 0,29         | 0,00          | 2,62            |          |      |
|  |          |       | <b>24,26</b> | <b>19,97</b> | <b>84,34</b>  | <b>544,93</b>   |          |      |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>  |          |       | <b>56,76</b> | <b>48,62</b> | <b>250,94</b> | <b>1 613,53</b> |          |      |