

МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	7,3	6,9	35,9	235,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	40	40	4,5	0,5	26,4	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%		20/5	1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,9	23,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			13,9	15,7	54,1	413,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ		100	0,9	0,2	8,1	43,0
Яблоки	142,8	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			0,9	0,2	8,1	43,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		180	4,3	3,3	14,9	106,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,6	14,4	3,2	0,2	6,7	41,8
КАРТОФЕЛЬ	75	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130/5	7,3	6,6	33,2	221,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,8	59,8	7,3	1,9	33,1	178,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,4	88,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0

СОУС ТОМАТНЫЙ №348		20	0,3	1,0	1,5	15,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		70	10,8	3,3	6,2	98,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	67,2	59,5	9,2	0,5	0	41,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	11,4	0,2	0	0,9	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,3	5,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,5	0,3	0,3	0	3,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,8	8,8	1,2	0	5,2	25,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			28,9	14,8	106,8	677,6
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		70	9,6	6,6	9,2	137,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	49,6	49,6	8,6	4,4	1,5	81,3
КРУПА МАННАЯ	3,2	3,2	0,3	0	2,2	10,2
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,2	16,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,1	2,1	0,3	0	1,3	6,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,1	2,1	0,1	0,3	0,1	4,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ		20	1,4	1,7	11,1	65,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
КАКАО С МОЛОКОМ		180	2,8	2,3	11,0	76,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0	0	7	27,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	82,8	82,8	2,3	2	3,9	43,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,5	58,5	0	0	0	0,0
			13,8	10,6	31,3	278,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,5	41,3	200,3	1 412,8



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		5,2	7,0	32,1	212,7
КРУПА РИСОВАЯ	30,8	30,8	2,1	0,3	22,1	99,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58	58	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5% И СЫРОМ	25/10/5		4,1	6,9	12,2	128,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,8	0	34,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8				7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			14,3	18,4	52,4	433,5
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,4	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50		1,3	3,7	7,1	67,4
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
СВЕКЛА	47,8	35,9	0,5	0	3,1	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	12,5	12,5	0,6	0	2,3	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180		1,4	3,6	9,3	76,0
СВЕКЛА	38,4	28,8	0,4	0	2,4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	24	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/5		4,7	5,3	30,3	187,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70		8,6	9,7	11,1	165,4
ГОВЯДИНА Б/К	56	36,4	6,6	5,6	0	77,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,3	13,3	1	0,1	6,5	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,7	7,7	1	0	4,6	22,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9	0	3,9	0	35,6
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №347	20		0,1	0,8	0,7	10,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180		0,1	0,1	16,5	68,7
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
			21,8	23,7	111,0	746,9
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	50	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	180				25,4	101,5
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			1,4	1,7	64,1	278,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,9	44,2	237,3	1 505,9



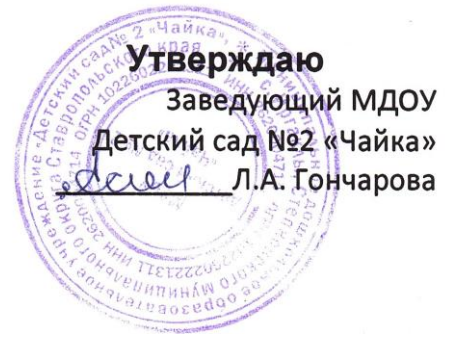
МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		11,3	21,9	2,1	250,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,11 шт.	84,4	10,4	9,4	0,6	128,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,5	29,5	0,9	0,7	1,4	15,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,2	9,2	0	7,4	0,1	66,7
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	30		0,6	2,6	2,2	34,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	30	30	0,6	2,6	2,2	34,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%	20/5		1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	45,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
КАКАО НА МОЛОКЕ	200		3,1	2,6	15,4	98,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,1	1,1	0,3	0,2	0,1	3,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
			18,1	31,5	39,5	514,0
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		1,5	0,5	20,8	95,2
БАНАН или Яблоки		100	1,5	0,5	20,8	95,2
			1,5	0,5	20,8	95,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ	180		3,1	5,4	21,6	147,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ ЯИЧНЫЕ	14,4	14,4	1,6	0,3	9,7	47,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КАРТОФЕЛЬ	94,8	68,26	1,4	0,3	10,8	51,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210		16,0	17,2	40,1	378,7

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	68,1	68,1	12	12,1	0	157,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7
МОРКОВЬ	14,67	11	0,1	0	0,8	3,8
КРУПА РИСОВАЯ	54,1	53,56	3,6	0,5	38,4	173,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	104	104	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7	0,1		10,0	41,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			25,2	23,2	109,0	746,0
Полдник						
ПРЯНИКИ		50	2,9	2,3	36,4	177,5
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	50	50	2,9	2,3	36,4	177,5
РЯЖЕНКА		200	6,6	4,9	10,7	118,3
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	6,6	4,9	10,7	118,3
			9,5	7,2	47,1	295,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,3	62,4	216,4	1 651,0



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		200	5,6	7,2	21,8	174,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	22,4	22,18	2,7	0,7	12,3	66,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%		20/5	1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,7	23,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			12,2	16,0	40,0	351,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ		180	2,7	3,8	12,5	95,4
СВЕКЛА	37,1	29,68	0,4	0	2,5	12,1
КАРТОФЕЛЬ	36	18	0,4	0,1	2,8	13,5
ФАСОЛЬ	7,2	7,2	1,5	0,1	3,3	20,9
МОРКОВЬ	18	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		130/5	4,7	5,3	30,3	187,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0

БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		70	9,7	5,1	6,4	110,5
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	61	54,05	8,3	0,5	0	37,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,9	7,9	0,5	0,1	3,2	15,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,4	11,4	0,3	0,3	0,5	6,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,4	4,4	0,6	0	2,6	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №330		20	0,3	0,8	1,2	14,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			23,4	15,6	100,8	638,8
Полдник						
ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ		70	4,3	2,2	47,9	228,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,8	34,8	3,7	0,5	23,6	112,7
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,9	0,2	0,2	0	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО	35,4	35	0,1	0	22,4	90,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,9	2,4	19,7	112,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
			7,2	4,6	67,6	341,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,2	36,6	218,2	1 379,3



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	6,1	6,9	30,9	209,4
КРУПА МАННАЯ	30,8	30,8	3,1	0,3	21	98,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	106	106	3	2,6	4,9	55,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5% И СЫРОМ		25/10/5	4,1	6,9	12,2	128,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,8	0	34,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			15,2	18,3	51,2	430,2
II Завтрак						
ФРУКТЫ		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН или Яблоки	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		180/20	6,3	5,9	11,7	125,4
КАРТОФЕЛЬ	109,1	65,5	1,3	0,3	10,4	48,9
МОРКОВЬ	8,7	6,5	0,1	0	0,4	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,5	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,6	1,6	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ГОВЯДИНА Б/К	34,3	25,3	4,6	3,9	0	53,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,9	2	0	0	0,2	0,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		210	14,6	19,5	19,2	311,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	67,8	67,8	11,9	12,1	0	156,6

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
КАРТОФЕЛЬ	160	96	1,8	0,4	15,1	71,7
МОРКОВЬ	17,3	13,84	0,2	0	1	4,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,2	7,2	0,3	0	1,4	7,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,8	86,1
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
			27,2	26,1	89,6	706,1
Полдник						
ВАФЛИ		50	1,4	1,6	37,5	171,7
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	50	50	1,4	1,6	37,5	171,7
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			2,4	1,8	57,1	255,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,3	46,7	218,9	1 487,4



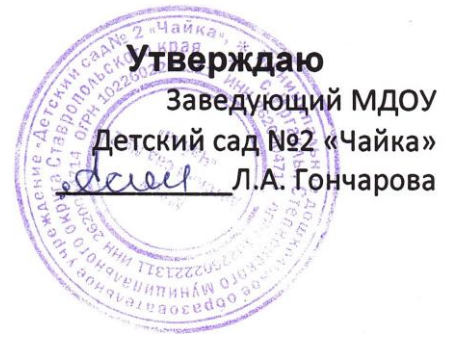
МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)		30	0,6	2,6	2,2	34,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	30	30	0,6	2,6	2,2	34,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		130/5	4,7	5,3	30,3	187,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,2	44,2	4,8	0,6	30,3	144,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%		20/5	1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			11,9	16,7	50,7	399,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	1,3	3,7	7,1	67,4
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
СВЕКЛА	47,8	35,9	0,5	0	3,1	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	12,5	12,5	0,6	0	2,3	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		180	2,3	2,1	20,5	110,6
КАРТОФЕЛЬ	77,1	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА РИСОВАЯ	14,44	14,3	1	0,1	10,3	46,2
МОРКОВЬ	14,4	11,2	0,1	0	0,8	3,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,7	11,5	0,2	0	0,9	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,7	5,6	18,2	134,6
КАРТОФЕЛЬ	182	109,2	2,1	0,4	17,3	81,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,5	0,6	0,5	0,9	10,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		70	7,1	7,8	12,2	147,6
ГОВЯДИНА Б/К	39,7	25,8	4,7	4	0	54,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,3	13,3	1	0,1	6,5	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,7	7,7	1	0	4,6	22,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,1	0	0,5	2,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14	14	0,4	0,4	0,7	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		20	0,3	1,0	1,5	15,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			19,3	20,7	108,6	699,4
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,8	6,5	29,9	192,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,09	32,09	3,4	0,4	21,7	104,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,69	1,69	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3	21,2
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,43	7,43	0	5,9	0,1	53,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,85	0,85	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
			9,4	11,4	39,2	297,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,0	49,2	208,3	1 443,8



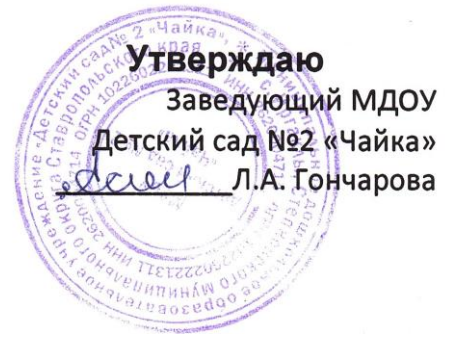
МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНИК (МАКАРОННАЯ ЗАПЕКАНКА)	150		3,6	5,2	10,5	103,5
ВЕРМИШЕЛЬ	45	45	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,6	1,5	2,8	31,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,1	1,5	1,4	0,1	18,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	50		1,0	2,9	3,5	43,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,75	2,75	0	2,2	0	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,75	2,75	0,3	0	1,8	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%	20/5		1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8				7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			6,2	12,4	31,9	263,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0,9	0,2	8,1	43,0
Яблоки		100	0,9	0,2	8,1	43,0
			0,9	0,2	8,1	43,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180		1,6	3,8	11,8	88,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	77,2	54	1,1	0,2	8,5	40,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,6	3,6	0,3	0	2,3	11,0
МОРКОВЬ	9,2	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,8	10,8	0,1	0	0,2	1,4

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	2,8	3,3	12,8	93,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	136,5	109,2	1,9	0,1	4,9	29,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
МОРКОВЬ	6,9	5,2	0,1	0	0,4	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,2	7,8	0,1	0	0,6	3,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,4	10,4	0,5	0	1,9	10,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ		70	14,9	18,5	5,5	247,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	87,5	79,7	14,1	14,3	0	184,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	11,2	11,2	0,9	0,1	5,4	25,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,4	13,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7	0,1		10,0	41,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			25,4	26,2	77,4	648,9
Полдник						
ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ		70	4,3	2,2	47,9	228,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,8	34,8	3,7	0,5	23,6	112,7
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,9	0,2	0,2	0	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ПОВИДЛО	35,4	35	0,1	0	22,4	90,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			5,3	2,4	67,5	312,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,8	41,2	184,9	1 267,7



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200/5		6,2	8,6	32,9	234,1
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	41,3	41,3	4,9	2,5	24,7	141,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	43,8	43,8	1,3	1,1	2	23,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5% И СЫРОМ	25/10/5		4,1	6,9	12,2	128,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,7	2,2	2,8	0	34,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,8	0,2	12,1	57,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		2,9	2,4	19,7	112,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0,1	0	0,5	2,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
			18,2	22,4	65,1	536,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		1,5	0,5	20,8	95,2
БАНАН или Яблоки	141,6	100	1,5	0,5	20,8	95,2
			1,5	0,5	20,8	95,2
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ	180		3,1	5,4	21,6	147,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ ЯИЧНЫЕ	14,4	14,4	1,6	0,3	9,7	47,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	9	7,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КАРТОФЕЛЬ	94,8	68,26	1,4	0,3	10,8	51,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210		16,0	17,2	40,1	378,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	68,1	68,1	12	12,1	0	157,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7

МОРКОВЬ	14,67	11	0,1	0	0,8	3,8
КРУПА РИСОВАЯ	54,1	53,56	3,6	0,5	38,4	173,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	104	104	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			25,3	23,2	112,7	761,7
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,6	4,8	36,1	202,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,7	4,8	36,1	202,2
РЯЖЕНКА		200	6,6	4,9	10,7	118,3
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	6,6	4,9	10,7	118,3
			10,2	9,7	46,8	320,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,2	55,8	245,4	1 713,8



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		200	7,3	6,9	35,9	235,7
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	40	40	4,5	0,5	26,4	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68	68	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%		20/5	1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/8			7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
			13,9	15,7	54,1	413,3
II Завтрак						
ФРУКТЫ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	1,3	3,7	7,1	67,4
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
СВЕКЛА	47,8	35,9	0,5	0	3,1	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	12,5	12,5	0,6	0	2,3	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,3
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	1,4	3,6	9,3	76,0
СВЕКЛА	38,4	28,8	0,4	0	2,4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	24	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	2,7	5,6	18,2	134,6
КАРТОФЕЛЬ	182	109,2	2,1	0,4	17,3	81,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,5	0,6	0,5	0,9	10,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)		70	9,1	10,9	8,4	167,8
ГОВЯДИНА Б/К	49,3	44,4	8,1	6,9	0	93,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	5,9	5,9	0,4	0,1	4,3	19,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,3	12,9	0,2	0	1,1	5,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,5	0,1	3,1	14,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		20	0,3	1,0	1,5	15,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,3	0,3	0	0,2	0	2,1
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,8	86,1
ЯБЛОКИ	40,9	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
			20,5	25,4	101,3	718,8
Полдник						
ПРЯНИКИ		50	2,9	2,3	36,4	177,5
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	50	50	2,9	2,3	36,4	177,5
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			3,9	2,5	56,0	260,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,7	44,0	221,2	1 440,0



МЕНЮ

3-7 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		11,3	22,0	2,1	251,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,11 шт.	84,4	10,4	9,4	0,6	128,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,6	29,6	0,9	0,7	1,4	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0	4,5	0	40,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,2	9,2	0	7,4	0,1	66,7
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	30		0,6	2,6	2,2	34,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	30	30	0,6	2,6	2,2	34,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%	20/5		1,6	4,3	10,1	84,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	45,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8				7,8	31,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149	149	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	190/10		0,1		9,8	39,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,6	31,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			15,1	29,0	41,7	487,6
II Завтрак						
ФРУКТЫ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,4	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180		2,7	3,6	18,1	115,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,7	16,7	1,7	0,2	11,3	54,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,2	26,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0

КАРТОФЕЛЬ	51,5	36	0,7	0,1	5,7	26,9
МОРКОВЬ	9,2	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130/5	3,1	3,9	18,8	122,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПШЕНО	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,5	86,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		70	9,7	5,0	6,3	109,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	61	54	8,3	0,5	0	37,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,8	7,8	0,5	0,1	3,2	15,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,3	0,3	0,5	5,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,3	4,3	0,6	0	2,5	12,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3	0	4,2	0	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	1,9	0,7	25,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,5	0,5	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,8	86,1
ЯБЛОКИ	41	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
			21,9	15,1	102,0	635,6
Полдник						
ВАФЛИ		50	1,4	1,6	37,5	171,7
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	50	50	1,4	1,6	37,5	171,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ		200	2,2	1,8	13,4	79,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,3	177,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
			3,6	3,4	50,9	251,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,0	47,9	204,4	1 421,4