

МЕНЮ



Е.В. Сайдалиева
С=RU, OU=заведующий, O
=МБДОУ Г.Мурманска
85, CN=Е.В. Сайдалиева
, E=dou85mur@yandex.ru
Я подтверждаю этот
документ
2022.09.27 16:45:04+03'00'

Ясли 12 часов

День 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая (сух. молоко) 85	150,0		4,2	3,1	21,7	104,6
Манная крупа	23,1	23,1				
Сахар песок	3,8	3,8				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	3,8	3,8				
Молоко сухое цельное 25% жирности	8,7	8,7				
Булка 85	20,0		5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Джем 85	20,0		0,4	2,3	8,5	46,9
Джем	20,0	20,0				
Кофейный напиток с молоком	150,0		1,6	0,0	18,6	50,9
Кофейный напиток	1,5	1,5				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	11,3	11,3				
Вода питьевая	90,0	90,0				
Итого за Завтрак	340,0		11,5	6,0	81,5	249,1
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (ясли)	120,0		0,9	0,2	35,8	84,0
Сок 0,2	120,0	120,0				
Итого за Второй завтрак	120,0		0,9	0,2	35,8	84,0
Обед						
Суп картофельный с клецками 85	150,0		2,2	2,6	4,3	48,4
Картофель (отход 35%)	41,0	26,7				
Лук репчатый (отход 16%)	6,3	5,3				
Морковь (отход 25%)	7,1	5,3				
Бульон	100,0	100,0				
Мука пшеничная высш.сорт	5,3	5,3				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	2,0	2,0				
Вода питьевая	8,0	8,0				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,6	1,4				
Голубцы ленивые из свинины	130,0		9,8	8,3	14,0	231,3
Свинина бескостная (отход 30%)	53,6	52,0				
Рис	6,5	6,5				

	Лук репчатый (отход 16%)	8,8	7,4				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	3,7	3,7				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	97,5	78,0				
	Икра кабачковая		30,0	0,3	1,4	1,4	19,9
	Икра из кабачков (отход 5%)	31,6	30,0				
	Компот из сухофруктов		150,0	0,4	0,0	24,6	69,9
	Сухофрукты (смесь)	18,7	18,8				
	Сахар песок	11,2	11,3				
	Вода питьевая	158,3	158,3				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Итого за Обед		500,0	14,4	12,8	44,7	429,5	
Уплотненный полдник							
	Соус польский 85		20,0	0,4	3,3	0,5	56,1
	Мука пшеничная высш.сорт	0,7	0,7				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	5,0	5,0				
	Бульон рыбный	13,0	13,0				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	3,6	3,2				
	Рыба (филе) отварная - минтай		60,0	9,4	7,3	1,1	152,7
	Филе минтая (отход 5%)	76,7	72,9				
	Лук репчатый (отход 16%)	2,0	1,7				
	Морковь (отход 25%)	2,3	1,7				
	Картофельное пюре (сух.молоко) 85		110,0	1,5	2,6	17,6	111,6
	Картофель (отход 35%)	142,2	92,4				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	4,9	5,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,9	1,9				
	Чай с сахаром 85		150,0	0,0	0,0	10,4	45,8
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	9,8	9,8				
	Вода питьевая	142,5	142,5				
	Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Итого за Уплотненный полдник		360,0	16,7	13,8	62,3	412,8	
Итого за 1 день		1 320,0	43,5	32,7	224,3	1 175,5	

Если 12 часов

День 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша молочная "Дружба" (сух.молоко) 85		150,0	3,6	3,4	27,2	115,7
Рис	11,0	11,0				

	Пшено	8,0	8,0				
	Вода питьевая	51,2	51,2				
	Сахар песок	3,7	3,7				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	3,7	3,7				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	8,2	8,2				
	Какао с молоком		150,0	1,6	0,3	16,2	73,9
	Какао-порошок	2,2	2,3				
	Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
	Сахар песок	15,0	15,0				
	Вода питьевая	83,3	83,3				
	Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
	сыр		15,0	2,1	2,3	2,9	43,8
	Сыр (отход 4%)	15,6	15,0				
	Итого за Завтрак		335,0	12,7	6,6	79,0	280,0
Второй завтрак							
	Фрукты (груши)		95,0	0,5	0,3	10,8	64,8
	Груша	95,0	95,0				
	Итого за Второй завтрак		95,0	0,5	0,3	10,8	64,8
Обед							
	Рассольник Ленинградский 85		150,0	1,5	3,6	9,4	74,8
	Картофель (отход 35%)	69,2	45,0				
	Рис	3,0	3,0				
	Морковь (отход 25%)	8,0	6,0				
	Огурцы стерилизованные (отход 45%)	16,4	9,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0				
	Сметана 15% жирности	6,0	6,0				
	Бульон	112,5	112,5				
	Лук репчатый (отход 16%)	3,6	3,0				
	Пудинг из свинины 85		60,0	10,7	13,5	0,6	185,2
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,3	4,3				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	9,7	8,6				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,3	1,3				
	Свинина бескостная (отход 3%)	71,6	69,4				
	Овощи (свежий огурец)		30,0				
	Огурцы парниковые (отход 2%)	30,6	30,0				
	Капуста тушеная		120,0	3,1	3,9	8,4	81,2
	Капуста белокочанная (отход 20%)	157,5	126,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	5,4	5,4				
	Томатная паста	3,8	3,8				
	Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2				
	Морковь (отход 25%)	6,4	4,8				
	Мука пшеничная высш.сорт	1,4	1,4				

	Сахар песок	3,6	3,6				
	Компот из вишни замороженной		150,0	0,2	0,1	9,6	41,4
	Вода питьевая	129,0	129,0				
	Вишня замороженная	30,0	30,0				
	Сахар песок	11,2	11,3				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Итого за Обед			550,0	17,1	21,5	28,5	442,7
Уплотненный полдник							
	Молоко сгущенное		20,0	1,1	1,2	18,4	47,0
	Молоко сгущенное с сахаром 8 5% жирности	20,0	20,0				
	Запеканка морковная с творогом 85 (сух мол)		150,0	10,0	4,9	29,4	158,5
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	56,8	56,3				
	Манная крупа	15,0	15,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,5	2,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	6,8	6,0				
	Сахар песок	6,0	6,0				
	Сметана 15% жирности	4,0	4,0				
	Сухари панировочные	4,0	4,0				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	7,5	7,5				
	Морковь (отход 25%)	125,4	94,0				
	Кефир		150,0	4,7	3,6	6,8	78,8
	Кефир 2,5 % жирности	150,0	150,0				
	Пряник		20,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пряники	20,0	20,0				
Итого за Уплотненный полдник			340,0	15,8	9,7	54,6	284,3
Итого за 2 день			1 320,0	46,0	38,2	172,9	1 071,8

Если 12 часов

День 3

Наименование блюда		Выход		Химический состав			Энергетическая
		Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Омлет с морковью		140,0		10,2	11,0	6,9	136,2
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	84,8	74,7				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	4,7	4,7				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	5,1	5,1				
	Морковь (отход 25%)	49,8	37,3				
Чай с молоком		150,0		1,6	0,0	23,4	48,1
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Вода питьевая	90,0	90,0				
	Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
	Сахар песок	9,8	9,8				

Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Масло сливочное 85		3,0	4,2	7,6	25,3	22,4
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	3,0	3,0				
Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривания 84		40,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Зеленый горошек консерв	30,2	30,2				
Итого за Завтрак		353,0	21,3	19,3	88,4	253,4
Второй завтрак						
Молоко кипяченое		120,0	3,3	3,8	6,0	72,1
Молоко пастер. 2,5% жирности	120,0	120,0				
Итого за Второй завтрак		120,0	3,3	3,8	6,0	72,1
Обед						
Суп картофельный с мясными фрикадельками 85		150,0	4,3	3,5	7,7	71,8
Лук репчатый (отход 16%)	3,2	2,7				
Лук репчатый (отход 16%)	2,0	1,7				
Морковь (отход 25%)	7,1	5,3				
Картофель (отход 35%)	82,1	53,3				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	1,3	1,3				
Свинина бескостная (отход 30%)	19,6	19,0				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,6	1,4				
Вода питьевая	1,9	1,9				
Котлеты, биточки, шницели 85 к2		60,0	8,0	8,9	7,7	116,1
Говядина 1 кат. б/к (отход 50%)	54,1	51,4				
Батон "Умница"	11,1	11,1				
Сухари панировочные	6,4	6,4				
Молоко сухое цельное 25% жирности	1,5	1,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	4,3	4,3				
Макаронны отварные 85		110,0	4,7	3,5	15,9	125,3
Макаронные изделия высшего сорта	37,4	37,4				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	5,0	5,0				
Салат из свеклы с соленым огурцом		30,0	0,3	2,7	1,4	31,5
Свекла (отход 25%)	29,6	22,2				
Огурцы стерилизованные (отход 45%)	10,9	6,0				
Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0				
Компот из изюма		150,0	0,2	0,2	16,4	67,9
Изюм	15,0	15,0				
Сахар песок	11,2	11,3				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				

Итого за Обед	540,0	19,2	19,3	49,5	472,7
Уплотненный полдник					
Булка 85	20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0			
Салат картофельный с огурцами солеными	120,0	5,9	8,8	6,9	116,4
Картофель (отход 35%)	110,8	72,0			
Морковь (отход 25%)	17,6	13,2			
Лук репчатый (отход 16%)	15,7	13,2			
Огурцы стерилизованные (отход 45%)	28,4	15,6			
Масло подсолнечное рафинированное	6,0	6,0			
Ватрушка с творожным фаршем 85	60,0	4,7	3,2	34,2	172,1
Вода питьевая	12,0	12,0			
Мука пшеничная высш.сорт	32,3	32,3			
Сахар песок	4,3	4,3			
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	2,5	2,5			
Дрожжи сухие	0,2	0,2			
Масло подсолнечное рафинированное	0,2	0,2			
Творог 9,0% жирности (отход 1%)	23,8	23,5			
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,9	5,2			
Чай с лимоном	150,0	1,6	0,0	23,4	48,1
Чай черный байховый	0,5	0,5			
Сахар песок	11,3	11,3			
Лимон (отход 12%)	6,0	5,3			
Вода питьевая	150,0	150,0			
Итого за Уплотненный полдник	350,0	17,5	12,7	97,3	383,2
Итого за 3 день	1 363,0	61,3	55,0	241,2	1 181,4

Если 12 часов

День 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша пшенная молочная жидкая (сух. молоко) 85	150,0		4,4	4,0	28,6	148,1
Сахар песок	3,7	3,7				
Пшено	29,3	29,3				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	3,7	3,7				
Молоко сухое цельное 25% жирности	3,7	3,7				
Кофейный напиток с молоком	150,0		1,6	0,0	18,6	50,9
Кофейный напиток	1,5	1,5				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	11,3	11,3				
Вода питьевая	90,0	90,0				

Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Масло сливочное 85		3,0	4,2	7,6	25,3	22,4
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	3,0	3,0				
Вафли 85		20,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Вафли	20,0	20,0				
Итого за Завтрак		343,0	15,4	12,3	105,3	268,1
Второй завтрак						
Фрукты(киви)		95,0	5,3	6,1	9,6	114,2
Киви	95,0	95,0				
Итого за Второй завтрак		95,0	5,3	6,1	9,6	114,2
Обед						
Суп картофельный с вермишелью 85		150,0	3,2	2,5	4,5	43,3
Вермишель	6,0	6,0				
Картофель (отход 35%)	69,2	45,0				
Лук репчатый (отход 16%)	7,1	6,0				
Морковь (отход 25%)	8,0	6,0				
Бульон	112,5	112,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	2,3	2,3				
Курица в соусе с томатом 85		60,0	10,9	8,5	0,9	107,2
Цыпленок-бройлер	82,5	82,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
Лук репчатый (отход 16%)	4,4	3,7				
Томатная паста	1,9	1,9				
Мука пшеничная высш.сорт	1,0	1,0				
Сметана 15% жирности	2,2	2,2				
Морковь (отход 25%)	5,0	3,8				
Бульон	23,0	23,0				
Рис отварной 85		110,0	3,8	5,9	23,4	169,5
Рис	39,6	39,6				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,0	5,0				
Кисель из джема		150,0	0,1	0,0	20,4	108,2
Крахмал картофельный	5,3	5,3				
Сахар песок	9,0	9,0				
Джем	24,0	24,0				
Вода питьевая	112,5	112,5				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Итого за Обед		510,0	19,6	17,3	49,6	488,1
Уплотненный полдник						
Винегрет.		120,0	2,7	11,0	8,3	138,3
Картофель (отход 35%)	40,6	26,4				
Огурцы стерилизованные (отход 45%)	65,5	36,0				

	Лук репчатый (отход 16%)	21,4	18,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	12,0	12,0				
	Свекла (отход 25%)	24,3	18,2				
	Морковь (отход 25%)	16,0	12,0				
	Сок в ассортименте (ясли)		150,0	1,1	0,2	44,7	105,0
	Сок 0,2	150,0	150,0				
	Пирожок с капустой 85		60,0	3,9	3,9	33,5	181,8
	Мука пшеничная высш.сорт	27,5	27,5				
	Мука пшеничная высш.сорт	0,9	0,9				
	Сахар песок	2,0	2,0				
	Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	3,0	3,0				
	Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	1,7	1,7				
	Дрожжи сухие	0,2	0,2				
	Вода питьевая	7,4	7,4				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	37,8	30,2				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	2,9	2,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,4	1,3				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	3,4	3,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	0,9	0,9				
	Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
	Итого за Уплотненный поллник		350,0	13,1	15,8	119,3	471,8
	Итого за 4 день		1 298,0	53,4	51,4	283,7	1 342,2

Ясли 12 часов

День 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг е- тическ ая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак						
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" (сух.молоко) 85	150,0		4,6	4,4	19,2	103,9
Геркулес	23,1	23,1				
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	3,8	3,8				
Сахар песок	3,8	3,8				
Вода питьевая	43,5	43,5				
Молоко сухое цельное 25% жирности	9,7	9,7				
Чай с молоком	150,0		1,6	0,0	23,4	48,1
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Вода питьевая	90,0	90,0				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	9,8	9,8				
сыр	15,0		2,1	2,3	2,9	43,8

	Сыр (отход 4%)	15,6	15,0				
Булка 85		20,0	20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Итого за Завтрак		335,0	13,7	7,3	78,2	242,5	
Второй завтрак							
Фрукты (яблоко) 85		95,0	95,0	0,5	0,5	11,9	51,3
	Яблоки	95,0	95,0				
Итого за Второй завтрак		95,0	0,5	0,5	11,9	51,3	
Обед							
Борщ с капустой и картофелем 85		150,0	150,0	1,1	5,4	6,8	94,2
	Картофель (отход 35%)	18,5	12,0				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	15,0	12,0				
	Морковь (отход 25%)	8,0	6,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	3,6	3,0				
	Бульон	112,5	112,5				
	Свекла (отход 25%)	32,0	24,0				
	Сметана 15% жирности	6,0	6,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	1,8	1,8				
	Сахар песок	1,5	1,5				
котлеты или биточки рыбные		60,0	60,0	6,1	1,3	0,8	52,0
	Яйца куриные (шт.) (отход 17%)	3,9	3,4				
	Филе минтая (отход 5%)	50,5	48,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	0,9	0,9				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-59%	1,2	1,2				
	Батон "Умница"	11,1	11,1				
Картофельное пюре (сух. молоко) 85		110,0	110,0	1,5	2,6	17,6	111,6
	Картофель (отход 35%)	142,2	92,4				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-59%	4,9	5,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,9	1,9				
Компот из свежих яблок		150,0	150,0	0,5	0,3	23,2	60,7
	Яблоки (отход 12%)	34,1	30,0				
	Сахар песок	18,0	18,0				
	Вода питьевая	128,3	128,3				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
икра морковная 85		30,0	30,0	0,9	1,7	4,1	35,1
	Сахар песок	0,3	0,3				
	Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5				
	Лук репчатый (отход 16%)	5,8	4,9				
	Морковь (отход 25%)	32,0	24,0				
	Томатная паста	3,2	3,2				
Итого за Обед		540,0	11,7	11,7	52,9	413,6	
Уплотненный полдник							
соус фруктовый		20,0	20,0	0,0	0,0	3,6	14,4

	Сахар песок	2,4	2,4				
	Крахмал картофельный	0,6	0,6				
	Вода питьевая	17,0	17,0				
	Вишня замороженная	2,4	2,4				
Сырники с морковью 85		130,0	14,1	6,0	35,5	207,0	
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,9	1,9				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,3	4,3				
	Мука пшеничная высш.сорт	16,5	16,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,9	5,2				
	Сахар песок	9,5	9,5				
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	93,2	92,3				
	Морковь (отход 25%)	38,1	28,6				
	Манная крупа	3,2	3,2				
Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7	
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Молоко кипяченое		150,0	4,2	4,8	7,6	90,1	
	Молоко пастер. 2,5% жирности	150,0	150,0				
Итого за Уплотненный поллиник		320,0	23,6	11,4	79,4	358,3	
Итого за 5 день		1 290,0	49,5	30,9	222,4	1 065,6	

Ясли 12 часов

День 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг е- тическ ая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак						
Каша рисовая молочная жидкая (сух. молоко) 85	150,0		5,2	3,3	21,2	126,4
Рис	23,1	23,1				
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	3,8	3,8				
Сахар песок	3,8	3,8				
Молоко сухое цельное 25% жирности	9,7	9,7				
Кофейный напиток с молоком	150,0		1,6	0,0	18,6	50,9
Кофейный напиток	1,5	1,5				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	11,3	11,3				
Вода питьевая	90,0	90,0				
Булка 85	20,0		5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Джем 85	20,0		0,4	2,3	8,5	46,9
Джем	20,0	20,0				
Итого за Завтрак	340,0		12,5	6,2	81,1	270,9
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (ясли)	120,0		0,9	0,2	35,8	84,0
Сок 0,2	120,0	120,0				
Итого за Второй завтрак	120,0		0,9	0,2	35,8	84,0

Обед						
Суп из овощей		150,0	2,3	4,7	6,8	63,4
Капуста белокочанная (отход 20%)	15,0	12,0				
Сметана 15% жирности	6,0	6,0				
Картофель (отход 35%)	46,2	30,0				
Лук репчатый (отход 16%)	7,1	6,0				
Морковь (отход 25%)	8,0	6,0				
Зеленый горошек консерв (отход 35%)	6,9	4,5				
Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0				
Котлеты из свинины		60,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Свинина бескостная (отход 3%)	53,0	51,4				
Молоко сухое цельное 25% жирности	1,5	1,5				
Сухари панировочные	6,4	6,4				
Батон "Умница"	11,1	11,1				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	4,3	4,3				
Макароны отварные 85		110,0	4,7	3,5	15,9	125,3
Макаронные изделия высш. сорт	37,4	37,4				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	5,0	5,0				
Икра кабачковая		30,0	0,3	1,4	1,4	19,9
Икра из кабачков (отход 5%)	31,6	30,0				
Компот из вишни замороженной		150,0	0,2	0,1	9,6	41,4
Вода питьевая	129,0	129,0				
Вишня замороженная	30,0	30,0				
Сахар песок	11,2	11,3				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Итого за Обед		540,0	9,2	10,2	34,0	310,1
Уплотненный полдник						
Рыба, запеченная с картофелем по-русски 85		160,0	12,7	17,3	16,5	344,1
Филе минтая (отход 5%)	64,7	61,5				
Картофель (отход 35%)	120,1	78,1				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	4,2	4,2				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	2,5	2,5				
Бульон рыбный	55,6	55,6				
Мука пшеничная высш. сорт	2,5	2,5				
Сухари панировочные	1,7	1,7				
Чай с сахаром 85		150,0	0,0	0,0	10,4	45,8
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Сахар песок	9,8	9,8				
Вода питьевая	142,5	142,5				
Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7

	Батон "Умница"	20,0	20,0				
	Салат из моркови с зеленым горошком		30,0	0,8	2,7	2,2	36,2
	Морковь (отход 25%)	22,4	16,8				
	Зеленый горошек консерв (отход 35%)	18,5	12,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0				
Итого за Уплотненный полдник			360,0	18,8	20,7	61,8	472,7
Итого за 6 день			1 360,0	41,4	37,2	212,7	1 137,8

Ясли 12 часов

День 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая (сух. молоко) 85	150,0		4,2	3,1	21,7	104,6
Манная крупа	23,1	23,1				
Сахар песок	3,8	3,8				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	3,8	3,8				
Молоко сухое цельное 25% жирности	8,7	8,7				
Какао с молоком	150,0		1,6	0,3	16,2	73,9
Какао-порошок	2,2	2,3				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	15,0	15,0				
Вода питьевая	83,3	83,3				
Булка 85	20,0		5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Масло сливочное 85	3,0		4,2	7,6	25,3	22,4
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	3,0	3,0				
Итого за Завтрак	323,0		15,4	11,6	96,0	247,6
Второй завтрак						
Фрукты (банан)	95,0		1,4	0,1	20,0	84,6
Бананы	95,0	95,0				
Итого за Второй завтрак	95,0		1,4	0,1	20,0	84,6
Обед						
Суп картофельный с бобовыми 85	150,0		3,0	5,2	8,1	72,9
Картофель (отход 35%)	46,2	30,0				
Морковь (отход 25%)	10,0	7,5				
Лук репчатый (отход 16%)	7,1	6,0				
Горох лущеный	12,0	12,0				
Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0				
Бульон	105,0	105,0				
Рулет из говядины с яйцом (паровой) 84	60,0		7,2	11,5	5,5	155,0
Говядина 1 кат. б/к (отход 50%)	36,2	34,4				
Батон "Умница"	7,2	7,2				

	Вода питьевая	10,4	10,4				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	17,3	15,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,2	5,2				
	Картофельное пюре (сух. молоко) 85		110,0	1,5	2,6	17,6	111,6
	Картофель (отход 35%)	142,2	92,4				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,9	5,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,9	1,9				
	Овощи (свежий огурец)		30,0				
	Огурцы парниковые (отход 2%)	30,6	30,0				
	Компот из кураги		150,0	0,4	0,0	29,6	83,9
	Курага	15,0	15,0				
	Сахар песок	11,2	11,3				
	Вода питьевая	151,5	151,5				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Итого за Обед			540,0	13,8	19,6	61,1	483,4
Уплотненный полдник							
	Запеканка из творога 85 (сух. мол.)		140,0	19,7	8,5	36,3	260,2
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	131,5	130,2				
	Манная крупа	9,1	9,1				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	4,8	4,2				
	Сахар песок	9,1	9,1				
	Сметана 15% жирности	4,9	4,9				
	Сухари панировочные	4,9	4,9				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,9	4,9				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	3,7	3,7				
	соус фруктовый		20,0	0,0	0,0	3,6	14,4
	Сахар песок	2,4	2,4				
	Крахмал картофельный	0,6	0,6				
	Вода питьевая	17,0	17,0				
	Вишня замороженная	2,4	2,4				
	Молоко кипяченое		150,0	4,2	4,8	7,6	90,1
	Молоко пастер. 2,5% жирности	150,0	150,0				
	Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Итого за Уплотненный полдник			330,0	29,2	14,0	80,2	411,4
Итого за 7 день			1 288,0	59,8	45,3	257,2	1 227,0

Если 12 часов

День 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак						
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" (сух.молоко) 85		150,0	4,6	4,4	19,2	103,9
Геркулес	23,1	23,1				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	3,8	3,8				
Сахар песок	3,8	3,8				
Вода питьевая	43,5	43,5				
Молоко сухое цельное 25% жирности	9,7	9,7				
Чай с молоком		150,0	1,6	0,0	23,4	48,1
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Вода питьевая	90,0	90,0				
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0				
Сахар песок	9,8	9,8				
Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Сыр		15,0	2,1	2,3	2,9	43,8
Сыр (отход 4%)	15,6	15,0				
Итого за Завтрак		335,0	13,7	7,3	78,2	242,5
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (ясли)		120,0	0,9	0,2	35,8	84,0
Сок 0,2	120,0	120,0				
Итого за Второй завтрак		120,0	0,9	0,2	35,8	84,0
Обед						
Гуляш из свинины		60,0	9,7	10,4	1,9	140,3
Свинина бескостная (отход 3%)	57,2	55,5				
Свинина бескостная (отход 3%)	57,2	55,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	3,3	3,3				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	3,3	3,3				
Томатная паста	3,7	3,7				
Томатная паста	3,7	3,7				
Лук репчатый (отход 16%)	8,3	7,0				
Лук репчатый (отход 16%)	8,3	7,0				
Мука пшеничная высш.сорт	1,9	1,9				
Мука пшеничная высш.сорт	1,9	1,9				
Каша гречневая рассыпчатая		90,0	1,2	4,2	23,2	134,9
Греча	41,4	41,4				
Греча	50,6	50,6				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,1	4,1				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,0	5,0				
Икра свекольная 85		30,0	0,9	2,3	2,8	33,1
Свекла (отход 25%)	30,6	23,0				

	Лук репчатый (отход 16%)	6,2	5,2				
	Томатная паста	3,3	3,3				
	Масло подсолнечное рафинированное	2,3	2,3				
	Сахар песок	0,4	0,4				
Суп картофельный с рыбой85		150,0		5,7	5,7	8,9	68,5
	Бульон рыбный	131,3	131,3				
	Филе минтая (отход 5%)	42,4	40,3				
	Картофель (отход 35%)	129,8	84,4				
	Морковь (отход 25%)	10,0	7,5				
	Лук репчатый (отход 16%)	8,9	7,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	2,3	2,3				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0		1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0				
Компот из сухофруктов		150,0		0,4	0,0	24,6	69,9
	Сухофрукты (смесь)	18,7	18,8				
	Сахар песок	11,2	11,3				
	Вода питьевая	158,3	158,3				
Итого за Обед		690,0		30,7	38,5	92,0	812,0
Уплотненный полдник							
Булка 85		20,0		5,3	0,7	32,7	46,7
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Ватрушка с повидлом 84		60,0		3,8	2,6	37,8	189,8
	Яйца куриные (шт.)	2,8	2,8				
	Повидло	30,0	30,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5				
	Дрожжи сухие	0,9	0,9				
	Сахар песок	1,5	1,5				
	Мука пшеничная высш.сорт	30,0	30,0				
Салат овощной с зеленым горошком 84		110,0		3,1	7,8	10,0	122,1
	Зеленый горошек консерв (отход 35%)	28,8	18,7				
	Яйца куриные (шт.)	8,8	8,8				
	Картофель (отход 35%)	76,2	49,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	6,6	6,6				
	Морковь (отход 25%)	36,7	27,5				
Чай с сахаром 85		150,0		0,0	0,0	10,4	45,8
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	9,8	9,8				
	Вода питьевая	142,5	142,5				
Итого за Уплотненный полдник		340,0		12,3	11,0	91,0	404,3
Итого за 8 день		1 485,0		57,6	57,0	297,0	1 542,8

Ясли 12 часов

День 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						

Каша пшеничная молочная жидкая (сух. молоко) 85	150,0	5,1	3,2	22,3	126,6
Пшеничная крупа	30,0	30,0			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82 50%	3,8	3,8			
Сахар песок	3,8	3,8			
Вода питьевая	51,0	51,0			
Молоко сухое цельное 25% жирности	8,3	8,3			
Кофейный напиток с молоком	150,0	1,6	0,0	18,6	50,9
Кофейный напиток	1,5	1,5			
Молоко пастер. 2,5% жирности	75,0	75,0			
Сахар песок	11,3	11,3			
Вода питьевая	90,0	90,0			
Булка 85	20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0			
Джем 85	20,0	0,4	2,3	8,5	46,9
Джем	20,0	20,0			
Итого за Завтрак	340,0	12,4	6,1	82,1	271,1
Второй завтрак					
Фрукты (яблоко) 85	95,0	0,5	0,5	11,9	51,3
Яблоки	95,0	95,0			
Итого за Второй завтрак	95,0	0,5	0,5	11,9	51,3
Обед					
Свекольник 85	150,0	2,3	4,1	7,5	70,8
Картофель (отход 35%)	39,8	25,9			
Морковь (отход 25%)	8,0	6,0			
Лук репчатый (отход 16%)	7,9	6,7			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82 50%	3,0	3,0			
Томатная паста	1,0	1,0			
Сахар песок	1,0	1,0			
Сметана 15% жирности	4,5	4,5			
Свекла (отход 25%)	51,2	38,4			
Овощи (свежий огурец)	30,0				
Огурцы парниковые (отход 20%)	30,6	30,0			
Лимонный напиток	150,0	0,2	0,1	12,7	65,2
Лимон (отход 10%)	12,0	10,8			
Сахар песок	18,0	18,0			
Вода питьевая	160,5	160,5			
Хлеб ржаной Дарницкий 85	40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0			
Рагу из птицы 85	170,0	17,3	17,4	22,2	243,2
Мука пшеничная высш.сорт	0,9	0,9			
Картофель (отход 35%)	119,5	77,7			
Масло подсолнечное рафинированное	5,8	5,8			
Масло подсолнечное рафинированное	0,8	0,8			
Цыпленок-бройлер	70,0	70,0			
Лук репчатый (отход 16%)	11,5	9,7			

	Морковь (отход 25%)	22,0	16,5				
	Томатная паста	2,3	2,3				
Итого за Обед		540,0	21,4	22,0	42,8	439,3	
Уплотненный полдник							
	Капуста тушеная	120,0	3,1	3,9	8,4	81,2	
	Капуста белокочанная (отход 20%)	157,5	126,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	5,4	5,4				
	Томатная паста	3,8	3,8				
	Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2				
	Морковь (отход 25%)	6,4	4,8				
	Мука пшеничная высш.сорт	1,4	1,4				
	Сахар песок	3,6	3,6				
	Мясо отварное	30,0	6,7	3,9	0,2	81,6	
	Свинина бескостная (отход 3%)	41,2	40,0				
	Морковь (отход 25%)	1,2	0,9				
	Лук репчатый (отход 16%)	1,0	0,8				
	Чай с сахаром 85	150,0	0,0	0,0	10,4	45,8	
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	9,8	9,8				
	Вода питьевая	142,5	142,5				
	Булка 85	20,0	5,3	0,7	32,7	46,7	
	Батон "Умница"	20,0	20,0				
Итого за Уплотненный полдник		320,0	15,2	8,4	51,8	255,2	
Итого за 9 день		1 295,0	49,5	37,0	188,5	1 016,9	

Если 12 часов

День 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша гречневая вязкая на молоке (свежее) 85	150,0		2,8	3,2	27,9	114,3
Греча	29,3	29,3				
Вода питьевая	19,8	19,8				
Молоко пастер. 2,5% жирности	97,3	97,3				
Сахар песок	3,7	3,7				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	3,7	3,7				
Чай с сахаром 85	150,0		0,0	0,0	10,4	45,8
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Сахар песок	9,8	9,8				
Вода питьевая	142,5	142,5				
Булка 85	20,0		5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Масло сливочное 85	3,0		4,2	7,6	25,3	22,4
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	3,0	3,0				

Итого за Завтрак		323,0	12,3	11,5	96,4	229,1
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (ясли)		120,0	0,9	0,2	35,8	84,0
	Сок 0,2	120,0	120,0			
Итого за Второй завтрак		120,0	0,9	0,2	35,8	84,0
Обед						
Печень говяжья по-строгановски 85		60,0	10,2	10,1	7,9	152,3
	Масло подсолнечное рафинированное	6,0	6,0			
	Сметана 15% жирности	25,3	25,3			
	Мука пшеничная высш.сорт	1,3	1,3			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,3	1,3			
	Печень говяжья (отход 17%)	82,7	68,7			
Щи из свежей капусты с картофелем 85		150,0	1,3	3,4	8,3	60,5
	Картофель (отход 35%)	27,7	18,0			
	Морковь (отход 25%)	8,0	6,0			
	Лук репчатый (отход 16%)	7,1	6,0			
	Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0			
	Сметана 15% жирности	4,5	4,5			
	Бульон	120,0	120,0			
	Капуста белокочанная (отход 20%)	37,5	30,0			
Картофельное пюре (сух. молоко) 85		110,0	1,5	2,6	17,6	111,6
	Картофель (отход 35%)	142,2	92,4			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,9	5,0			
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,9	1,9			
Компот из изюма		150,0	0,2	0,2	16,4	67,9
	Изюм	15,0	15,0			
	Сахар песок	11,2	11,3			
Хлеб ржаной Дарницкий 85		40,0	1,6	0,4	0,4	60,1
	Хлеб Дарницкий формовой	40,0	40,0			
Суфле из печени		60,0	13,1	8,0	4,6	157,1
	Печень говяжья (отход 17%)	76,6	63,6			
	Мука пшеничная высш.сорт	3,6	3,6			
	Лук репчатый (отход 16%)	10,7	9,0			
	Масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6			
	Молоко пастер. 2,5% жирности	31,2	31,2			
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,3	4,6			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,2	1,2			
Итого за Обед		570,0	27,9	24,7	55,1	609,4
Уплотненный полдник						
Рыба, запеченная в омлете		130,0	22,5	17,9	22,7	353,7

Филе минтая (отход 5%)	111,2	105,7				
Мука пшеничная высш.сорт	4,8	4,8				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,50%	4,8	4,8				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	36,5	32,1				
Молоко сухое цельное 25% жирности	1,4	1,4				
Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривания 84		30,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Зеленый горошек консерв	22,6	22,6				
Напиток из шиповника		150,0	0,5	0,0	14,2	63,7
Шиповник	15,0	15,0				
Сахар песок	11,3	11,3				
Вода питьевая	172,5	172,5				
Булка 85		20,0	5,3	0,7	32,7	46,7
Батон "Умница"	20,0	20,0				
Итого за Уплотненный полдник		330,0	28,3	18,6	69,6	464,1
Итого за 10 день		1 343,0	69,5	54,9	256,9	1 386,6

**Сад 12 часов
День 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая (сух. молоко) 85	180,0		5,1	3,7	26,0	125,5
Манная крупа	27,7	27,7				
Сахар песок	4,5	4,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,50%	4,5	4,5				
Молоко сухое цельное 25% жирности	10,4	10,4				
Булка 85	30,0		8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Джем 85	30,0		0,6	3,4	12,7	70,4
Джем	30,0	30,0				
Кофейный напиток с молоком	180,0		1,9	0,0	22,4	61,1
Кофейный напиток	1,8	1,8				
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
Сахар песок	13,5	13,5				
Вода питьевая	108,0	108,0				
Итого за Завтрак	420,0		15,6	8,1	110,2	327,1
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (сад)	140,0		0,7	0,1	27,8	65,3
Сок	140,0	140,0				
Итого за Второй завтрак	140,0		0,7	0,1	27,8	65,3
Обед						
Суп картофельный с клецками 85	180,0		2,7	3,1	5,2	58,1
Картофель (отход 35%)	49,2	32,0				

	Лук репчатый (отход 16%)	7,6	6,4				
	Морковь (отход 25%)	8,5	6,4				
	Бульон	120,0	120,0				
	Мука пшеничная высш.сорт	6,4	6,4				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	2,4	2,4				
	Вода питьевая	9,6	9,6				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,9	1,7				
	Голубцы ленивые из свинины		160,0	12,1	10,2	17,2	284,6
	Свинина бескостная (отход 30%)	66,0	64,0				
	Рис	8,0	8,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	10,9	9,1				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	4,6	4,6				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	120,0	96,0				
	Икра кабачковая		50,0	0,6	2,4	2,3	33,2
	Икра из кабачков (отход 5%)	52,6	50,0				
	Компот из сухофруктов		180,0	0,4	0,0	29,6	83,9
	Сухофрукты (смесь)	22,5	22,5				
	Сахар песок	13,5	13,5				
	Вода питьевая	190,0	190,0				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Итого за Обед		620,0	17,8	16,2	54,7	534,8	
Уплотненный полдник							
	Рыба (филе) отварная - минтай		70,0	10,9	8,5	1,2	178,1
	Филе минтая (отход 5%)	89,5	85,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	2,4	2,0				
	Морковь (отход 25%)	2,7	2,0				
	Картофельное пюре (сух. молоко) 85		130,0	1,8	3,0	20,8	131,8
	Картофель (отход 35%)	168,0	109,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	5,8	5,9				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,2	2,2				
	Чай с сахаром 85		180,0	0,1	0,0	12,5	54,9
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	11,7	11,7				
	Вода питьевая	171,0	171,0				
	Соус польский 85		30,0	0,7	4,9	0,7	84,2
	Мука пшеничная высш.сорт	1,1	1,1				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	7,5	7,5				
	Бульон рыбный	19,5	19,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,5	4,8				
	Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0

	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник		440,0	21,4	17,4	84,3	519,1	
Итого за 1 день		1 620,0	55,5	41,9	277,1	1 446,3	

**Сад 12 часов
День 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша молочная "Дружба" (сух. молоко) 85	180,0		4,3	4,1	32,6	138,8
Рис	13,2	13,2				
Пшено	9,7	9,7				
Вода питьевая	61,5	61,5				
Сахар песок	4,4	4,4				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	4,4	4,4				
Молоко сухое цельное 25% жирности	9,8	9,8				
Булка 85	30,0		8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Какао с молоком	180,0		2,0	0,3	19,5	88,7
Какао-порошок	2,7	2,7				
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
Сахар песок	18,0	18,0				
Вода питьевая	100,0	100,0				
сыр	20,0		2,9	3,0	3,8	58,4
Сыр (отход 4%)	20,8	20,0				
Итого за Завтрак	410,0		17,1	8,5	105,0	355,9
Второй завтрак						
Фрукты (груши)	100,0		0,5	0,4	11,4	68,2
Груша	100,0	100,0				
Итого за Второй завтрак	100,0		0,5	0,4	11,4	68,2
Обед						
Рассольник Ленинградский 85	180,0		1,7	4,3	11,3	89,7
Картофель (отход 35%)	83,1	54,0				
Рис	3,6	3,6				
Морковь (отход 25%)	9,6	7,2				
Огурцы стерилизованные (отход 45%)	19,6	10,8				
Масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6				
Сметана 15% жирности	7,2	7,2				
Бульон	135,0	135,0				
Лук репчатый (отход 16%)	4,3	3,6				
Пудинг из свинины 85	70,0		12,5	15,8	0,7	216,1
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	5,0	5,0				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	11,4	10,0				
Молоко сухое цельное 25% жирности	1,5	1,5				

	Свинина бескостная (отход 3%)	83,5	81,0				
Овощи (свежий огурец)		50,0					
	Огурцы парниковые (отход 2%)	51,0	50,0				
Капуста тушеная		130,0		3,4	4,2	9,1	88,0
	Капуста белокочанная (отход 20%)	170,6	136,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	5,9	5,9				
	Томатная паста	4,2	4,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	9,3	7,8				
	Морковь (отход 25%)	6,9	5,2				
	Мука пшеничная высш.сорт	1,6	1,6				
	Сахар песок	3,9	3,9				
Компот из вишни замороженной		180,0		0,2	0,1	11,6	49,7
	Вода питьевая	154,8	154,8				
	Вишня замороженная	36,0	36,0				
	Сахар песок	13,5	13,5				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0		2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Итого за Обед		660,0		19,9	24,9	33,2	518,6
Уплотненный полдник							
Молоко сгущенное		30,0		1,6	1,9	27,6	70,5
	Молоко сгущенное с сахаром 8 5% жирности	30,0	30,0				
Залепок морковная с творогом 85 (сух мол)		160,0		10,7	5,2	31,4	169,1
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	60,6	60,0				
	Манная крупа	16,0	16,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,7	2,7				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	7,3	6,4				
	Сахар песок	6,4	6,4				
	Сметана 15% жирности	4,3	4,3				
	Сухари панировочные	4,3	4,3				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 5%	8,0	8,0				
	Морковь (отход 25%)	133,7	100,3				
Кефир		180,0		5,6	4,4	8,2	94,5
	Кефир 2,5 % жирности	180,0	180,0				
Пряник		30,0		0,0	0,0	0,0	0,0
	Пряники	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник		400,0		17,9	11,4	67,1	334,1
Итого за 2 день		1 570,0		55,4	45,2	216,7	1 276,8

Сад 12 часов

День 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						

Омлет с морковью		150,0	11,0	11,8	7,4	146,0
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	90,9	80,0			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	5,0	5,0			
	Молоко сухое цельное 25% жирности	5,5	5,5			
	Морковь (отход 25%)	53,3	40,0			
Чай с молоком		180,0	1,9	0,0	28,1	57,7
	Чай черный байховый	0,5	0,5			
	Вода питьевая	108,0	108,0			
	Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0			
	Сахар песок	11,7	11,7			
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0			
Масло сливочное 85		4,0	5,5	10,1	33,8	29,9
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	4,0	4,0			
Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривания 84		50,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Зеленый горошек консерв	37,7	37,7			
Итого за Завтрак		414,0	26,4	22,9	118,4	303,6
Второй завтрак						
Молоко кипяченое		140,0	3,9	4,5	7,1	84,1
	Молоко пастер. 2,5% жирности	140,0	140,0			
Итого за Второй завтрак		140,0	3,9	4,5	7,1	84,1
Обед						
Суп картофельный с мясными фрикадельками 85		180,0	5,2	4,2	9,2	86,1
	Лук репчатый (отход 16%)	3,8	3,2			
	Лук репчатый (отход 16%)	2,4	2,0			
	Морковь (отход 25%)	8,5	6,4			
	Картофель (отход 35%)	98,5	64,0			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	1,6	1,6			
	Свинина бескостная (отход 3%)	23,6	22,9			
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,9	1,7			
	Вода питьевая	2,3	2,3			
Котлеты, биточки, шницели 85 к2		70,0	9,3	10,4	9,0	135,4
	Говядина 1 кат. б/к (отход 5%)	63,2	60,0			
	Батон "Умница"	13,0	13,0			
	Сухари панировочные	7,5	7,5			
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,8	1,8			
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-50%	5,0	5,0			
Макаронные изделия 85		130,0	5,5	4,2	18,7	148,1
	Макаронные изделия высшего сорта	44,2	44,2			

	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,9	5,9				
	Салат из свеклы с соленым огурцом		50,0	0,6	4,5	2,4	52,6
	Свекла (отход 25%)	49,3	36,9				
	Огурцы стерилизованные (отход 45%)	18,1	10,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	5,0	5,0				
	Компот из изюма		180,0	0,3	0,2	19,7	81,5
	Изюм	18,0	18,0				
	Сахар песок	13,5	13,5				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
	Итого за Обед		660,0	22,9	24,0	59,5	578,8
	Уплотненный полдник						
	Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
	Салат картофельный с огурцами солеными		130,0	6,4	9,5	7,5	126,0
	Картофель (отход 35%)	120,0	78,0				
	Морковь (отход 25%)	19,1	14,3				
	Лук репчатый (отход 16%)	17,0	14,3				
	Огурцы стерилизованные (отход 45%)	30,7	16,9				
	Масло подсолнечное рафинированное	6,5	6,5				
	Ватрушка с творожным фаршем 85		60,0	4,7	3,2	34,2	172,1
	Вода питьевая	12,0	12,0				
	Мука пшеничная высш.сорт	32,3	32,3				
	Сахар песок	4,3	4,3				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	2,5	2,5				
	Дрожжи сухие	0,2	0,2				
	Масло подсолнечное рафинированное	0,2	0,2				
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	23,8	23,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,9	5,2				
	Чай с лимоном		180,0	1,9	0,0	28,1	57,7
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	13,5	13,5				
	Лимон (отход 12%)	7,2	6,3				
	Вода питьевая	180,0	180,0				
	Итого за Уплотненный полдник		400,0	21,0	13,7	118,9	425,9
	Итого за 3 день		1 614,0	74,2	65,2	303,9	1 392,4

Сад 12 часов

День 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						

Каша пшеничная молочная жидкая (сух. молоко) 85	180,0	5,3	4,8	34,3	177,7
Сахар песок	4,4	4,4			
Пшено	35,1	35,1			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	4,4	4,4			
Молоко сухое цельное 25% жирности	4,4	4,4			
Кофейный напиток с молоком	180,0	1,9	0,0	22,4	61,1
Кофейный напиток	1,8	1,8			
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0			
Сахар песок	13,5	13,5			
Вода питьевая	108,0	108,0			
Булка 85	30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0			
Масло сливочное 85	4,0	5,5	10,1	33,8	29,9
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	4,0	4,0			
Вафли 85	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Вафли	20,0	20,0			
Итого за Завтрак	414,0	20,7	16,0	139,5	338,7
Второй завтрак					
Фрукты(киви)	100,0	5,6	6,4	10,1	120,2
Киви	100,0	100,0			
Итого за Второй завтрак	100,0	5,6	6,4	10,1	120,2
Обед					
Суп картофельный с вермишелью 85	180,0	3,8	3,0	5,3	51,9
Вермишель	7,2	7,2			
Картофель (отход 35%)	83,1	54,0			
Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2			
Морковь (отход 25%)	9,6	7,2			
Бульон	135,0	135,0			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	2,7	2,7			
Курица в соусе с томатом 85	70,0	12,7	9,9	1,1	125,0
Цыпленок-бройлер	96,3	96,3			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	5,3	5,3			
Лук репчатый (отход 16%)	5,2	4,3			
Томатная паста	2,2	2,2			
Мука пшеничная высш.сорт	1,1	1,1			
Сметана 15% жирности	2,5	2,5			
Морковь (отход 25%)	5,9	4,4			
Бульон	26,9	26,9			
Рис отварной 85	130,0	4,4	7,0	27,7	200,3
Рис	46,8	46,8			
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	5,9	5,9			
Кисель из джема	180,0	0,1	0,0	24,5	129,8
Крахмал картофельный	6,3	6,3			

	Сахар песок	10,8	10,8				
	Джем	28,8	28,8				
	Вода питьевая	135,0	135,0				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Итого за Обед		610,0	23,1	20,4	59,1	582,1	
Уплотненный полдник							
	Винегрет.		130,0	2,9	11,9	9,0	149,8
	Картофель (отход 35%)	44,0	28,6				
	Огурцы стерилизованные (отход 45%)	70,9	39,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	23,2	19,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	13,0	13,0				
	Свекла (отход 25%)	26,3	19,8				
	Морковь (отход 25%)	17,3	13,0				
	Сок в ассортименте (сад)		180,0	0,9	0,2	35,8	84,0
	Сок	180,0	180,0				
	Пирожок с капустой 85		60,0	3,9	3,9	33,5	181,8
	Мука пшеничная высш.сорт	27,5	27,5				
	Мука пшеничная высш.сорт	0,9	0,9				
	Сахар песок	2,0	2,0				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	3,0	3,0				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	1,7	1,7				
	Дрожжи сухие	0,2	0,2				
	Вода питьевая	7,4	7,4				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	37,8	30,2				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	2,9	2,5				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	1,4	1,3				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	3,4	3,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	0,9	0,9				
	Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник		400,0	15,7	17,0	127,4	485,6	
Итого за 4 день		1 524,0	65,1	59,7	336,1	1 526,7	

Сад 12 часов

День 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" (сух.молоко) 85		180,0	5,6	5,3	23,1	124,7
Геркулес	27,7	27,7				

	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
	Сахар песок	4,5	4,5				
	Вода питьевая	52,2	52,2				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	11,6	11,6				
Чай с молоком		180,0	1,9	0,0	28,1	57,7	
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Вода питьевая	108,0	108,0				
	Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
	Сахар песок	11,7	11,7				
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0	
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
сыр		20,0	2,9	3,0	3,8	58,4	
	Сыр (отход 4%)	20,8	20,0				
Итого за Завтрак		410,0	18,3	9,3	104,1	310,8	
Второй завтрак							
Фрукты (яблоко) 85		100,0	0,5	0,5	12,5	54,0	
	Яблоки	100,0	100,0				
Итого за Второй завтрак		100,0	0,5	0,5	12,5	54,0	
Обед							
Борщ с капустой и картофелем 85		180,0	1,3	6,5	8,2	113,0	
	Картофель (отход 35%)	22,2	14,4				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	18,0	14,4				
	Морковь (отход 25%)	9,6	7,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	4,3	3,6				
	Бульон	135,0	135,0				
	Свекла (отход 25%)	38,4	28,8				
	Сметана 15% жирности	7,2	7,2				
	Масло подсолнечное рафинированное	2,2	2,2				
	Сахар песок	1,8	1,8				
котлеты или биточки рыбные		70,0	7,2	1,5	0,9	60,6	
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	4,5	4,0				
	Филе минтая (отход 5%)	58,9	56,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,1	1,1				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,4	1,4				
	Батон "Умница"	13,0	13,0				
Картофельное пюре (сух. молоко) 85		130,0	1,8	3,0	20,8	131,8	
	Картофель (отход 35%)	168,0	109,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,8	5,9				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,2	2,2				
икра морковная 85		50,0	1,5	2,9	6,8	58,6	
	Сахар песок	0,5	0,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	2,5	2,5				
	Лук репчатый (отход 16%)	9,7	8,2				

	Морковь (отход 25%)	53,3	40,0				
	Томатная паста	5,3	5,3				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
	Компот из свежих яблок		180,0	0,6	0,3	27,8	72,8
	Яблоки (отход 12%)	40,9	36,0				
	Сахар песок	21,6	21,6				
	Вода питьевая	154,0	154,0				
Итого за Обед		660,0		14,4	14,8	65,0	511,9
Уплотненный полдник							
	Сырники с морковью 85		160,0	17,3	7,3	43,7	254,8
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	2,3	2,3				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,3	5,3				
	Мука пшеничная высш.сорт	20,3	20,3				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	7,3	6,4				
	Сахар песок	11,7	11,7				
	Творог 9,0% жирности (отход 1%)	114,7	113,6				
	Морковь (отход 25%)	46,9	35,2				
	Манная крупа	3,9	3,9				
	соус фруктовый		30,0	0,0	0,0	5,5	21,6
	Сахар песок	3,6	3,6				
	Крахмал картофельный	0,9	0,9				
	Вода питьевая	25,5	25,5				
	Вишня замороженная	3,6	3,6				
	Молоко кипяченое		180,0	5,0	5,7	9,1	108,2
	Молоко пастер. 2,5% жирности	180,0	180,0				
	Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник		400,0		30,4	14,1	107,3	454,6
Итого за 5 день		1 570,0		63,5	38,6	288,9	1 331,4

Сад 12 часов

День 6

Наименование блюда		Выход		Химический состав			Энергетическая
		Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Каша рисовая молочная жидкая (сух. молоко) 85		180,0		6,2	3,9	25,5	151,7
	Рис	27,7	27,7				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
	Сахар песок	4,5	4,5				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	11,6	11,6				
Кофейный напиток с молоком		180,0		1,9	0,0	22,4	61,1
	Кофейный напиток	1,8	1,8				

	Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
	Сахар песок	13,5	13,5				
	Вода питьевая	108,0	108,0				
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0	
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Джем 85		30,0	0,6	3,4	12,7	70,4	
	Джем	30,0	30,0				
Итого за Завтрак		420,0	16,7	8,3	109,7	353,2	
Второй завтрак							
Сок в ассортименте (сад)		140,0	0,7	0,1	27,8	65,3	
	Сок	140,0	140,0				
Итого за Второй завтрак		140,0	0,7	0,1	27,8	65,3	
Обед							
Суп из овощей		180,0	2,8	5,6	8,1	76,1	
	Капуста белокочанная (отход 20%)	18,0	14,4				
	Сметана 15% жирности	7,2	7,2				
	Картофель (отход 35%)	55,4	36,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2				
	Морковь (отход 25%)	9,6	7,2				
	Зеленый горошек консерв (отход 35%)	8,3	5,4				
	Масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6				
Котлеты из свинины		70,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Свинина бескостная (отход 3%)	61,9	60,0				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,8	1,8				
	Сухари панировочные	7,5	7,5				
	Батон "Умница"	13,0	13,0				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	5,0	5,0				
Макароны отварные 85		130,0	5,5	4,2	18,7	148,1	
	Макаронные изделия высш. сорт	44,2	44,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82-5%	5,9	5,9				
Икра кабачковая		50,0	0,6	2,4	2,3	33,2	
	Икра из кабачков (отход 5%)	52,6	50,0				
Компот из вишни замороженной		180,0	0,2	0,1	11,6	49,7	
	Вода питьевая	154,8	154,8				
	Вишня замороженная	36,0	36,0				
	Сахар песок	13,5	13,5				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1	
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Итого за Обед		660,0	11,2	12,8	41,2	382,2	
Уплотненный полдник							
Рыба, запеченная с картофелем по-русски 85		170,0	13,5	18,3	17,5	365,6	
	Филе минтая (отход 5%)	68,8	65,3				
	Картофель (отход 35%)	127,6	82,9				

Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	2,7	2,7				
Бульон рыбный	59,1	59,1				
Мука пшеничная высш.сорт	2,7	2,7				
Сухари панировочные	1,8	1,8				
Чай с сахаром 85		180,0	0,1	0,0	12,5	54,9
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Сахар песок	11,7	11,7				
Вода питьевая	171,0	171,0				
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Салат из моркови с зеленым горошком		50,0	1,3	4,6	3,6	60,4
Морковь (отход 25%)	37,3	28,0				
Зеленый горошек консерв (отход 35%)	30,8	20,0				
Масло подсолнечное рафинированное	5,0	5,0				
Итого за Уплотненный полдник		430,0	22,8	23,9	82,7	550,9
Итого за 6 день		1 650,0	51,3	45,2	261,4	1 351,6

Сад 12 часов

День 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг е- тическ ая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая (сух. молоко) 85	180,0		5,1	3,7	26,0	125,5
Манная крупа	27,7	27,7				
Сахар песок	4,5	4,5				
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
Молоко сухое цельное 25% жирности	10,4	10,4				
Какао с молоком	180,0		2,0	0,3	19,5	88,7
Какао-порошок	2,7	2,7				
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
Сахар песок	18,0	18,0				
Вода питьевая	100,0	100,0				
Булка 85	30,0		8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Масло сливочное 85	4,0		5,5	10,1	33,8	29,9
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	4,0	4,0				
Итого за Завтрак	394,0		20,6	15,1	128,4	314,1
Второй завтрак						
Фрукты (банан)	100,0		1,5	0,1	21,0	89,0
Бананы	100,0	100,0				
Итого за Второй завтрак	100,0		1,5	0,1	21,0	89,0

Обед						
Суп картофельный с бобовыми 85		180,0	3,6	6,2	9,7	87,5
Картофель (отход 35%)	55,4	36,0				
Морковь (отход 25%)	12,0	9,0				
Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2				
Горох лущеный	14,4	14,4				
Масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6				
Бульон	126,0	126,0				
Рулет из говядины с яйцом (паровой) 84		70,0	8,4	13,4	6,4	180,8
Говядина 1 кат. б/к (отход 50%)	42,2	40,1				
Батон "Умница"	8,4	8,4				
Вода питьевая	12,1	12,1				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	20,2	17,7				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	6,1	6,1				
Картофельное пюре (сух. молоко) 85		130,0	1,8	3,0	20,8	131,8
Картофель (отход 35%)	168,0	109,2				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	5,8	5,9				
Молоко сухое цельное 25% жирности	2,2	2,2				
Овощи (свежий огурец)		50,0				
Огурцы парниковые (отход 20%)	51,0	50,0				
Компот из кураги		180,0	0,5	0,0	35,5	100,7
Курага	18,0	18,0				
Сахар песок	13,5	13,5				
Вода питьевая	181,8	181,8				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Итого за Обед		660,0	16,3	23,2	72,8	575,9
Уплотненный полдник						
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Запеканка из творога 85 (сух. мол.)		160,0	22,5	9,7	41,5	297,4
Творог 9,0% жирности (отход 1%)	150,3	148,8				
Манная крупа	10,3	10,3				
Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	5,5	4,8				
Сахар песок	10,3	10,3				
Сметана 15% жирности	5,5	5,5				
Сухари панировочные	5,5	5,5				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	5,5	5,5				
Молоко сухое цельное 25% жирности	4,3	4,3				
соус фруктовый		30,0	0,0	0,0	5,5	21,6
Сахар песок	3,6	3,6				
Крахмал картофельный	0,9	0,9				

	Вода питьевая	25,5	25,5				
	Вишня замороженная	3,6	3,6				
	Молоко кипяченое		180,0	5,0	5,7	9,1	108,2
	Молоко пастер. 2,5% жирности	180,0	180,0				
	Итого за Уплотненный полдник		400,0	35,6	16,5	105,1	497,2
	Итого за 7 день		1 554,0	74,0	54,9	327,2	1 476,2

Сад 12 часов

День 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" (сух.молоко) 85	180,0		5,6	5,3	23,1	124,7
Геркулес	27,7	27,7				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	4,5	4,5				
Сахар песок	4,5	4,5				
Вода питьевая	52,2	52,2				
Молоко сухое цельное 25% жирности	11,6	11,6				
Чай с молоком	180,0		1,9	0,0	28,1	57,7
Чай черный байховый	0,5	0,5				
Вода питьевая	108,0	108,0				
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
Сахар песок	11,7	11,7				
Булка 85	30,0		8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Сыр	20,0		2,9	3,0	3,8	58,4
Сыр (отход 4%)	20,8	20,0				
Итого за Завтрак	410,0		18,3	9,3	104,1	310,8
Второй завтрак						
Сок в ассортименте (сад)	140,0		0,7	0,1	27,8	65,3
Сок	140,0	140,0				
Итого за Второй завтрак	140,0		0,7	0,1	27,8	65,3
Обед						
Гуляш из свинины	70,0		11,4	12,1	2,2	163,6
Свинина бескостная (отход 3%)	66,8	64,8				
Свинина бескостная (отход 3%)	66,8	64,8				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	3,8	3,8				
Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	3,8	3,8				
Томатная паста	4,3	4,3				
Томатная паста	4,3	4,3				
Лук репчатый (отход 16%)	9,7	8,2				
Лук репчатый (отход 16%)	9,7	8,2				

	Мука пшеничная высш.сорт	2,2	2,2				
	Мука пшеничная высш.сорт	2,2	2,2				
	Каша гречневая рассыпчатая		110,0	1,5	5,1	28,3	164,9
	Греча	50,6	50,6				
	Греча	59,8	59,8				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	5,0	5,0				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82 50%	5,9	5,9				
	Икра свекольная 85		50,0	1,4	3,8	4,6	55,2
	Свекла (отход 25%)	51,0	38,3				
	Лук репчатый (отход 16%)	10,3	8,7				
	Томатная паста	5,5	5,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	3,7	3,8				
	Сахар песок	0,6	0,6				
	Суп картофельный с рыбой85		180,0	6,9	6,9	10,7	82,2
	Бульон рыбный	157,5	157,5				
	Филе минтая (отход 5%)	50,9	48,4				
	Картофель (отход 35%)	155,8	101,3				
	Морковь (отход 25%)	12,0	9,0				
	Лук репчатый (отход 16%)	10,7	9,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	2,7	2,7				
	Компот из сухофруктов		180,0	0,4	0,0	29,6	83,9
	Сухофрукты (смесь)	22,5	22,5				
	Сахар песок	13,5	13,5				
	Вода питьевая	190,0	190,0				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
	Итого за Обед		840,0	36,7	46,6	111,6	983,5
Уплотненный полдник							
	Ватрушка с повидлом 84		60,0	3,8	2,6	37,8	189,8
	Яйца куриные (шт.)	2,8	2,8				
	Повидло	30,0	30,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5				
	Дрожжи сухие	0,9	0,9				
	Сахар песок	1,5	1,5				
	Мука пшеничная высш.сорт	30,0	30,0				
	Салат овощной с зеленым горошком 84		130,0	3,6	9,2	11,8	144,3
	Зеленый горошек консерв (отход 35%)	34,0	22,1				
	Яйца куриные (шт.)	10,4	10,4				
	Картофель (отход 35%)	90,0	58,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	7,8	7,8				
	Морковь (отход 25%)	43,3	32,5				
	Чай с сахаром 85		180,0	0,1	0,0	12,5	54,9
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	11,7	11,7				

	Вода питьевая	171,0	171,0				
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0	
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный		400,0	15,5	12,8	111,3	459,0	
Итого за 8 день		1 790,0	71,2	68,8	354,8	1 818,6	

Сад 12 часов

День 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг е- тическ ая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак						
Каша пшеничная молочная жидкая (сух. молоко) 85	180,0		6,1	3,8	26,7	151,9
Пшеничная крупа	36,0	36,0				
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	4,5	4,5				
Сахар песок	4,5	4,5				
Вода питьевая	61,2	61,2				
Молоко сухое цельное 25% жирности	9,9	9,9				
Кофейный напиток с молоком	180,0		1,9	0,0	22,4	61,1
Кофейный напиток	1,8	1,8				
Молоко пастер. 2,5% жирности	90,0	90,0				
Сахар песок	13,5	13,5				
Вода питьевая	108,0	108,0				
Булка 85	30,0		8,0	1,0	49,1	70,0
Батон "Умница"	30,0	30,0				
Джем 85	30,0		0,6	3,4	12,7	70,4
Джем	30,0	30,0				
Итого за Завтрак	420,0		16,6	8,2	110,9	353,4
Второй завтрак						
Фрукты (яблоко) 85	100,0		0,5	0,5	12,5	54,0
Яблоки	100,0	100,0				
Итого за Второй завтрак	100,0		0,5	0,5	12,5	54,0
Обед						
Свекольник 85	180,0		2,8	4,9	8,9	85,0
Картофель (отход 35%)	47,7	31,0				
Морковь (отход 25%)	9,6	7,2				
Лук репчатый (отход 16%)	9,5	8,0				
Масло ГОСТ сладко- сливочное несоленое 82,5%	3,6	3,6				
Томатная паста	1,2	1,2				
Сахар песок	1,2	1,2				
Сметана 15% жирности	5,4	5,4				
Свекла (отход 25%)	61,4	46,1				
Овощи (свежий огурец)	50,0					
Огурцы парниковые (отход 2%)	51,0	50,0				
Лимонный напиток	180,0		0,2	0,2	15,2	78,2
Лимон (отход 10%)	14,4	13,0				
Сахар песок	21,6	21,6				

	Вода питьевая	192,6	192,6				
	Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
	Рагу из птицы 85		190,0	19,4	19,5	24,9	271,8
	Мука пшеничная высш.сорт	1,0	1,0				
	Картофель (отход 35%)	133,6	86,8				
	Масло подсолнечное рафинированное	6,5	6,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	0,9	0,9				
	Цыпленок-бройлер	78,2	78,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	12,9	10,8				
	Морковь (отход 25%)	24,6	18,4				
	Томатная паста	2,6	2,6				
Итого за Обед			650,0	24,4	25,0	49,5	510,1
Уплотненный полдник							
	Чай с сахаром 85		180,0	0,1	0,0	12,5	54,9
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	11,7	11,7				
	Вода питьевая	171,0	171,0				
	Капуста тушеная		130,0	3,4	4,2	9,1	88,0
	Капуста белокочанная (отход 20%)	170,6	136,5				
	Масло подсолнечное рафинированное	5,9	5,9				
	Томатная паста	4,2	4,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	9,3	7,8				
	Морковь (отход 25%)	6,9	5,2				
	Мука пшеничная высш.сорт	1,6	1,6				
	Сахар песок	3,9	3,9				
	Мясо отварное		40,0	8,9	5,1	0,2	108,8
	Свинина бескостная (отход 3%)	55,0	53,3				
	Морковь (отход 25%)	1,6	1,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	1,3	1,1				
	Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник			380,0	20,4	10,3	71,0	321,7
Итого за 9 день			1 550,0	61,8	44,1	243,9	1 239,2

Сад 12 часов

День 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша гречневая вязкая на молоке (свежее) 85	180,0		3,3	3,9	33,5	137,1
Греча	35,1	35,1				
Вода питьевая	23,7	23,7				
Молоко пастер. 2,5% жирности	116,8	116,8				
Сахар песок	4,4	4,4				

	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	4,4	4,4				
Чай с сахаром 85		180,0	0,1	0,0	12,5	54,9	
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	11,7	11,7				
	Вода питьевая	171,0	171,0				
Булка 85		30,0	8,0	1,0	49,1	70,0	
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Масло сливочное 85		30,0	41,6	75,9	253,2	224,4	
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	30,0	30,0				
Итого за Завтрак		420,0	53,0	80,7	348,3	486,4	
Второй завтрак							
Сок в ассортименте (сад)		140,0	0,7	0,1	27,8	65,3	
	Сок	140,0	140,0				
Итого за Второй завтрак		140,0	0,7	0,1	27,8	65,3	
Обед							
Печень говяжья по-строгановски 85		70,0	11,9	11,8	9,2	177,7	
	Масло подсолнечное рафинированное	7,0	7,0				
	Сметана 15% жирности	29,6	29,6				
	Мука пшеничная высш.сорт	1,6	1,6				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,6	1,6				
	Печень говяжья (отход 17%)	96,5	80,1				
Щи из свежей капусты с картофелем 85		180,0	1,5	4,1	10,0	72,5	
	Картофель (отход 35%)	33,2	21,6				
	Морковь (отход 25%)	9,6	7,2				
	Лук репчатый (отход 16%)	8,6	7,2				
	Масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6				
	Сметана 15% жирности	5,4	5,4				
	Бульон	144,0	144,0				
	Капуста белокочанная (отход 20%)	45,0	36,0				
Картофельное пюре (сух. молоко) 85		130,0	1,8	3,0	20,8	131,8	
	Картофель (отход 35%)	168,0	109,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,8	5,9				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	2,2	2,2				
Компот из изюма		180,0	0,3	0,2	19,7	81,5	
	Изюм	18,0	18,0				
	Сахар песок	13,5	13,5				
Хлеб ржаной Дарницкий 85		50,0	2,1	0,5	0,5	75,1	
	Хлеб Дарницкий формовой	50,0	50,0				
Суфле из печени		80,0	17,4	10,7	6,1	209,4	
	Печень говяжья (отход 17%)	102,2	84,8				
	Мука пшеничная высш.сорт	4,8	4,8				

	Лук репчатый (отход 16%)	14,3	12,0				
	Масло подсолнечное рафинированное	4,8	4,8				
	Молоко пастер. 2,5% жирности	41,6	41,6				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	7,0	6,2				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	1,6	1,6				
Итого за Обед		690,0	35,0	30,3	66,2	748,1	
Уплотненный полдник							
	Рыба, запеченная в омлете	150,0	26,0	20,7	26,2	408,2	
	Филе минтая (отход 5%)	128,3	121,9				
	Мука пшеничная высш.сорт	5,6	5,6				
	Масло ГОСТ сладко-сливочное несоленое 82,5%	5,6	5,6				
	Яйца куриные (шт.) (отход 12%)	42,1	37,1				
	Молоко сухое цельное 25% жирности	1,6	1,6				
	Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривания 84	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Зеленый горошек консерв	37,7	37,7				
	Чай с сахаром 85	180,0	0,1	0,0	12,5	54,9	
	Чай черный байховый	0,5	0,5				
	Сахар песок	11,7	11,7				
	Вода питьевая	171,0	171,0				
	Булка 85	30,0	8,0	1,0	49,1	70,0	
	Батон "Умница"	30,0	30,0				
Итого за Уплотненный полдник		410,0	34,0	21,7	87,8	533,1	
Итого за 10 день		1 660,0	122,7	132,8	530,2	1 832,9	