

МЕНЮ**Ясли 12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,6	8,4	10,0	127,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	75,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,2	9,9	52,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	4,9	6,2	20,8	160,2
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	23,23	23	2,5	0,3	15,1	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,3	1,9	3,7	42,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/5	0,1		5,2	22,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,6	174,6	0	0	0	0,0
			6,6	14,6	36,0	309,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		160	0,6	0,6	15,8	70,9
ЯБЛОКИ	182,4	160	0,6	0,6	15,7	75,2
			0,6	0,6	15,8	70,9
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ,		150/10/10	3,1	3,0	7,8	70,9
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	0,4	0,4	0	0,3	0	2,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	13,51	10	1,9	1	0	16,3

ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
-------------------	-----	---	---	---	-----	-----

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	9,0	5,4	2,5	93,5
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	58,29	55	7,5	0,3	0	31,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,5	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	2	2	0	1,9	0	17,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,4	3,9	15,5	107,1
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,6	0,3	13,1	61,9
МОРКОВЬ	31,25	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,4	0,4	0,7	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	6,6	27,9
ЯБЛОКИ	21,3	18,8	0,1	0,1	1,7	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			17,0	13,0	47,2	374,9
Полдник						
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ		50	7,6	9,4	5,0	137,1
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖ.	37,76	37	6,5	6,6	0	85,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,1	4,4	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2,0	2,2	8,4	62,8
МОРКОВЬ	49,88	39,9	0,5	0	2,7	13,6
РЕПА	22,3	16,5	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	13,38	8,7	0,3	0	0,6	3,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	21,63	17,3	0,3	0	0,8	4,7
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,7	21,7	0,7	0,5	1	11,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,7	21,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			4,9	19,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,1	2,9	25,9	159,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,3	0,2	0,4	4,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,3	13,3	1,2	0,7	0,4	21,8
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
КЕФИР		125	3,6	3,1	5,0	66,3
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	125	3,6	3,1	5	66,3
			19,3	17,7	55,6	476,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,5	45,9	154,6	1 231,5

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,9	3,5	9,0	85,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12,5	12	2,5	3,4	0	38,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,4	0,2	8,9	47,2
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,9	6,2	25,0	172,2
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,6	0,2	16,5	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,3	1,9	3,6	42,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,2	4,4	8,2	96,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,4	8,2	96,0
			13,0	14,1	42,2	353,8
II Завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200				24,0	96,0
НЕКТАРЫ ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0	0	24	96,0
					24,0	96,0
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,5	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,6	0,1	1,9	12,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1		3,8	2,5	12,2	86,7
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,7	0,1	4,1	19,7
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КУРИНЫЙ ОКОРОК ЗАМОРОЖ.	18,87	10	2	0,8	0,1	15,4
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		10,7	6,1	1,4	115,2
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	60,22	56	9,7	2	0	69,0
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	6,67	5	0,1	0	0,8	3,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		50	0,7	2,0	3,2	34,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		80	1,6	2,8	12,6	81,9
КАРТОФЕЛЬ	105,87	79,4	1,6	0,3	12,5	59,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,5	0,2	14,8	72,3
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			19,9	14,3	60,2	472,4
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		60	8,2	5,4	1,8	87,8
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	58,5	55,2	7,5	0,3	0	31,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,8	9,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	3,2	15,7	100,9
КАРТОФЕЛЬ	125,4	94,05	1,8	0,4	14,8	70,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,42	16,5	0,5	0,4	0,8	8,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	11,2	47,4
ЯБЛОКИ	40	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,1	7,5	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
ЙОГУРТ ВИШНЯ		100	2,7	2,4	13,4	87,3
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ВИШНЯ	100	100	2,7	2,4	13,4	87,3
			15,4	11,3	56,0	393,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,3	39,7	182,4	1 315,9

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,2	2,6	16,2	95,9
ДЖЕМ	12	12	0,1	0	8,7	34,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,9	1,3	1,9	22,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,9	0,1	1,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,8
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0	0	0	0,1
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,5	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80		7,8	10,5	1,4	131,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,45 шт.	58,36	7,2	6,5	0,4	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,8	21,8	0,7	0,5	1	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,9	2,2	11,5	78,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,2	4,1	48,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			13,3	16,7	32,9	340,8
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	150		2,2	0,7	30,6	139,7
БАНАН	214,29	150	2,2	0,8	30,6	139,7
			2,2	0,7	30,6	139,7
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/5/1		1,3	2,3	5,7	51,6
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,2	15,3	3,5	211,9
ГОВЯДИНА Б/К	89,78	80,8	14,6	12,5	0	170,8
МОРКОВЬ	20,88	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	3,3	3,3	0	2,6	0	24,1
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
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,3	6,7	32,9	220,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,3	59,3	7,3	1,9	32,9	177,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,6	89,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,7
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,1		13,2	52,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВАРЕНЬЕ	10	10	0	0	7,2	27,9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
			26,4	24,9	70,7	614,0
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	15,4	19,2	13,5	289,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150,63	120,5	2,1	0,1	5,5	32,7
ГОВЯДИНА Б/К	76,56	68,9	12,4	10,7	0	145,7
КРУПА РИСОВАЯ	9,39	9,3	0,7	0,1	6,7	30,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,2	17	0,2	0	1,4	6,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	8,5	8,5	0	8,2	0	74,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,1		8,2	35,7
ЛИМОН	14,4	14,4	0,1	0	0,4	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
РЯЖЕНКА		100	2,8	2,4	4,1	52,4
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,1	52,4
			20,4	22,2	39,9	447,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,3	64,5	174,1	1 542,3

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,4	12,5	103,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,2	12,4	65,5
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,5	6,1	24,1	169,7
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,2	1,8	3,5	40,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,8	3,0	10,1	84,7
КАКАО-ПОРОШОК	2,3	2,3	0,6	0,3	0,2	6,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,2	2,7	5	58,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			10,2	13,5	46,7	357,4
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				24,0	96,0
НЕКТАРЫ ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0	0	24	96,0
					24,0	96,0
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,6	6,1	4,7	76,7
КАРТОФЕЛЬ	38,4	28,8	0,6	0,1	4,6	21,5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,6	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	6	6	0	6	0	53,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,3	3,2	7,0	72,7
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	13,51	10	1,9	1	0	16,3

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,4	3,3	5,1	80,8
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,24	40,8	5,5	0,2	0	23,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,5	0,1	3,1	16,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,3	0,2	0,5	5,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,64	0,7	0,6	0	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,3	0,2	0,4	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2,3	2,3	9,9	71,0
МОРКОВЬ	31,13	24,9	0,3	0	1,6	8,4
КАРТОФЕЛЬ	22	16,5	0,3	0,1	2,6	12,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	13,3	8,7	0,3	0	0,6	3,4
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	33,27	17,3	0,3	0,1	0,7	5,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,7	21,7	0,7	0,5	1	11,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,7	21,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
ТЫКВА СВЕЖАЯ	21,43	15	0,2	0	0,7	3,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0,1		5,0	20,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,2	12,8	62,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,7	0,3	9,6	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			16,8	15,6	52,2	423,1
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	12,9	10,8	19,2	313,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,5	121,5	10,6	5,9	3,5	199,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,4	10,4	1,1	0,1	7,1	33,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,6	0	3,6	12,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОУС АБРИКОСОВЫЙ		30	0,2		6,7	27,9
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3,8	3,8	0,2	0	1,8	8,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,2	4,4	8,2	96,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,4	8,2	96,0
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		33	4,6	5,9	24,5	155,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	33	33	2,5	3,2	24,6	137,6
КЕФИР		125	3,6	3,1	5,0	66,3
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	125	3,6	3,1	5	66,3

	26,5	24,2	63,6	658,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	53,5	53,3	186,5	1 535,3

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,9	3,5	9,0	85,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12,5	12	2,5	3,4	0	38,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,4	0,2	8,9	47,2
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	160		4,9	5,8	21,5	159,8
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,8
ПШЕНО	8	8	0,9	0,2	5,4	27,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,5	2,9	5,4	64,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,9	2,2	9,4	70,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,7	2,2	4,2	49,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	82	82	0	0	0	0,0
			11,7	11,5	39,9	316,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,3	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,6	2,0	3,2	33,5
СВЕКЛА	47,5	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	2	2	0	2	0	18,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15		4,8	3,5	10,5	92,3
КАРТОФЕЛЬ	80	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 В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	23,11	17,1	3,3	1,6	0	27,8
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.)	0,024 шт.	0,96	0,1	0,1	0	1,5

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150		12,4	7,6	24,4	213,8
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	64,86	48	9,3	4,6	0	78,2
КАРТОФЕЛЬ	185,6	139,2	2,7	0,6	22	104,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,86	10,8	0,2	0	0,9	4,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0	1	0	9,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,2	0	1,5	5,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОУС СМЕТАННЫЙ	40		0,6	1,6	2,4	29,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,8	0,1	12,3	53,1
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,8	0	7,5	33,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,2	9,9	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,2	9,9	52,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,6	0,2	10,6	51,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,4	0,3	8	51,0
			22,3	15,2	73,3	526,5

Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	52,9	50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120		5,4	7,1	23,6	179,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	33	33	3,5	0,4	22,6	108,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	11,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	19,4	0,6	0,5	0,9	10,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5		0,1		5,1	21,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50		6,3	3,2	31,6	189,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,3	29,3	3,1	0,4	19,9	95,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,6	0,5	0	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,3	0,2	0,4	4,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27	1,2	0,7	0,4	21,7
ДРОЖЖИ	1,25	1,25	0,2	0	0	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЙОГУРТ ГРУША 2,5%		100	2,7	2,4	13,4	87,3
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ВИШНЯ	100	100	2,7	2,4	13,4	87,3
			16,1	12,9	82,0	521,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	40,2	209,9	1 434,6

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,1	8	41,9
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		4,8	6,5	24,0	174,8
ПШЕНО	23,23	23	2,5	0,6	15,7	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,2	1,8	3,5	40,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,9	2,2	10,5	74,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,2	4,1	48,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			9,1	10,8	50,3	317,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				24,0	96,0
НЕКТАРЫ ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0	0	24	96,0
					24,0	96,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10		4,4	3,4	18,6	126,1
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	11,06	11	2,4	0,2	5,1	31,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19	16	1,2	0,1	7,8	40,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60		9,3	2,5	4,4	77,9
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	63,59	60	8,1	0,4	0	34,3

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,1	4,4	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2,4	2,3	8,6	65,5
МОРКОВЬ	35,75	28,6	0,4	0	1,9	9,7
РЕПА	36,35	26,9	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	19,9	13	0,4	0	0,8	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,4	28,6	0,5	0	1,3	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,7	21,7	0,7	0,5	1	11,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,2	5,2	0,6	0,1	3,5	16,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,7	21,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	11,5	47,8
ЯБЛОКИ	25,5	22,5	0,1	0,1	2,1	10,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			18,7	8,9	58,5	394,6

Полдник

БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ		50	7,6	9,4	5,0	137,1
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖ.	37,76	37	6,5	6,6	0	85,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,1	4,4	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2,3	3,9	15,6	107,4
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,6	0,3	13,1	61,9
МОРКОВЬ	31,25	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	14,4	0,4	0,4	0,7	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			4,9	19,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151	151	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
РЯЖЕНКА 2,5%		100	2,8	2,4	4,1	52,4
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,1	52,4
			14,8	16,3	43,7	387,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,6	36,0	176,5	1 195,2

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,4	12,5	103,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,2	12,4	65,5
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,9	1,3	1,9	22,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	43,9	28,5	0,9	0,1	1,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,8
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3	0	0	0	0,1
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,5	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80		7,8	10,5	1,4	131,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,45 шт.	58,36	7,2	6,5	0,4	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,8	21,8	0,7	0,5	1	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,7	3,0	10,1	84,4
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,5	0,3	0,2	6,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,2	2,7	5	58,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			14,9	19,3	27,8	353,6
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	160		0,6	0,5	16,6	75,4
ГРУША	177,8	160	0,6	0,5	16,5	75,2
			0,6	0,5	16,6	75,4
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40		0,6	6,1	5,0	77,9
КАРТОФЕЛЬ	38,4	28,8	0,6	0,1	4,6	21,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	6	6	0	6	0	53,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,4	3,4	9,9	85,9
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	2,83	2,8	0,3	0	1,8	8,5
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 ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	13,51	10	1,9	1	0	16,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	11,2	2,4	9,3	103,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖ.	44,9	44	7,8	7,9	0	101,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,8	0,1	5,3	27,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,5	0,4	0,8	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,6	0	3,6	12,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		130	2,1	4,2	13,4	99,3
СВЕКЛА	177,75	142,2	2	0,1	12,1	57,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	17,3	71,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	15	15	0,3	0,1	9,6	40,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			19,7	16,8	69,0	508,3
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		50	9,3	6,6	7,3	124,1
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	56,89	42,1	8,1	4	0	68,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,9	8,9	0,7	0,1	4,3	22,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,9	11,9	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,5	0	3	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,7	1,0	8,8	54,6
МОРКОВЬ	22,75	18,2	0,2	0	1,3	6,2
КАРТОФЕЛЬ	24,27	18,2	0,4	0,1	2,9	13,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый 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	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,4	0,3	8	51,0
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		33	4,6	5,9	24,6	167,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	33	33	2,5	3,2	24,6	137,6
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,1		12,1	47,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,5	145,5	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВАРЕНЬЕ	10	10	0	0	7,2	27,9
КЕФИР	125		3,6	3,1	5,0	66,3
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	125	3,6	3,1	5	66,3
			21,0	16,8	68,4	511,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,2	53,4	181,8	1 448,3

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,9	3,5	9,0	85,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12,5	12	2,5	3,4	0	38,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18	18	1,4	0,2	8,9	47,2
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155		4,5	6,1	24,1	169,7
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,2	1,8	3,5	40,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,8	2,2	10,2	73,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,7	2,2	4,2	49,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81,2	81,2	0	0	0	0,0
			11,2	11,8	43,3	329,1
II Завтрак						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200				24,0	96,0
НЕКТАРЫ ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0	0	24	96,0
					24,0	96,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5		3,7	3,3	11,9	93,8
КАРТОФЕЛЬ	90	67,5	1,4	0,3	10,7	50,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
КУРИНЫЙ ОКОРОК ЗАМОРОЖ.	18,87	10	2	0,8	0,1	15,4
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)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50		10,4	5,7	1,4	110,7
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	68	56	9,7	2	0	69,0
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	6,67	5	0,1	0	0,8	3,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		130	2,1	5,0	12,4	105,8
КАРТОФЕЛЬ	55,47	41,6	0,8	0,2	6,6	31,0
МОРКОВЬ	17,5	14	0,2	0	1	4,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,2	0,1	0	0,4	2,0
РЕПА	21,76	16,1	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,3	23,4	0,4	0	1,1	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,7	4,7	0,5	0,1	3,2	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,4	29,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			5,2	20,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,2	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,7	0,3	9,6	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,2	9,9	52,4
			20,1	14,8	55,2	451,8
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	12,9	10,8	19,2	313,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,5	121,5	10,6	5,9	3,5	199,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,4	10,4	1,1	0,1	7,1	33,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,6	0	3,6	12,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,9	2,3	6,5	35,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,8	0,6	1,2	13,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,2	4,4	8,2	96,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,4	8,2	96,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,4	0,3	8	51,0
ЙОГУРТ АБРИКОС		100	2,8	2,5	13,8	90,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ВИШНЯ	100	100	2,8	2,5	13,8	90,0
			23,5	20,2	58,3	585,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,8	46,8	180,8	1 462,2

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,4	12,5	103,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,2	12,4	65,5
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		5,1	7,3	22,3	176,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23	2,7	1,4	13,8	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,3	1,9	3,6	42,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,9	2,2	10,5	74,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,6	2,2	4,1	48,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			9,9	13,9	45,3	354,2
II Завтрак						
МАНДАРИН	160		1,3	0,3	12,0	60,8
МАНДАРИН	216,22	160	1,3	0,3	12	60,8
			1,3	0,3	12,0	60,8
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40		0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,3	0	0,7	5,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,3	3,2	7,0	72,7
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	13,51	10	1,9	1	0	16,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60		10,5	0,5	0,4	45,7

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	81,4	76,8	10,5	0,5	0	43,9
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	2,4	0	0	0,2	1,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,5	0,8	2,6	21,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,5	2,5	17,0	100,9
КАРТОФЕЛЬ	136,53	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,6	0,5	0,9	9,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,2		5,2	22,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОН	8,33	5	0	0	0,2	1,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,3	0,1	8,5	41,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,1	0,2	6,4	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			19,7	7,6	49,1	348,3
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	15,4	19,2	13,5	289,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150,63	120,5	2,1	0,1	5,5	32,7
ГОВЯДИНА Б/К	76,56	68,9	12,4	10,7	0	145,7
КРУПА РИСОВАЯ	9,39	9,3	0,7	0,1	6,7	30,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,24	17	0,2	0	1,4	6,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	8,5	8,5	0	8,2	0	74,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,1	0,1	11,3	47,4
ГРУША	40	36	0,1	0,1	3,6	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	4,2	5,2	22,1	151,9
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	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,4	5,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	25,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	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
РЯЖЕНКА 2,5%		100	2,8	2,4	4,1	52,4
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,1	52,4
			23,5	27,0	57,4	572,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,4	48,8	163,8	1 335,4

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,3	2,6	16,0	95,7
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,1	8	41,9
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		3,9	6,2	25,0	172,2
КРУПА РИСОВАЯ	23	23	1,6	0,2	16,5	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,3	1,9	3,6	42,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,2	4,4	8,2	96,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,4	8,2	96,0
			10,4	13,2	49,2	363,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				24,0	96,0
НЕКТАРЫ ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0	0	24	96,0
					24,0	96,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,7	2,6	4,1	41,8
СВЕКЛА	59,38	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		3,2	3,3	8,3	78,6
КАРТОФЕЛЬ	60	45	0,9	0,2	7,1	33,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ В ЛИТРАХ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 2 КАТЕГОРИИ (ЛОПАТКА)	13,51	10	1,9	1	0	16,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60		8,7	11,9	2,1	149,7
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМОРОЖ.	42,35	41,5	7,4	7,4	0	95,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,4	0,3	0,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		110	3,5	2,8	22,6	130,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	33	33	3,5	0,4	22,6	108,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,1	0,1	10,7	44,6
ГРУША	33,33	30	0,1	0,1	3	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,7	51,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,4	0,3	8	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
			19,0	21,4	66,2	535,7
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	53,6	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	15,1	14,1	13,5	241,1
ГОВЯДИНА Б/К	82,33	74,1	13,4	11,5	0	156,7
КАРТОФЕЛЬ	109,2	81,9	1,6	0,3	12,9	61,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,9	0,1	16,6	71,5
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,8	0,2	4,8	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,1	7,5	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,1	7,5	39,3
КЕФИР		125	3,6	3,1	5,0	66,3
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	125	3,6	3,1	5	66,3
			22,1	17,5	50,3	456,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,5	52,1	189,7	1 451,8