

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,0	7,4	19,7	165,3
КРУПА МАННАЯ	15	15	1.5	0.2	10.3	47,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3.4	3.7	5.4	69,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,9	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40.25	4.9	4.5	0.3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,3		10,3	42,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1.4	1.4	0.3	0	0.6	3,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>13,2</b>	<b>20,4</b>	<b>32,3</b>	<b>447,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10		4,7	8,3	11,6	139,6
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0.2	7.6	35,9
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0.2	0	0.3	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
КРУПА РИСОВАЯ	3	2.97	0.2	0	2.1	9,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40		11,9	7,0	4,4	128,9
ГОВЯДИНА Б/К	80	72	11.2	7	0	107,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0.2	0	1.4	6,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16.8	0.2	0	1.4	6,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0.1	0	0.6	3,0
МОРКОВЬ	20	15	0.2	0	1	5,1

ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ		120	5,0	4,1	30,8	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4.9	0.6	30.7	147,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	0,8	1,9	4,6	39,1
СВЕКЛА	60	45	0.7	0	3.9	18,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО		180			19,3	77,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	25	25	0	0	19.3	77,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>26,4</b>	<b>22,3</b>	<b>90,1</b>	<b>702,2</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК		150	4,1	3,7	16,0	113,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4.1	3.7	16	113,5
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1.9	2.5	18.6	104,3
			<b>6,0</b>	<b>6,2</b>	<b>34,6</b>	<b>217,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,2</b>	<b>49,0</b>	<b>169,6</b>	<b>1 421,2</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10		2,2	2,8		34,9
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	10	9.6	2.2	2.8	0	34,9
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150		22,0	14,7	18,3	291,8
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	120	120	18.6	10.5	3.5	182,7
КРУПА МАННАЯ	14	14	1.4	0.1	9.6	44,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16.1	1.9	1.8	0.1	24,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0.1	0.8	0.2	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		1,4	1,6	10,8	63,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1.4	1.6	10.8	63,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,5	3,6	14,6	105,3
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0.7	0.5	0.3	8,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	25		1,8	0,8	1,3	70,3
БАТОН БЕЛЫЙ	25	25	1.8	0.8	1.3	70,3
			<b>30,9</b>	<b>23,5</b>	<b>45,0</b>	<b>565,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,5	0,5	12,9	62,0
ЯБЛОКИ	150	132	0.5	0.5	12.9	62,0
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,9</b>	<b>62,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	200/10		4,4	6,8	9,6	117,3
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	20	13	0.4	0	0.8	5,0
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0.2	7.6	35,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	200		12,9	9,9	19,0	217,8
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	8.3	5.2	0	80,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	130	104	1.8	0.1	4.8	28,2
КРУПА РИСОВАЯ	15	14.85	1	0.1	10.7	48,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2.1	0	19,3

МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15.2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0.1	0	0.4	1.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0.2	0	1.4	6.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8.05	1	0.9	0.1	12.2
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,2	6,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49	0.4	0	1.2	6.9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81.5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56.3
			<b>21,7</b>	<b>17,7</b>	<b>58,9</b>	<b>518,5</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5.6	8.2	104.8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		70	7,0	6,3	34,4	222,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42	4.4	0.5	28.5	136.1
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12.8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16.1	1.9	1.8	0.1	24.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0.1	0	0	0,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0.6	0.6	0.9	11.6
			<b>12,0</b>	<b>11,9</b>	<b>42,6</b>	<b>327,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,1</b>	<b>53,6</b>	<b>159,4</b>	<b>1 473,9</b>

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200		6,4	8,4	27,7	211,8
КРУПА РИСОВАЯ	10	9.9	0.7	0.1	7.1	32,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4.4	6.4	81,5
ПШЕНО	15	14.85	1.6	0.4	10.2	50,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,0	3,1	15,4	101,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0.2	0	1.1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>12,4</b>	<b>20,0</b>	<b>45,1</b>	<b>492,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10		4,7	8,2	8,4	125,7
СВЕКЛА	40	30	0.5	0	2.5	12,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0.4	0	1.1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0.4	0.1	2.8	13,5
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0.1	0	0.4	1,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80		13,9	3,4	2,9	98,0
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	120	86.4	13.4	0.5	0	57,8
МОРКОВЬ	30	22.5	0.3	0	1.6	7,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0.1	0	0.6	3,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>150</b>		<b>3,4</b>	<b>5,2</b>	<b>19,0</b>	<b>136,1</b>
КАРТОФЕЛЬ	180	108	2.1	0.4	17.1	80,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40	1.2	1.3	1.8	23,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>	<b>50</b>		<b>0,4</b>		<b>1,2</b>	<b>6,9</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49	0.4	0	1.2	6,9
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b>	<b>180</b>		<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>13,0</b>	<b>54,7</b>
ЯБЛОКИ	40	35.2	0.1	0.1	3.3	16,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>40</b>		<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>18,4</b>	<b>81,5</b>
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
			<b>25,0</b>	<b>17,3</b>	<b>62,9</b>	<b>502,9</b>
<b>Полдник</b>						
<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК</b>	<b>150</b>		<b>4,1</b>	<b>3,7</b>	<b>16,0</b>	<b>113,5</b>
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4.1	3.7	16	113,5
<b>ПРЯНИК</b>	<b>25</b>		<b>1,5</b>	<b>1,2</b>	<b>18,8</b>	<b>91,5</b>
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	25	25	1.5	1.2	18.8	91,5
			<b>5,6</b>	<b>4,9</b>	<b>34,8</b>	<b>205,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>43,6</b>	<b>42,3</b>	<b>155,4</b>	<b>1 254,0</b>

# МЕНЮ

## Сад 10 часов

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12		2,6	3,4		41,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12	11.5	2.6	3.4	0	41,8
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ " ГЕРКУЛЕС"	200		6,5	9,1	22,4	197,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2.4	1.2	12	68,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4.4	6.4	81,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2		10,2	41,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1.2	1.2	0.2	0	0.5	2,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>12,2</b>	<b>13,7</b>	<b>34,5</b>	<b>393,3</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140		0,5	0,5	12,1	57,9
ЯБЛОКИ	140	123.2	0.5	0.5	12.1	57,9
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>57,9</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ОТВАРНОЙ	200/30		7,0	5,3	10,7	118,4
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	50	36	5.6	0.2	0	24,1
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1.2	0.2	9.5	44,8
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/80		24,7	9,4	1,0	216,3
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	150	139.5	24.3	5	0	171,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0.1	0	0.6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2.9	0	26,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ	120		3,1	3,9	32,1	176,0
КРУПА РИСОВАЯ	45	44.55	3	0.4	32	143,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	0,8	1,9	4,6	39,1
СВЕКЛА	60	45	0.7	0	3.9	18,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>39,6</b>	<b>21,5</b>	<b>77,5</b>	<b>726,3</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	5,6	8,2	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5.6	8.2	104,8
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		90	10,6	8,9	37,3	270,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4.8	0.6	30.6	145,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16.1	1.9	1.8	0.1	24,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0.1	0	0	0,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0.6	0.6	0.9	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0.1	0.8	0.2	7,7
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	20	20	3.1	1.7	0.6	30,5
			<b>15,6</b>	<b>14,5</b>	<b>45,5</b>	<b>375,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>67,9</b>	<b>50,2</b>	<b>169,6</b>	<b>1 552,9</b>

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		6,5	7,6	25,1	194,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29.7	3.6	1	16.5	88,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,0	3,1	15,4	101,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0.2	0	1.1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>12,5</b>	<b>19,2</b>	<b>42,5</b>	<b>475,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	200/10		4,3	6,8	10,3	119,7
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0.7	0.1	5.7	26,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0.6	0.1	3.4	16,4
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		11,1	9,1	6,3	181,7
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	8.3	5.2	0	80,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2.9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4.03	0.5	0.5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1.1	0	4.8	23,2
БАТОН БЕЛЫЙ	15	15	1.1	0.5	0.8	42,2

КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	2,7	3,6	7,9	76,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170	136	2.3	0.1	6.2	37,0
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0.1	0	0.4	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,2	6,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49	0.4	0	1.2	6,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	13,0	54,7
ЯБЛОКИ	40	35.2	0.1	0.1	3.3	16,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>22,6</b>	<b>20,6</b>	<b>58,1</b>	<b>577,6</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК		150	4,1	3,7	16,0	113,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4.1	3.7	16	113,5
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,8	2,4	18,0	101,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1.8	2.4	18	101,2
			<b>5,9</b>	<b>6,1</b>	<b>34,0</b>	<b>214,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>41,6</b>	<b>46,0</b>	<b>147,2</b>	<b>1 321,2</b>

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		8,4	9,2	1,8	122,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60.38	7.5	6.7	0.4	92,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0.9	1	1.4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30		1,0	0,1	1,9	12,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	48	31.2	1	0.1	1.9	12,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2		10,2	41,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1.2	1.2	0.2	0	0.5	2,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>12,6</b>	<b>17,8</b>	<b>15,9</b>	<b>354,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10		4,8	6,8	8,4	113,9
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0.4	0	1.1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0.6	0.1	4.8	22,4
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	20	13	0.4	0	0.8	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80		15,0	4,4	5,6	150,7
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	110	79.2	12.3	0.5	0	53,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2.9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4.03	0.5	0.5	0	6,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1.1	0	4.8	23,2
БАТОН БЕЛЫЙ	15	15	1.1	0.5	0.8	42,2

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	1,8	3,9	14,4	99,3
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1.7	0.4	14.3	67,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	0,8	1,9	4,6	39,1
СВЕКЛА	60	45	0.7	0	3.9	18,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>26,4</b>	<b>18,0</b>	<b>62,1</b>	<b>579,5</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК		150	4,1	3,7	16,0	113,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4.1	3.7	16	113,5
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1.9	2.5	18.6	104,3
			<b>6,0</b>	<b>6,2</b>	<b>34,6</b>	<b>217,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>45,6</b>	<b>42,1</b>	<b>125,2</b>	<b>1 205,8</b>

# МЕНЮ

## Сад 10 часов

### ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11		2,4	3,1		38,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10.6	2.4	3.1	0	38,6
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150		25,4	18,1	21,3	350,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1.8	0.2	12.2	58,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16.1	1.9	1.8	0.1	24,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3.9	0	34,9
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	140	140	21.7	12.2	4.1	213,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		1,4	1,6	10,8	63,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1.4	1.6	10.8	63,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,3	3,4	14,5	102,5
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0.5	0.3	0.2	5,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>35,4</b>	<b>27,4</b>	<b>48,5</b>	<b>667,5</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,5	0,4	13,9	63,5
ГРУША	150	135	0.5	0.4	13.9	63,5
			<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,9</b>	<b>63,5</b>
<b>Обед</b>						
ДОМАШНИЙ РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/20		6,5	7,1	11,6	134,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21.6	4.6	0.5	0	21,7
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0.2	7.6	35,9
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
КРУПА РИСОВАЯ	3	2.97	0.2	0	2.1	9,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0.2	0	0.3	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/30		10,3	6,2	3,3	140,7
ГОВЯДИНА Б/К	60	54	8.3	5.2	0	80,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0.2	0	1.4	6,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0.1	0	0.4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4.03	0.5	0.5	0	6,1
БАТОН БЕЛЫЙ	15	15	1.1	0.5	0.8	42,2
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>		<b>120</b>	<b>5,0</b>	<b>4,8</b>	<b>22,0</b>	<b>150,4</b>
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39.6	4.9	1.3	21.9	118,3
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>		<b>50</b>	<b>0,4</b>		<b>1,2</b>	<b>6,9</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49	0.4	0	1.2	6,9
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>13,3</b>	<b>55,1</b>
ГРУША	40	36	0.1	0.1	3.6	16,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		<b>40</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>18,4</b>	<b>81,5</b>
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>1,0</b>	<b>56,3</b>
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>26,3</b>	<b>19,2</b>	<b>70,8</b>	<b>625,3</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		<b>180</b>	<b>5,0</b>	<b>5,6</b>	<b>8,2</b>	<b>104,8</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5.6	8.2	104,8
<b>БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"</b>		<b>70</b>	<b>6,1</b>	<b>5,5</b>	<b>39,5</b>	<b>231,2</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4.2	0.5	27.2	129,6
ДРОЖЖИ	1	1	0.1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1.5	1.5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8.05	1	0.9	0.1	12,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0.2	0.1	6.4	27,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0.6	0.6	0.9	11,6
			<b>11,1</b>	<b>11,1</b>	<b>47,7</b>	<b>336,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>73,3</b>	<b>58,1</b>	<b>180,9</b>	<b>1 692,3</b>

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
БИТОЧКИ МАННЫЕ	150		9,5	8,8	39,1	272,5
КРУПА МАННАЯ	40	40	4	0.4	27.4	127,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0.7	0	3	14,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16.1	1.9	1.8	0.1	24,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,0	3,1	15,4	101,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0.2	0	1.1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>15,5</b>	<b>20,4</b>	<b>56,5</b>	<b>553,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	200/10		8,2	7,0	16,2	161,0
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2.8	1.7	0	26,9
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0.7	0.1	5.7	26,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19.9	4.5	0.3	9.3	57,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
РАГУ С ПТИЦЕЙ	200		10,3	4,7	14,4	139,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	7.6	0.9	0	36,3
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1.2	0.2	9.5	44,8
МОРКОВЬ	20	15	0.2	0	1	5,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0.1	0	0.6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0.1	2.5	15,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50		0,4		1,2	6,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49		0.4	0	1.2	6,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180				9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10		0	0	9.7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14		0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40		2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40		2.5	0.4	18.4	81,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20		1,5	0,6	1,0	56,3
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20		1.5	0.6	1	56,3
				<b>22,9</b>	<b>12,7</b>	<b>60,9</b>	<b>484,2</b>
<b>Полдник</b>							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40		4,9	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40.25		4.9	4.5	0.3	61,3
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК		150		4,1	3,7	16,0	113,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150		4.1	3.7	16	113,5
ПРЯНИКИ		25		1,5	1,2	18,2	88,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	25	25		1.5	1.2	18.2	88,8
				<b>10,5</b>	<b>9,4</b>	<b>34,5</b>	<b>263,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>				<b>49,5</b>	<b>42,6</b>	<b>164,5</b>	<b>1 354,6</b>

**МЕНЮ****Сад 10 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12		2,6	3,4		41,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12	11,5	2,6	3,4	0	41,8
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,7	8,1	28,2	209,0
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	3,5	0,1	32,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4,4	6,4	81,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2		10,2	41,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,2	1,2	0,2	0	0,5	2,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2,9	1,2	1,9	112,5
			<b>11,4</b>	<b>12,7</b>	<b>40,3</b>	<b>404,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,5	0,4	13,9	63,5
ГРУША	150	135	0,5	0,4	13,9	63,5
			<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,9</b>	<b>63,5</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200/10		4,2	6,8	10,7	121,2
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	2,8	1,7	0	26,9
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	80		13,1	5,0	6,0	137,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	50,4	10,6	1,3	0	50,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
БАТОН БЕЛЫЙ	10	10	0,8	0,3	0,5	28,1
РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	120		4,4	4,0	27,5	163,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	3,5	0,1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50		0,8	1,9	4,6	39,1

СВЕКЛА	60	45	0.7	0	3.9	18,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>	<b>180</b>		<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>13,3</b>	<b>55,1</b>
ГРУША	40	36	0.1	0.1	3.6	16,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>40</b>		<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>18,4</b>	<b>81,5</b>
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b>	<b>20</b>		<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>1,0</b>	<b>56,3</b>
БАТОН БЕЛЫЙ	20	20	1.5	0.6	1	56,3
			<b>26,6</b>	<b>18,8</b>	<b>81,5</b>	<b>654,1</b>
<b>Полдник</b>						
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>	<b>180</b>		<b>5,0</b>	<b>5,6</b>	<b>8,2</b>	<b>104,8</b>
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180	5	5.6	8.2	104,8
<b>БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"</b>	<b>70</b>		<b>8,7</b>	<b>6,8</b>	<b>33,3</b>	<b>228,6</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4.2	0.5	27.2	129,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4.9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1.5	0	12,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8.05	1	0.9	0.1	12,2
ДРОЖЖИ	1	1	0.1	0	0	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1.5	1.5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	0.3	0.5	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1.9	0	17,5
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	20	20	3.1	1.7	0.6	30,5
			<b>13,7</b>	<b>12,4</b>	<b>41,5</b>	<b>333,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,2</b>	<b>44,3</b>	<b>177,2</b>	<b>1 455,9</b>

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**  
**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,1	7,3	0,1	66,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0.1	7.3	0.1	66,2
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		6,8	8,6	27,3	213,6
ПШЕНО	25	24.75	2.7	0.7	16.9	84,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3.9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	140	140	4	4.4	6.4	81,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,0	3,1	15,4	101,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0.2	0	1.1	4,9
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2.8	3.1	4.6	58,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	40		2,9	1,2	1,9	112,5
БАТОН БЕЛЫЙ	40	40	2.9	1.2	1.9	112,5
			<b>12,8</b>	<b>20,2</b>	<b>44,7</b>	<b>494,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125		0,6	0,1	12,6	53,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	125	0.6	0.1	12.6	53,8
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/20		6,4	7,0	7,8	118,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21.6	4.6	0.5	0	21,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0.7	0	1.8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	40	24	0.5	0.1	3.8	17,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4.9	0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0.3	1.5	0.4	15,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0.1	0	0.6	3,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200		9,4	8,3	18,4	185,8
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	7	4.4	0	67,2
КАРТОФЕЛЬ	180	108	2.1	0.4	17.1	80,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0.1	3.5	0.1	32,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МОРКОВЬ	10	7.5	0.1	0	0.5	2,5
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,2	6,9

ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50	49.49	0.4	0	1.2	6,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	14	14	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,5	0,4	18,4	81,5
ХЛЕБ СЛОБОДА	40	40	2.5	0.4	18.4	81,5
			<b>18,7</b>	<b>15,7</b>	<b>55,5</b>	<b>431,1</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК		150	4,1	3,7	16,0	113,5
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	150	150	4.1	3.7	16	113,5
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,8	2,4	18,0	101,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1.8	2.4	18	101,2
			<b>5,9</b>	<b>6,1</b>	<b>34,0</b>	<b>214,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,0</b>	<b>42,1</b>	<b>146,8</b>	<b>1 193,7</b>