Утверждаю

_____Воробьева Ю.Е.

МЕНЮ

26 ноября 202[illegible]

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая 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 НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5,0	7,3	18,3	158,0
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	2,2	1,9	3,7	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			9,2	**11,8**	**46,8**	**310,0**
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	41,24	40	0,3	0	0,7	5,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,2	6,2	7,7	105,7
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	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		60	11,0	0,4		139,0

РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	86,68	76,8	11,8	0,7	0	53,6
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,86	2,4	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	1,0	1,2	14,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,6	4,0	17,1	117,0
КАРТОФЕЛЬ	136,8	102,6	2	0,4	16,2	76,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,9	9,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5/3	0,1		5,1	21,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ЛИМОН	3,83	3,5	0	0	0,1	1,2
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	0,2	8,5	41,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			20,9	**12,3**	**48,0**	**483,5**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		17	7,6	8,7	16,1	149,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,6	0,1	4,2	24,6
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	67,18	56,7	10,2	8,8	0	119,9
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,5	0,1	5,4	24,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,7	0,6	0	8,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,77	0,77	0	0	0,1	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		15	0,1	0,1	18,1	73,5
ГРУША	33	30	0,1	0,1	3	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ		50	2,8	2,6	21,9	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,48	20,48	2,1	0,3	13,9	66,3
САХАР ПЕСОК	1,472	1,472	0	0	1,5	5,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,21	2,21	0	1,7	0	16,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,415	0,3	0,3	0	3,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,256	0,256	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,736	0,736	0,1	0	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,44	5,44	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,96	0,96	0,1	0	0,7	3,1
ЯБЛОКИ	26,69	23,49	0,1	0,1	2,2	10,7
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,175	0,175	0	0,2	0	1,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,1	0,1	0	1,3

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1 шт.	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			15,0	**14,6**	**68,1**	**324,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,5**	**39,1**	**172,7**	**1 164,6**

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,9	2,8	21,1	90,7
ДЖЕМ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,7	9,7	24,4	211,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,6	1,7	17,8	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		18	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,4	**14,9**	**58,2**	**385,7**
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		10	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	51,55	50	0,4	0,1	0,9	6,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	5,6	8,3	10,3	126,0
СВЕКЛА	31,25	25	0,4	0	2,1	10,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,63	12,5	0,2	0	0,6	3,4
КАРТОФЕЛЬ	16,67	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
МОРКОВЬ	9,75	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,38	6,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	14,7	0,5		165,0

РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	113,77	100,8	15,5	0,9	0	70,4
МОРКОВЬ	4	3,2	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2	0	0	0,3	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	1,0	1,2	14,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,2	5,0	21,3	147,0
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,1		6,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОН	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,6	0,2	10,6	51,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			27,4	**15,6**	**61,1**	**599,3**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		18	14,4	14,4	12,8	191,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	71,1	60	10,9	9,3	0	126,9
КРУПА РИСОВАЯ	8,1	8	0,6	0,1	5,7	25,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,71	13,2	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,635	0,7	0,6	0	8,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5	0,1	0,8	0,2	11,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,816	0,816	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		18	0,1	0,1	21,7	88,2
ГРУША	39,6	36	0,1	0,1	3,6	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
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	1	0,1	6,4	30,6
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ		75	4,1	3,9	32,9	182,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30,72	30,72	3,2	0,4	20,9	99,5
САХАР ПЕСОК	2,21	2,21	0	0	2,1	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,31	3,31	0	2,6	0	24,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,38	0,38	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,16	8,16	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,44	1,44	0,2	0	1	4,7
ЯБЛОКИ	31,83	28,01	0,1	0,1	2,6	12,8

САХАР ПЕСОК	6,75	6,75	0	0	6,5	26,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1 шт.	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			23,1	**21,6**	**79,4**	**563,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**62,3**	**52,5**	**208,5**	**1 595,5**