

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4.3	4.1	10.0	94.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50.8
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	13,2	12	2,8	3,5	0	43.7
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		4.8	4.6	22.4	151.9
ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24	23,76	2,6	0,3	15,6	75.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2.7	2.1	12.0	78.5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,15	2,15	0,2	0	1,2	5.3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,5	2,1	4,2	46.9
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0	0	6,6	26.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0.0
			<b>11.8</b>	<b>10.8</b>	<b>44.4</b>	<b>324.9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70.6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0.3		0.7	5.2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5.2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5		4.8	4.2	8.6	90.9
КАРТОФЕЛЬ	40,1	28,07	0,6	0,1	4,5	21.0
МОРКОВЬ	7,5	5,81	0,1	0	0,4	1.9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6,05	0,1	0	0,5	2.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0.0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,5	0,1	3,1	14.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8.7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,3	7,3	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	21,11	19	3,4	2,9	0	40.2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,95	0	0	0,1	0.5
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50		10.9	3.1	1.4	77.1
ТРЕСКА ФИЛЕ	60,27	58	9	0,3	0	38.8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5.1

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,31 шт.	12,48	1,6	1,4	0,1	19,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,1	0,2	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>130</b>	<b>2,5</b>	<b>4,4</b>	<b>17,0</b>	<b>118,0</b>
КАРТОФЕЛЬ	131,1	91,8	1,7	0,4	14,6	68,6
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,5	0,4	0,8	8,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ</b>		<b>150</b>			<b>17,1</b>	<b>68,4</b>
КУРАГА	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0	0	6,4	25,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАТОН</b>		<b>10</b>	<b>0,8</b>	<b>0,3</b>	<b>5,1</b>	<b>26,2</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10	0,8	0,3	5,1	26,2
			<b>20,6</b>	<b>12,2</b>	<b>58,4</b>	<b>426,6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b>		<b>100</b>	<b>10,0</b>	<b>12,6</b>	<b>14,7</b>	<b>211,9</b>
КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	64,6	46,5	8,4	7,3	0	99,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0	5,1	0	46,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	7,3	5,5	0,1	0	0,4	1,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3	0,1	0	0,2	1,3
РИС	19,2	19,01	1,3	0,2	13,7	61,4
<b>ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ</b>		<b>50</b>	<b>3,5</b>	<b>5,1</b>	<b>17,4</b>	<b>129,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,5	20,5	2,1	0,3	13,9	66,4
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,26	0,3	0,3	0	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,1	0,1	0	1,6
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>		<b>150</b>	<b>2,3</b>	<b>1,8</b>	<b>10,2</b>	<b>67,2</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	79,2	79,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,1	1,8	3,6	40,2
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	<b>30,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>ГРУША</b>		<b>70</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,2</b>	<b>32,9</b>
ГРУША	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			<b>17,1</b>	<b>19,8</b>	<b>55,9</b>	<b>471,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>53,0</b>	<b>45,9</b>	<b>164,3</b>	<b>1,294,0</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0.9	1.5	1.8	24.3
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		8.5	13.0	2.0	158.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,4	34,4	1	0,9	1,6	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2.6	2.0	9.2	65.8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
БАТОН	20		1.7	0.6	11.3	57.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,7	0,6	11,3	57,6
			<b>13.7</b>	<b>17.1</b>	<b>24.3</b>	<b>306.5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40		0.4	0.1	1.5	9.6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,5	40,1	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		3.7	4.6	8.5	93.0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	65	39	0,8	0,2	6,2	29,1
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	7,38	4,8	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,52	2,1	1,8	0	24,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50		15.1	15.3	3.5	134.0
ГОВЯДИНА ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ	110	80,8	14,6	12,5	0	170,8

МОРКОВЬ	20,8	16,7	0,2	0	1,2	5,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>110</b>	<b>5,2</b>	<b>5,4</b>	<b>23,7</b>	<b>164,0</b>
ГРЕЧА ЯДРИЦА	43,2	42,77	5,2	1,4	23,7	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>13,7</b>	<b>56,3</b>
ГРУША	33,3	30	0,1	0,1	3	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,2	129,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>25,8</b>	<b>25,7</b>	<b>59,4</b>	<b>497,7</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>120</b>	<b>10,6</b>	<b>11,6</b>	<b>7,8</b>	<b>178,1</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	97,5	78	1,4	0,1	3,6	21,1
ГОВЯДИНА ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ	53,9	48,6	8,7	7,6	0	102,7
РИС	4,6	4,5	0,3	0	3,2	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>		<b>50</b>	<b>5,4</b>	<b>3,3</b>	<b>18,2</b>	<b>124,0</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2	0,3	13,2	63,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,9	5,9	0,2	0,1	0,3	3,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>		<b>8,5</b>	<b>34,5</b>
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0	0	8,2	32,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	<b>30,6</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ</b>		<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,7</b>	<b>30,1</b>
АПЕЛЬСИН	104,5	70	0,6	0,1	5,7	30,1
			<b>17,7</b>	<b>15,1</b>	<b>46,6</b>	<b>397,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,7</b>	<b>61,0</b>	<b>135,9</b>	<b>1,272,1</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	3.8	4.8	8.2	72.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65.5
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4.3	4.3	21.9	144.7
МАННАЯ	22,3	22,3	2,2	0,2	15,2	71.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,7	75,7	2,1	1,8	3,5	39.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2.7	2.1	11.9	78.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,2	0	1,2	5.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,8	89,8	2,5	2,1	4,2	47.0
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,5	25.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0.0
			<b>10.8</b>	<b>11.2</b>	<b>42.0</b>	<b>295.5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70.6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0.2		0.7	4.2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,2	29,9	0,2	0	0,7	4.2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	7.8	8.1	10.5	147.2
КАРТОФЕЛЬ	79,9	60	1,2	0,2	9,5	44.8
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21.8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	38,89	35	6,3	5,4	0	74.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,1	0,1	0	1.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0.0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	10.2	6.3	2.5	108.3
САЙДА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	76,39	55	8,5	0,3	0	36.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25.4

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>130</b>	<b>2.4</b>	<b>5.7</b>	<b>12.2</b>	<b>111.1</b>
КАРТОФЕЛЬ	37,1	26	0,5	0,1	4,1	19.4
МОРКОВЬ	30,2	23,4	0,3	0	1,6	8.0
ТЫКВА СВЕЖАЯ	22,3	15,6	0,2	0	0,7	3.5
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	25	13	0,3	0	0,5	3.8
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	16	10,4	0,3	0	0,7	4.1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30,9	26	0,4	0,1	2	10.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5.1
МОРКОВЬ	2,9	2,3	0	0	0,2	0.8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,9	0,8	0	0	0,1	0.3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9	0,2	0	0,7	3.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА</b>		<b>150</b>	<b>0.4</b>	<b>0.1</b>	<b>18.3</b>	<b>77.6</b>
ЧЕРНОСЛИВ	18,8	18,8	0,4	0,1	10,5	46.7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0.0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>25</b>	<b>1.7</b>	<b>0.3</b>	<b>10.6</b>	<b>51.3</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51.0
<b>БАТОН</b>		<b>20</b>	<b>1.5</b>	<b>0.6</b>	<b>10.3</b>	<b>52.4</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52.4
			<b>24.2</b>	<b>21.1</b>	<b>65.1</b>	<b>552.1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ</b>		<b>120/13</b>	<b>21.9</b>	<b>14.3</b>	<b>28.7</b>	<b>336.3</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,8	9,9	3,3	185.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
МАННАЯ	7,7	7,7	0,8	0,1	5,2	24.5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24.4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13.9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16.0
ДЖЕМ	13	13	0,1	0	9,2	35.8
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		<b>180</b>	<b>5.3</b>	<b>4.6</b>	<b>8.8</b>	<b>99.0</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,3	4,6	8,8	99.0
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>80</b>	<b>0.3</b>	<b>0.3</b>	<b>7.8</b>	<b>37.6</b>
ЯБЛОКИ	90,91	80	0,3	0,3	7,8	37.6
			<b>27.5</b>	<b>19.2</b>	<b>45.3</b>	<b>472.9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66.0</b>	<b>54.6</b>	<b>158.0</b>	<b>1,391.1</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4.2	4.1	9.5	91.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,4	0,6	9,5	48,3
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	13,07	11,88	2,8	3,5	0	43,2
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3.7	5.5	21.8	152.5
РИС	21,7	21,4	1,5	0,2	15,3	69,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,9	52,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,2	79,2	2,2	1,9	3,7	41,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2.9	2.3	10.5	75.9
КАКАО-ПОРОШОК	2,24	2,24	0,5	0,3	0,2	6,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,3	97,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
			<b>10.8</b>	<b>11.9</b>	<b>41.8</b>	<b>319.9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30		0.4	1.7	2.8	28.2
МОРКОВЬ	28,8	21,6	0,3	0	1,5	7,4
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,1	0,1	1,3	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		4.6	5.0	5.4	87.6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	25,71	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	21,11	19	3,4	2,9	0	40,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30		14.4	8.9	2.3	167.4
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	85,56	79,57	13,8	2,8	0	98,1

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43.6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7.8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,6	22,6	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>110</b>	<b>3,9</b>	<b>4.1</b>	<b>24.6</b>	<b>150.7</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36	3,9	0,5	24,6	118.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32.7
<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b>		<b>150</b>			<b>15.9</b>	<b>63.6</b>
СОК С 4 МЕС персиковый	150	150	0	0	15,9	63.6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1.3</b>	<b>0.2</b>	<b>8.5</b>	<b>41.0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40.8
			<b>24.6</b>	<b>19.9</b>	<b>59.5</b>	<b>538.5</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ</b>		<b>50</b>	<b>6.5</b>	<b>3.9</b>	<b>4.3</b>	<b>77.6</b>
САЙДА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	47,22	34	5,2	0,2	0	22.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3	0,4	0,2	2,6	13.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4.2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6	0,2	0,2	0,4	4.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9.4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0.0
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>110</b>	<b>2.3</b>	<b>3.8</b>	<b>15.6</b>	<b>105.8</b>
КАРТОФЕЛЬ	134	93,9	1,8	0,4	14,8	70.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,9	16,9	0,5	0,4	0,8	8.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>		<b>150</b>	<b>0.6</b>	<b>0.3</b>	<b>14.2</b>	<b>72.8</b>
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА	18	18	0,6	0,3	8,4	49.6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0.0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1.0</b>	<b>0.2</b>	<b>6.4</b>	<b>30.5</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30.6
<b>ВАФЛИ</b>		<b>20</b>	<b>0.6</b>	<b>0.7</b>	<b>15.5</b>	<b>70.8</b>
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20	0,6	0,7	15,5	70.8
<b>БАНАН</b>		<b>70</b>	<b>1.1</b>	<b>0.4</b>	<b>14.8</b>	<b>67.6</b>
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67.2
			<b>12.1</b>	<b>9.3</b>	<b>70.8</b>	<b>425.1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51.0</b>	<b>44.2</b>	<b>177.7</b>	<b>1,354.1</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35		1.5	3.4	18.8	110.1
ДЖЕМ	13,2	13,2	0,1	0	9,3	36,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	19	1,4	0,6	9,5	48,3
КАША "ДРУЖБА"	150		4.5	5.4	16.7	133.7
РИС	5	5	0,4	0,1	3,6	16,2
ПШЕНО	7,5	7,4	0,9	0,2	5	25,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	2,7	5,2	59,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170		2.4	2.0	10.9	71.7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,7	89,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82	82	2,3	2	3,8	43,0
			<b>8.4</b>	<b>10.8</b>	<b>46.4</b>	<b>315.5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0.6	2.9	3.2	41.7
СВЕКЛА	49	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4.4	5.1	10.0	105.8
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ	21,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		10.9	9.0	6.2	149.5

КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	74,31	53,5	9,7	8,3	0	114.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,3	5,5	27.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	7.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
<b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>		<b>120</b>	<b>1.8</b>	<b>1.9</b>	<b>8.2</b>	<b>64.6</b>
МОРКОВЬ	57	44,2	0,6	0	2,9	15.0
РЕПА	24,6	18,2	0	0	0	0.0
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	14,8	9,6	0,3	0	0,6	3.7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2	0,3	0	0,9	5.2
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5.0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	1,9	0,5	26.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b>		<b>150</b>			<b>16.5</b>	<b>64.5</b>
СОК С 4 МЕС персиковый	150	150	0	0	15,9	63.6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1.3</b>	<b>0.2</b>	<b>8.5</b>	<b>40.8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40.8
<b>БАТОН</b>		<b>25</b>	<b>1.9</b>	<b>0.7</b>	<b>12.9</b>	<b>65.5</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65.5
			<b>20.9</b>	<b>19.8</b>	<b>65.5</b>	<b>532.4</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>		<b>30</b>	<b>0.2</b>		<b>0.8</b>	<b>4.2</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,2	0	0,8	4.2
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b>		<b>110</b>	<b>11.9</b>	<b>11.4</b>	<b>10.2</b>	<b>190.7</b>
ГОВЯДИНА ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ	64,4	57,9	10,5	9	0	122.4
КАРТОФЕЛЬ	83,8	58,7	1,2	0,2	9,3	43.8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,7	7,3	0,1	0	0,6	2.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20.1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
<b>НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ</b>		<b>150</b>	<b>0.1</b>		<b>6.6</b>	<b>28.8</b>
КЛЮКВА	21,2	20,8	0,1	0	0,8	5.6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1.3</b>	<b>0.2</b>	<b>8.5</b>	<b>40.8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40.8
<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>		<b>25</b>	<b>1.9</b>	<b>2.5</b>	<b>18.6</b>	<b>104.3</b>
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104.3
<b>ГРУША</b>		<b>70</b>	<b>0.3</b>	<b>0.2</b>	<b>7.2</b>	<b>33.1</b>
ГРУША	77,8	70	0,3	0,2	7,2	32.9
			<b>15.7</b>	<b>14.3</b>	<b>51.9</b>	<b>401.9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48.5</b>	<b>48.0</b>	<b>169.4</b>	<b>1,320.4</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,3	5,1	19,8	144,0
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,2	48,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,8	75,8	2,1	1,8	3,5	39,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		165	2,5	2,0	11,3	73,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	6,4	6,4	0	0	6,2	24,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,5	82,5	2,3	2	3,9	43,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
БАТОН		25	1,9	0,8	12,8	65,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			<b>11,2</b>	<b>10,1</b>	<b>44,0</b>	<b>313,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3,5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,6</b>	<b>70,6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,7	6,2	4,9	78,0
КАРТОФЕЛЬ	49	29,4	0,6	0,1	4,7	21,9
ЛУК ЗЕЛЕНый	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,3	6,3	0	6,1	0	54,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	4,7	2,0	19,3	113,1
КАРТОФЕЛЬ	42,86	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛый	12,06	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8	40,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ		60	9,4	10,5	6,6	158,2
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,8	6,8	0,5	0,2	3,4	17,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,3	10,3	0,3	0,3	0,5	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24,8	20,5	0,3	0	1,6	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,3	1,7	0,1	0	0,1	0,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,7	1,7	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>		<b>110</b>	<b>1,7</b>	<b>4,0</b>	<b>11,2</b>	<b>88,0</b>
СВЕКЛА	154,7	119,9	1,7	0,1	10,3	48,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА</b>		<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>17,3</b>	<b>73,8</b>
ЧЕРНОСЛИВ	18,8	18,8	0,4	0,1	10,5	46,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>41,0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>18,2</b>	<b>23,0</b>	<b>67,8</b>	<b>552,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ</b>		<b>30</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>3,9</b>
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>60</b>	<b>8,4</b>	<b>2,8</b>	<b>4,5</b>	<b>75,5</b>
САЙДА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	62,5	45	7	0,3	0	30,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,64	0,7	0,6	0	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b>		<b>130</b>	<b>2,5</b>	<b>4,8</b>	<b>17,0</b>	<b>121,7</b>
КАРТОФЕЛЬ	131,2	91,9	1,7	0,4	14,6	68,7
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8	0,5	0,4	0,8	8,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>150</b>			<b>16,5</b>	<b>64,5</b>
СОК С 4 МЕС яблочный	150	150	0	0	15,9	63,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,7</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАНАН СВЕЖИЙ</b>		<b>70</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>14,7</b>	<b>67,2</b>
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67,2
			<b>13,5</b>	<b>8,3</b>	<b>61,7</b>	<b>373,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,4</b>	<b>44,5</b>	<b>179,1</b>	<b>1,309,5</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0.9	1.5	1.8	24.3
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	11,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		8.5	12.5	2.0	153.6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	1	0,9	1,6	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	175		2.6	2.1	10.8	73.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,4	92,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,4	89,4	2,5	2,1	4,2	46,9
БАТОН	25		1.8	0.7	12.3	62.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
			<b>13.8</b>	<b>16.8</b>	<b>26.9</b>	<b>314.4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0.3		1.0	5.6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,3	39,9	0,3	0	1	5,6
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5		5.7	6.5	5.0	105.0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,5	0	0,9	6,7
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,6	0,6	0	0	0,1	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	26,67	24	4,4	3,7	0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ	55		8.7	10.3	1.9	133.6
КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	52,78	38	6,9	5,9	0	81,1

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b>		<b>120</b>	<b>2,7</b>	<b>3,2</b>	<b>10,8</b>	<b>82,8</b>
МОРКОВЬ	34,1	26,4	0,3	0	1,7	8,9
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,4	0,1	2,8	13,5
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,1	26,4	0,5	0	1,2	7,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,5	0,1	3,3	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b>		<b>150</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>16,3</b>	<b>67,0</b>
ЯБЛОКИ	25,6	22,5	0,1	0,1	2,1	10,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,5	8,5	0	0	6,4	25,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>БАТОН</b>		<b>25</b>	<b>1,7</b>	<b>0,7</b>	<b>11,6</b>	<b>59,0</b>
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,5	22,5	1,7	0,7	11,6	59,0
			<b>20,5</b>	<b>21,0</b>	<b>55,1</b>	<b>493,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>110</b>	<b>10,0</b>	<b>9,3</b>	<b>7,8</b>	<b>154,4</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	89,4	71,5	1,3	0,1	3,3	19,4
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	49,56	44,6	8,1	6,9	0	94,3
РИС	5,1	5	0,4	0,1	3,6	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11	0,2	0	0,9	4,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>		<b>50</b>	<b>5,2</b>	<b>3,2</b>	<b>18,2</b>	<b>122,3</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5	2	0,3	13,2	63,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,9	5,9	0,2	0,1	0,3	3,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14	14	2,4	1,3	0,4	23,0
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,5
<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>		<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,0</b>	<b>54,0</b>
ИЗЮМ	11,3	11,3	0,3	0,1	7,2	30,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,8	174,8	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>30,5</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
<b>ЯБЛОКО</b>		<b>70</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>6,9</b>	<b>33,1</b>
ЯБЛОКИ	79,5	70	0,3	0,3	6,9	32,9
			<b>16,8</b>	<b>13,1</b>	<b>52,3</b>	<b>394,3</b>

<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>54.6</b>	<b>54.0</b>	<b>139.9</b>	<b>1,273.1</b>
-----------------------	-------------	-------------	--------------	----------------

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4.5	4.1	12.5	105.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63.5
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	13,07	11,88	2,7	3,4	0	41.9
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150		4.4	5.9	22.1	160.1
МАННАЯ	22,9	22,9	2,3	0,2	15,7	73.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,7	76,7	2,1	1,8	3,6	40.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35.6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2.7	2.1	11.6	77.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,1	2,1	0,2	0	1,1	5.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	89,7	89,7	2,5	2,1	4,2	46.9
САХАР ПЕСОК	6,5	6,5	0	0	6,3	25.1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0.0
			<b>11.6</b>	<b>12.1</b>	<b>46.2</b>	<b>342.7</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70.6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30		0.3	0.1	1.1	7.2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,51	30,2	0,3	0,1	1,1	7.2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4.8	5.8	7.3	105.0
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9.8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3.3
КАРТОФЕЛЬ	16,1	12	0,2	0	1,9	8.9
МОРКОВЬ	9,5	7,5	0,1	0	0,5	2.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2.4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4.5
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0.0
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	21,11	19	3,4	2,9	0	40.2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16.7
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50		9.3	0.4	0.3	41.7
ТРЕСКА ФИЛЕ	62,35	60	9,3	0,4	0	40.2
МОРКОВЬ	2,6	2	0	0	0,1	0.7

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
<b>СОУС ПОЛЬСКИЙ</b>		<b>15</b>	<b>0,9</b>	<b>9,1</b>	<b>0,1</b>	<b>85,4</b>
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,5	10,5	0,1	8,4	0,1	76,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>		<b>130</b>	<b>2,7</b>	<b>4,3</b>	<b>18,6</b>	<b>123,6</b>
КАРТОФЕЛЬ	147,9	110,8	2,1	0,4	17,6	82,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,8	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b>		<b>150</b>				<b>64,5</b>
СОК С 4 МЕС персиковый	150	150	0	0	15,9	63,6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>25</b>	<b>1,7</b>	<b>0,3</b>	<b>10,6</b>	<b>50,9</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>19,7</b>	<b>20,0</b>	<b>38,0</b>	<b>478,3</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ</b>		<b>120/13</b>	<b>21,9</b>	<b>14,2</b>	<b>25,7</b>	<b>322,6</b>
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,4	113,4	19,8	9,9	3,3	185,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАННАЯ	7,7	7,7	0,8	0,1	5,2	24,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,8	4,8	0,6	0	2,9	13,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ДЖЕМ	13	13	0,1	0	9,2	35,8
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		<b>180</b>	<b>5,3</b>	<b>4,6</b>	<b>8,8</b>	<b>99,0</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,3	4,6	8,8	99,0
<b>ГРУША</b>		<b>70</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,2</b>	<b>32,9</b>
ГРУША	77,78	70	0,3	0,2	7,2	32,9
			<b>27,5</b>	<b>19,0</b>	<b>41,7</b>	<b>454,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,3</b>	<b>54,2</b>	<b>131,5</b>	<b>1,346,1</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1.9	4.8	13.0	102.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26	26	1,9	0,8	13	66.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36.3
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150		4.9	6.1	19.9	154.5
ГЕРКУЛЕС (ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ)	22,4	22,4	2,7	1,4	13,4	76.4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,2	51,2	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,1	79,1	2,2	1,9	3,7	41.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25.4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	170		2.6	2.1	12.6	80.3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,7	89,7	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0	0	8,2	32.9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	86,9	86,9	2,4	2,1	4,1	45.5
			<b>9.4</b>	<b>13.0</b>	<b>45.5</b>	<b>337.2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70.6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30		0.2		0.8	4.2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,3	30	0,2	0	0,8	4.2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		4.0	2.9	12.2	90.9
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,9	0,2	7,1	33.7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19.7
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0.0
КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	17	12,24	2,2	1,9	0	26.1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0.5
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60		12.9	7.2	2.2	139.3
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	81,6	67,2	11,6	2,4	0	82.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2.4
МОРКОВЬ	13,2	8	0,1	0	0,6	2.7
КАРТОФЕЛЬ	8	6	0,1	0	1	4.5

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26.1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
<b>ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ</b>		<b>130</b>	<b>2.8</b>	<b>4.1</b>	<b>13.5</b>	<b>103.5</b>
КАРТОФЕЛЬ	86,67	52	1	0,2	8,2	38.8
МОРКОВЬ	46,2	35,8	0,5	0	2,4	12.1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,4	26,7	0,5	0	1,3	7.3
РЕПА	23,78	17,6	0	0	0	0.0
ЗЕЛЕНЬИЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	27,1	17,6	0,5	0	1,1	6.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,8	9,8	0,3	0,2	0,5	5.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33.4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0.0
<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b>		<b>150</b>			<b>15.4</b>	<b>61.7</b>
СОК С 4 МЕС персиковый	150	150	0	0	15,4	61.7
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>25</b>	<b>1.6</b>	<b>0.2</b>	<b>10.2</b>	<b>49.0</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,6	0,2	10,2	49.0
			<b>21.5</b>	<b>14.4</b>	<b>54.3</b>	<b>448.6</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ</b>		<b>40</b>	<b>4.9</b>	<b>4.5</b>	<b>0.3</b>	<b>61.3</b>
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61.3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300	300	0	0	0	0.0
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ</b>		<b>40/30</b>	<b>5.5</b>	<b>6.4</b>	<b>2.7</b>	<b>90.6</b>
КАРТОФЕЛЬ	12	8,4	0,2	0	1,4	6.3
СВЕКЛА	7,74	6	0,1	0	0,5	2.4
МОРКОВЬ	5,16	4	0,1	0	0,3	1.4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6	6	0	0	0,1	0.8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	6	6	0,1	0	0,2	1.4
ЛУК ЗЕЛЕНЬИЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1.2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34.9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0.0
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	62,5	30	4,9	2,5	0	42.2
<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b>		<b>50</b>	<b>5.0</b>	<b>1.8</b>	<b>28.1</b>	<b>147.6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124.7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4.9
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,8	0	7.0
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b>		<b>150</b>	<b>0.1</b>		<b>11.1</b>	<b>46.6</b>
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42.6
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1.3</b>	<b>0.2</b>	<b>8.5</b>	<b>40.8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40.8
<b>БАНАН</b>		<b>70</b>	<b>1.1</b>	<b>0.4</b>	<b>14.8</b>	<b>67.6</b>
БАНАН	100	70	1,1	0,4	14,7	67.2
			<b>17.9</b>	<b>13.3</b>	<b>65.5</b>	<b>454.5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52.3</b>	<b>43.8</b>	<b>170.9</b>	<b>1,310.9</b>

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1.8	3.9	12.5	92.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,8	0,7	12,5	63.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		3.8	5.1	22.3	151.0
РИС	22,5	22,2	1,6	0,2	15,9	71.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,4	51,4	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79,2	79,2	2,2	1,9	3,7	41.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8	0	0	2,7	10.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26.9
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2.9	2.3	11.0	77.9
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,5	0,3	0,2	6.3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			<b>8.5</b>	<b>11.3</b>	<b>45.8</b>	<b>321.4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ	125		3.5	3.1	5.6	70.6
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70.6
			<b>3.5</b>	<b>3.1</b>	<b>5.6</b>	<b>70.6</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0.4	1.9	2.4	29.1
СВЕКЛА	36,8	28,5	0,4	0	2,4	11.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0.0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10		3.8	4.8	10.2	104.7
КАРТОФЕЛЬ	64,29	45	0,9	0,2	7,1	33.7
ПЕРЛОВАЯ	3,03	3	0,3	0	1,9	9.2
МОРКОВЬ	7,74	6	0,1	0	0,4	2.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1.2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0.0
КУРА ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,52	2,1	1,8	0	24.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		11.1	12.0	21.4	238.4
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	52,22	47	8,4	7,3	0	99.4

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18.8
КАРТОФЕЛЬ	202,4	121,2	2,3	0,5	19,2	90.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,5	9,5	0,1	0	0,8	3.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1	0	1,1	0	9.6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3	0,3	0	1,4	6.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150			15.9	63.6
СОК С 4 МЕС яблочный	150	150	0	0	15,9	63.6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1.3	0.2	8.5	40.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40.8
			<b>16.6</b>	<b>18.9</b>	<b>58.4</b>	<b>476.7</b>
<b>Полдник</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0.3	0.1	1.1	7.2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,51	30,2	0,3	0,1	1,1	7.2
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		110	5.6	7.0	21.4	171.5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	29,8	29,8	3,2	0,4	20,4	97.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10.9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,1	1,9	1,8	0,1	24.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,8	17,8	0,5	0,4	0,9	9.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0.0
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0.1		7.6	32.7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,8	182,8	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
КЛЮКВА	21,3	20,8	0,1	0	0,8	5.6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1.0	0.2	6.4	30.6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30.6
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6.2	3.8	21.7	145.1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	17	81.0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1.8
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0.5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0.0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15,9	15,7	2,7	1,4	0,5	25.7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5.8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2.4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7.0
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0	0	0	0.0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,7	0,7	0,1	0	0,5	2.2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1	0	0,1	0	0.9
ГРУША		70	0.3	0.2	7.2	32.9
ГРУША	77,78	70	0,3	0,2	7,2	32.9
			<b>13.5</b>	<b>11.3</b>	<b>65.4</b>	<b>420.0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42.1</b>	<b>44.6</b>	<b>175.2</b>	<b>1,288.7</b>