

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «КОЛОСОК» С. СКВОРЦОВО»
СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД «КОЛОСОК» С. СКВОРЦОВО»)
297544 РЕСПУБЛИКА КРЫМ, СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ РАЙОН, С. СКВОРЦОВО, УЛ. ГАГАРИНА, Д 84
ОКПО 00828880, ИНН 9109009632, КПП 910901001, ОГРН 1159102029079
sadik_kolosok-skvorcovo@crimeaedu.ru

СПИСОК ПОСТАВЩИКОВ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

№	НАИМЕНОВАНИЕ ПОСТАВЩИКА	НАИМЕНОВАНИЕ ГРУППЫ ПРОДУКТОВ
1	ИП САМЫЛОВ	Хлеб, хлебобулочные изделия
2	ООО «СУПЕР ЛАКИ»	Филе горбуши Россия, Филе минтая Россия
3	ООО «КРЫМБАКАЛЕЯ»	Крупы, чай, печенье, сухофрукты, какао, кофейный напиток
4	ИП ИЛЬЯСОВ	Овощи, фрукты, яйцо куриное
5	ИП УМЕРОВ	Мясо
6	ИП АБДУРАМАНОВ	Сахар
7	ООО НКЗ	Соки, консервация
8	ООО ДОЧЕРНЯЯ КОМПАНИЯ «МЕГАТРЕЙД»	Молоко, масло сливочное, творог 9%, сметана 15%, напиток кисломолочный

Заведующий



А.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША "ДРУЖБА" 180 БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ 180 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР) 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 40	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННО О 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР) 40	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 40
БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 180	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ 180	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/10	БОРЩ ВЕGETАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ И) 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПКОЙ 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 60	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 150	ОТБИВНАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ В КЛЯРЕ 70	ТЕСТЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР 70/35	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ 60	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 60	РЫБА ЖАРЕНАЯ 60	ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 150	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ 150
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 100	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 100	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 100	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 100	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР) 180
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР) 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ИЛИ ЯГОД (НА ВЫБОР) 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР) 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40		
Полдник									
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 70	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 70	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ 70	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 70	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 70	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 100	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ 100	БЛИНЫ ИЗ ТВОРОГА 70	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ 70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180						



МЕНЮ

Если 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ВЯЗКА ПШЕНИЧНАЯ 155	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР 150
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 20	ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР) 20	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 20	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 20	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 20	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 20	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЁНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 20	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 20	ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР) 20	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 20
БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 150	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ 150	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150	БОРЩ ВЕGETАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ) 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПЫ 150	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 150	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 150
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 40	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 100	ОТБИВНАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ В КЛЯРЕ 50	ТЕФТЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР 50/15	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ 40	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 40	РЫБА ЖАРЕНАЯ 40	ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ 100
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 80	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 80	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 80	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 80	КАРТОФЕЛЬНОЕ 80	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 80	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР) 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР) 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ИЛИ ЯГОД (НА ВЫБОР) 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 35
Полдник									
ВАТРИШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ 50	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 50	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 50	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 70	КАКАО С МОЛОКОМ 150	БЛИНЫ ИЗ ТВОРОГА 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ 50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150						



Утверждаю
заведующий
А.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	180		6,8	8,8	22,2	196,9
КРУПА РИСОВАЯ	9,1	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ПШЕНО	9,1	9	1	0,2	6,1	30,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		1,6	0,1	24,6	104,2
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,6	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		5,3	4,5	20,4	144,6
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
			13,7	13,4	67,2	445,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	3,6	3,1	47,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50,6	40	0,8	3,6	3,1	47,6
БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180		4,6	7,0	23,0	180,3
СВЕКЛА	83,9	65	1	0,1	5,5	26,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	81,3	65	1,2	0,1	3	17,7
КАРТОФЕЛЬ	83,6	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
МОРКОВЬ	34,8	27	0,4	0	1,8	9,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,1	16,9	0,2	0	1,4	6,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,2	0	0,6	3,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225	225	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60		13,1	15,4	11,9	237,9

ГОВЯДИНА Б/К	60	54	9,7	8,3	0	114,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,5	7,5	1	0	4,5	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,1	0,1	7,3	34,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,063	1,3	1,2	0,1	15,3
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ		100	8,9	4,6	18,5	151,7
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	40	39,8	8,9	0,6	18,5	115,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			32,3	31,2	100,2	816,6

Полдник

ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		70	14,9	11,7	24,1	263,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	60	60	10,5	5,2	1,7	98,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,063	1,3	1,2	0,1	15,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,3	0,3	0	0	0	0,2
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	5,5	4,5	21,8	150,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			20,4	16,2	45,9	414,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,8	61,2	223,1	1 723,5



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		7,6	8,8	24,0	206,6
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	22	21,78	2,4	0,3	14,4	69,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ	180				11,7	47,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,4	77,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
			9,1	8,9	45,7	301,0
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР)	40		0,4	0,1	1,5	9,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,4	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180		1,7	2,8	11,5	78,9
КАРТОФЕЛЬ	83,6	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60		18,9	8,5	9,2	188,9
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	95	84,08	16,7	5,3	0	114,2
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,5	11,3	0,2	0	0,9	4,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	0,1	5,8	27,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,1	0,1	0	1,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100		4,9	2,2	30,7	162,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,9	0,6	30,7	147,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР)	180		0,1	0,1	14,4	59,8
ЯБЛОКИ	33,1	29,1	0,1	0,1	2,8	13,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,7	155,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			30,9	14,3	99,4	651,9

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70		4,5	12,9	22,4	222,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,063	1,3	1,2	0,1	15,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180				16,2	64,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
			4,5	12,9	38,6	287,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,3	36,3	198,9	1 304,6



Утверждаю
заведующий
А.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180		6,8	7,1	19,9	171,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		5,4	4,6	12,5	113,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,2		12,0	49,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			12,4	11,7	44,4	335,1
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	3,6	3,1	47,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50,6	40	0,8	3,6	3,1	47,6
СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ	180		5,4	9,3	17,9	184,0
КРУПА РИСОВАЯ	10,9	10,8	0,8	0,1	7,8	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,1	13,5	0,2	0	1,1	5,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,1	0	0,2	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	15	15	2,8	3,2	0	40,2
КАРТОФЕЛЬ	64,3	45	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	23,2	18	0,2	0	1,2	6,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		9,4	10,2	12,4	180,0
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	40	40	7,6	8,5	0	107,1
КАРТОФЕЛЬ	85	59,5	1,2	0,2	9,4	44,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	15,4	68,5
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,8	23,8	80,9	632,7

Полдник

ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,6	0,1	24,6	104,2
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,6	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	14,5	60,6
ЯБЛОКИ	35	30,8	0,1	0,1	2,9	14,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,2	151,2	0	0	0	0,0
			6,8	4,8	39,4	227,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,8	40,5	179,9	1 260,1



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	7,8	9,9	23,6	215,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	21,78	21,78	2,6	1,4	13,1	74,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,8	47,7
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			9,4	10,0	45,4	310,5
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР		100	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	149,3	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			0,9	0,2	8,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,4	2,4	3,7	41,8
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	65	45,5	1,4	0,1	2,9	17,7
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ		180	5,3	5,0	32,3	196,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	27	27	2,8	0,4	18,3	87,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,7	0,6	0,5	0	7,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,1	13,5	0,2	0	1,1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	29,1	22,5	0,3	0	1,6	7,7
КАРТОФЕЛЬ	102,9	72	1,4	0,3	11,3	53,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ОТБИВНАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ В КЛЯРЕ		70	15,5	21,8	10,4	299,7
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	55	55	10,4	11,7	0	147,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,7 шт.	28,175	3,5	3,1	0,2	42,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		100	1,9	2,0	15,5	87,8
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ИЛИ ЯГОД (НА ВЫБОР)		180	0,1	0,1	13,5	55,6
ЯБЛОКИ	22,8	20,1	0,1	0,1	1,9	9,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			29,1	31,9	107,5	834,2

Полдник

ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ		70	1,4	2,0	17,8	95,6
КРУПА РИСОВАЯ	15,9	15,9	1,1	0,2	11,4	51,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	2,8	2,8	0,1	0	1,7	7,7
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	3,7	3,7	0,2	0	1,8	8,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,3	12,5	96,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,8	4,9	20,5	150,4
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,3	7,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			9,1	11,2	50,8	342,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,5	53,3	211,8	1 530,3



Утверждаю

заведующий

А.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		7,2	9,0	24,4	208,7
ПШЕНО	18,2	18	2	0,5	12,3	61,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0	0	3,5	14,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40		1,6	0,1	24,6	104,2
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,6	56,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,5	4,5	21,8	150,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			14,3	13,6	70,8	463,8
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР	150		0,8	0,2	14,7	62,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	14,7	62,6
			0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	3,6	3,1	47,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50,6	40	0,8	3,6	3,1	47,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10		5,3	4,0	20,8	141,7
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,5	14,4	3,2	0,2	6,7	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,1	13,5	0,2	0	1,1	5,3
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,5	0	3,4	16,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР	70/35		10,9	16,7	9,0	229,6
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	50	50	9,5	10,7	0	133,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9,3	9,3	0,7	0,1	4,6	21,3

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27,7	23,3	0,3	0	1,8	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,7	30,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,7	2,1	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,7	0	0	0,1	0,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,2	0	0,7	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,7	5,0	17,8	127,9
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,6	29,9	94,4	745,9

Полдник

СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		70	22,8	18,3	36,5	404,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90	90	15,7	7,9	2,6	147,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,125	2,5	2,2	0,1	30,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50	3,5	4,2	27	159,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
			22,9	18,3	48,2	451,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,6	62,0	228,1	1 724,1



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	7,9	8,8	27,6	223,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,7	0,3	17,1	82,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180	0,2		11,9	49,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
			9,6	8,9	49,5	319,5
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		40	1,4	2,4	3,7	41,8
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	65	45,5	1,4	0,1	2,9	17,7
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)		180	4,1	6,1	19,0	154,1
СВЕКЛА	83,9	65	1	0,1	5,5	26,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	81,3	65	1,2	0,1	3	17,7
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
КАРТОФЕЛЬ	64,3	45	0,9	0,2	7,1	33,7
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,3	2,3	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ		60	13,2	11,7	3,9	174,2
ГОВЯДИНА Б/К	77,8	70	12,6	10,9	0	148,0
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	3,6	4,0	16,5	116,3
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	14,9	62,5
ЯБЛОКИ	40	35,2	0,1	0,1	3,3	16,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0	0,04	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			27,3	24,9	90,1	701,5
Полдник						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		70	20,0	13,2	13,2	253,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80	14	7	2,3	131,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	5,5	4,5	21,8	150,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			25,5	17,7	35,0	404,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,8	51,9	184,4	1 472,6



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		6,5	8,7	22,5	195,2
КРУПА РИСОВАЯ	18,18	18	1,3	0,2	12,9	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,1	63,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,7	4,3	17,6	120,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		11,8	47,7
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			9,3	13,0	51,9	363,2
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40		1,2	2,0	2,4	32,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	58,46	38	1,2	0,1	2,4	14,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180		4,3	3,2	12,6	96,2
ГОВЯДИНА Б/К	13,6	12,2	2,2	1,9	0	25,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
КАРТОФЕЛЬ	83,6	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
МОРКОВЬ	25,8	20	0,3	0	1,4	6,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,3	2,3	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНый	60		11,1	16,8	5,7	217,7
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	50	50	9,5	10,7	0	133,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9,6	9,6	1,3	0	5,7	27,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,9	2,9	17,1	106,7
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	36,1	36,1	1	0,9	1,6	18,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	15,4	68,5
ШИПОВНИК СУХОЙ	8	8	0,3	0,1	3,8	22,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			24,7	25,6	85,3	673,9
Полдник						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		100	4,0	6,5	10,3	116,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,3	49,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	12	10,91	2,4	3,1	0	38,5
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180			16,2	64,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
			4,0	6,5	26,5	181,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,8	45,3	178,9	1 283,0



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ		180	7,1	9,0	21,6	197,2
ПШЕНО	17,8	17,6	1,9	0,5	12	60,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,4	0,2	17,2	79,6
ШИПОВНИК СУХОЙ	12	12	0,4	0,2	5,6	33,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,8	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			9,0	9,3	48,8	324,2
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ НА ВЫБОР		100	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	149,3	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			0,9	0,2	8,1	43,0
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,8	3,6	3,1	47,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50,6	40	0,8	3,6	3,1	47,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ		180	3,1	5,1	17,8	129,9
КАРТОФЕЛЬ	83,6	58,5	1,2	0,2	9,2	43,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10,9	10,8	1,4	0,4	6	32,3
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
РЫБА ЖАРЕНАЯ		60	23,2	19,3	6,9	293,5
РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ	120	106,2	21,1	6,7	0	144,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12	12	0	11,6	0	104,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		100	2,0	4,4	16,6	114,8
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР)		180	0,1	0,1	14,9	62,5
ЯБЛОКИ	40	35,2	0,1	0,1	3,3	16,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,7	155,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			34,1	33,1	91,4	800,9

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ		100	7,3	9,5	72,2	404,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	100	100	7,3	9,5	72,2	404,5
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,8	4,9	20,5	150,4
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,3	7,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			13,1	14,4	92,7	554,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,1	57,0	241,0	1 723,0



Утверждаю
заведующий
А.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	7,0	8,7	21,9	194,5
КРУПА МАННАЯ	18	18	1,8	0,2	12,3	57,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	5,4	4,6	12,5	113,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,5	4,4	0	54,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,2		11,9	49,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОН	10	6	0,1	0	0,2	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			12,6	13,3	46,3	357,4
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ ИЛИ СВЕЖИЕ (НА ВЫБОР)		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,4	40	0,3	0	1	5,6
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ		180	3,5	4,5	21,8	149,4
СВЕКЛА	83,9	65	1	0,1	5,5	26,5
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,9	15	0,2	0	1,2	6,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	92,9	65	1,3	0,3	10,3	48,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ		150	11,0	21,5	22,1	327,2
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	45	45	8,5	9,6	0	120,5
КРУПА РИСОВАЯ	25,3	25	1,7	0,3	17,9	80,8
МОРКОВЬ	55	42,63	0,6	0	2,8	14,5

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12	12	0	11,6	0	104,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	14,1	58,5
ЯБЛОКИ	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			19,8	26,7	91,1	693,3

Полдник

БЛИНЫ ИЗ ТВОРОГА		70	16,3	12,0	51,6	380,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	50	50	8,7	4,4	1,5	82,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	28	28	2,9	0,4	19	90,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,5	0,5	0	6,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50	3,5	4,2	27	159,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
			16,4	12,0	63,3	427,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,6	52,2	215,9	1 542,5



Утверждаю
заведующий
Д.А. Нистиренко

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180		6,9	8,7	21,0	191,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18,2	18	1,7	0,2	11,4	54,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	185	185	5,2	4,5	8,6	96,9
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
			8,5	8,8	42,7	286,3
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ИЛИ ЯГОДНЫЕ НА ВЫБОР	150		0,8	0,2	15,2	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40		1,2	1,4	5,7	41,1
КАРТОФЕЛЬ	25	17,5	0,4	0,1	2,8	13,1
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,1
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	12	8,4	0,3	0	0,5	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180		3,3	7,0	20,3	165,0
МОРКОВЬ	32,3	25	0,3	0	1,6	8,5
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	9,1	9	0,8	0,1	5,8	27,5
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150		11,2	13,3	12,8	217,2
МОРКОВЬ	38,7	30	0,4	0	2	10,2

КАРТОФЕЛЬ	63	44,1	0,9	0,2	7	33,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,8	38,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	45	45	8,5	9,6	0	120,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД ИЛИ ФРУКТОВ (НА ВЫБОР)		180	0,1	0,1	19,0	78,0
ЯБЛОКИ	33,1	29,1	0,1	0,1	2,8	13,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155,7	155,7	0	0	0	0,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			20,7	22,4	89,9	653,9

Полдник

ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ		70	4,7	2,8	23,6	137,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,063	1,3	1,2	0,1	15,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,2	0,2	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,1	36,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8
ЯБЛОКИ	25	22	0,1	0,1	2,1	10,0
ВАНИЛИН	0,1	0,05	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		11,7	47,2
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
			4,8	2,8	35,3	184,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,8	34,2	183,1	1 189,3