

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=Тульковичский район, п. Комсомольский, Т=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН,
СНИЛС=00599785095, ИНН=202901081211,
E=slavovnu44@yandex.ru, G=Светлана Николаевна,
SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:13:22
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

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 | | | | | | |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | | 40 | 8,6 | 7,8 | 0,5 | 106,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 2 шт. | 70 | 8,6 | 7,9 | 0,5 | 106,6 |
| ГРЕНКИ С СЫРОМ | | 40 | 5,6 | 7,5 | 21,9 | 178,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 3,3 | 0,3 | 21,9 | 103,4 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 9,9 | 9,9 | 2,2 | 2,8 | 0 | 34,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,5 | 5,5 | 0 | 4,4 | 0 | 39,9 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,6 |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ | 52,7 | 50,07 | 1 | 4,5 | 3,9 | 59,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | 0,1 | | 7,0 | 28,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,6 | 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,2 |
| ЯБЛОКИ | 175 | 154 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,2 |
| | | | 15,9 | 20,4 | 47,9 | 443,1 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | 185 | | | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) | 0,025 | 0,025 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170 | 170 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | 180 | 1,5 | 4,5 | 10,2 | 87,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 2,5 | 2,5 | 0,1 | 0,4 | 0,1 | 5,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,33 | 7 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| МОРКОВЬ | 7,48 | 5,61 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| СВЕКЛА | 45,16 | 33,87 | 0,5 | 0 | 2,9 | 13,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170 | 170 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 66 | 39,6 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,6 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 40/40 | 5,3 | 0,6 | 34,5 | 164,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 82,9 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
| ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | | 50 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 7,4 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 55 | 54,44 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 7,4 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | 2,2 | 4,6 | 13,4 | 103,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 129,53 | 77,72 | 1,6 | 0,3 | 12,3 | 58,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 23,4 | 23,4 | 0,7 | 0,6 | 1,1 | 12,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,6 | 4,6 | 0 | 3,7 | 0 | 33,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПУДИНГ ИЗ ГОВЯЖЕЙ ПЕЧЕНИ | 60 | | 17,4 | 8,6 | 0,7 | 168,7 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | 98,49 | 91,6 | 15,9 | 3,3 | 0 | 112,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,25 шт. | 8,75 | 1,1 | 1 | 0,1 | 13,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 12 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,6 | 6,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1 | 1 | 0 | 0,8 | 0 | 7,3 |
| | | | 27,8 | 18,6 | 79,9 | 618,2 |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ | 120 | | 12,6 | 11,5 | 24,5 | 257,8 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 73 | 73 | 11,3 | 6,4 | 2,1 | 111,2 |
| ЯБЛОКИ | 26,2 | 23,06 | 0,1 | 0,1 | 2,2 | 10,5 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,10 шт. | 3,5 | 0,4 | 0,4 | 0 | 5,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4 | 4 | 0,5 | 0 | 2,4 | 11,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,25 | 10,25 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 20,5 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | | 1,9 | 2,2 | 8,9 | 63,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 40 | 40 | 1,2 | 1 | 1,8 | 21,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,4 | 1,4 | 0 | 1,2 | 0 | 10,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 7 | 7 | 0,8 | 0,1 | 4,8 | 22,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,4 | 2,4 | 0 | 0 | 2,3 | 9,3 |
| РЯЖЕНКА | 200 | | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 108,0 |
| литры РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ | 200 | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 108,0 |
| | | | 20,3 | 18,7 | 41,8 | 428,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 64,0 | 57,7 | 169,6 | 1 490,2 |

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 | | | | | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 180 | 2,7 | 2,2 | 11,6 | 77,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 1,125 | 1,125 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") | | 180 | 5,9 | 7,1 | 27,7 | 199,5 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 11 | 10,89 | 0,8 | 0,1 | 7,9 | 35,2 |
| ПШЕНО | 15 | 14,85 | 1,6 | 0,4 | 10,2 | 50,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 30 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 3,5 | 3 | 5,8 | 65,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 30 | 3,3 | 5,2 | 9,8 | 99,6 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 8,3 | 7,55 | 1,8 | 2,2 | 0 | 27,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 |
| | | | 11,9 | 14,5 | 49,1 | 376,1 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | 50 | 4,3 | 5,6 | 42,6 | 238,7 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 59 | 59 | 4,3 | 5,6 | 42,6 | 238,6 |
| | | | 5,3 | 5,8 | 62,4 | 324,7 |
| Обед | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | 180 | 4,4 | 3,3 | 13,9 | 103,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 42,86 | 32,15 | 0,6 | 0,1 | 5 | 24,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| МОРКОВЬ | 11,61 | 8,71 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,9 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 16 | 16 | 3,6 | 0,3 | 7,5 | 46,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 119 | 119 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ | | 70 | 12,6 | 10,3 | 8,2 | 176,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,55 шт. | 19,25 | 2,3 | 2,1 | 0,1 | 29,3 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 57,78 | 52 | 9,4 | 8,1 | 0 | 110,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,3 | 7 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10,6 | 10,5 | 0,7 | 0,1 | 7,6 | 34,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,5 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|--------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | 120 | 2,4 | 5,2 | 7,3 | 86,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 140 | 112 | 1,9 | 0,1 | 5,1 | 30,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,2 | 5,2 | 0 | 5 | 0 | 45,3 |
| МОРКОВЬ | 12 | 9 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,4 | 9,58 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,8 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,3 | 4,3 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,3 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | 180 | 0,2 | 0,2 | 12,8 | 55,0 |
| ЯБЛОКИ | 60 | 52,8 | 0,2 | 0,2 | 5 | 24,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170 | 170 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,8 | 30,9 |
| | | | 23,9 | 19,5 | 70,0 | 553,7 |
| Полдник | | | | | | |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ | | 90 | 20,1 | 8,1 | 8,4 | 124,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,24 шт. | 8,4 | 1,1 | 1 | 0,1 | 12,8 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12,5 | 12,5 | 0,3 | 1,8 | 0,4 | 25,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | 6,8 | 32,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 46,9 | 46,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ | 180,766 | 108,46 | 16,7 | 1 | 0 | 7,6 |
| МОРКОВЬ | 9,7 | 7,28 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 10 | 6,8 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 6,4 | 6,4 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 3,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 3,4 | 0 | 30,6 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 2,5 | 2,5 | 0,6 | 0,7 | 0 | 8,8 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | 80 | 1,0 | 2,5 | 8,1 | 59,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 85,4 | 51,24 | 1 | 0,2 | 8,1 | 38,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,9 | 2,9 | 0 | 2,3 | 0 | 21,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | | 20/20 | 2,8 | 0,3 | 18,0 | 85,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 39,6 |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 2,3 | 1,9 | 8,7 | 62,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 80 | 80 | 2,2 | 1,9 | 3,7 | 41,9 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| | | | 26,2 | 12,8 | 43,2 | 331,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 67,3 | 52,6 | 224,7 | 1 586,3 |

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 | | | | | | |
| КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | | 5,3 | 5,4 | 18,7 | 145,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 3,5 | 3 | 5,8 | 65,5 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 15 | 15 | 1,7 | 0,9 | 9 | 51,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33 | 33 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 35 | | 2,3 | 4,2 | 15,1 | 107,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | 0,1 | | 7,0 | 28,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,6 | 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| | | | 7,7 | 9,6 | 40,8 | 281,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 200 | | 6,0 | 2,0 | 8,4 | 80,0 |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ | 206 | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 108,0 |
| | | | 6,0 | 2,0 | 8,4 | 80,0 |
| Обед | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ (2) | 150 | | 4,8 | 3,3 | 21,6 | 134,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 39 | 39 | 4,8 | 1,3 | 21,6 | 116,5 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 70 | | 13,6 | 14,9 | 3,0 | 200,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 13 | 13 | 0,4 | 0,3 | 0,6 | 6,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 75,22 | 67,7 | 12,2 | 10,5 | 0 | 143,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 5 | 5 | 0,4 | 0 | 2,4 | 11,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,2 | 0 | 10,9 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 3,3 | 3 | 0,7 | 0,9 | 0 | 10,6 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | 35/25 | | 4,3 | 0,4 | 28,2 | 133,9 |

| | | | | | | |
|--|------------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 82,9 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕННЫХ | 180 | | | | 17,2 | 68,8 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 18,7 | 18,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 11,2 | 11,2 | 0 | 0 | 8,5 | 34,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 194,4 | 194,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | 50 | | 0,6 | 0,1 | 2,0 | 12,7 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 55 | 54,44 | 0,6 | 0,1 | 2 | 12,7 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ №352 (ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ ОВОЩЕЙ, МЯСА, РЫБЫ) | 30 | | 1,5 | 3,1 | 7,5 | 64,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,6 | 0 | 24,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | 6,8 | 32,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 180 | | 1,9 | 3,7 | 12,4 | 91,2 |
| СВЕКЛА | 32,26 | 24,2 | 0,4 | 0 | 2 | 9,9 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 35 | 28 | 0,5 | 0 | 1,3 | 7,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 52,5 | 31,5 | 0,6 | 0,1 | 4,9 | 23,6 |
| МОРКОВЬ | 12,9 | 9,68 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,4 | 5,4 | 0,3 | 0 | 1 | 5,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,6 | 3,6 | 0 | 3,5 | 0 | 31,4 |
| САХАР ПЕСОК | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 1,7 | 7,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 162 | 162 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 26,7 | 25,5 | 91,9 | 705,9 |
| Полдник | | | | | | |
| СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ | 20 | | 1,5 | 1,1 | 8,6 | 52,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | 6,8 | 32,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 5,2 |
| САХАР ПЕСОК | 1,2 | 1,2 | 0 | 0 | 1,2 | 4,7 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | | 5,4 | 4,6 | 8,9 | 99,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 190,2 | 190,2 | 5,3 | 4,7 | 8,8 | 99,6 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ | 130 | | 13,0 | 11,4 | 13,6 | 212,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 22 | 22 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 70 | 70 | 10,9 | 6,1 | 2 | 106,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 5,56 | 5,56 | 0,4 | 0,1 | 4 | 17,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,25 шт. | 8,75 | 1,1 | 1 | 0,1 | 13,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 8,25 | 8,25 | 0,2 | 1,2 | 0,3 | 16,5 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,9 | 3,9 | 0,5 | 0 | 2,3 | 11,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| | | | 19,9 | 17,1 | 31,1 | 364,5 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 60,3 | 54,2 | 172,2 | 1 431,4 |

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Кировоградский край, L=Туглькевичский район, Л. Комсомольский, Т=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211, E=planoviy44z@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:15:28
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

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 МАННАЯ С МАСЛОМ | | 180 | 6,2 | 7,8 | 32,8 | 225,2 |
| КРУПА МАННАЯ | 36 | 36 | 3,6 | 0,4 | 24,6 | 114,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 66,1 | 66,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 91 | 91 | 2,5 | 2,2 | 4,3 | 47,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,5 | 6,5 | 0 | 5,2 | 0,1 | 47,1 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 25 | 1,6 | 4,1 | 10,1 | 83,6 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 2,7 | 2,2 | 10,2 | 71,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 81 | 81 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,6 | 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| | | | 10,5 | 14,1 | 53,1 | 380,6 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,9 | 64,5 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 64,5 |
| | | | 0,8 | 0,2 | 14,9 | 64,5 |
| Обед | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | | 180 | 4,9 | 4,3 | 24,5 | 156,3 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 2,6 | 0,3 | 17 | 81,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,30 шт. | 10,5 | 1,3 | 1,2 | 0,1 | 16,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 26,1 | 26,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 36 | 0,7 | 0,1 | 5,7 | 26,9 |
| МОРКОВЬ | 13,9 | 10,43 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16,1 | 13,5 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,6 | 0 | 23,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | | 140 | 18,2 | 18,1 | 19,5 | 320,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,6 | 0 | 23,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 13,95 | 13,95 | 0,4 | 2 | 0,5 | 27,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 6 | 6 | 0,6 | 0,1 | 4,1 | 19,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 29,1 | 29,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 115,9 | 83,45 | 15,1 | 13 | 0 | 178,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 105,85 | 79,39 | 1,6 | 0,3 | 12,5 | 59,3 |

| | | | | | | |
|--|-------|--------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МОРКОВЬ | 21,3 | 15,98 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16,6 | 14 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,5 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ | 5,9 | 3,9 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | | 50 | 1,4 | 2,6 | 6,9 | 57,4 |
| СВЕКЛА | 58,1 | 43,58 | 0,7 | 0 | 3,7 | 17,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,8 | 8,3 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 13,8 | 13,8 | 0,7 | 0 | 2,5 | 13,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,6 | 2,6 | 0 | 2,5 | 0 | 22,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 30/20 | 4,4 | 0,4 | 28,6 | 135,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | 180 | 0,2 | 0,2 | 13,7 | 58,9 |
| ЯБЛОКИ | 60 | 52,8 | 0,2 | 0,2 | 5 | 24,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170 | 170 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| | | | 29,1 | 25,6 | 93,2 | 728,8 |
| Полдник | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ | | 100 | 16,5 | 7,4 | 9,8 | 115,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 75 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 5,5 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ | 151 | 90,6 | 14 | 0,8 | 0 | 6,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 11 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 0,3 | 0,25 | 0 | 0 | 0 | 0,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 180 | 2,4 | 1,9 | 11,0 | 71,5 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 1,009 | 1,009 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 80 | 80 | 2,2 | 1,9 | 3,7 | 41,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 92 | 92 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 20,2 | 9,5 | 29,3 | 227,7 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 60,6 | 49,4 | 190,5 | 1 401,6 |

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Тульhevский район, П. Комсомольский, Т=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ГОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТУЛЬHEВНСКИЙ РАЙОН, CN=00599785095, ИИН=232901081211.
E=slanoviy44z@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:16:03
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | | 30 | 3,2 | 4,3 | 10,1 | 92,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 8,3 | 7,5 | 1,6 | 2,1 | 0 | 26,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | 180 | 5,5 | 6,5 | 22,1 | 168,7 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 26 | 25,74 | 3,1 | 0,8 | 14,3 | 76,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 83,4 | 83,4 | 2,3 | 2 | 3,9 | 43,7 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 3,1 | 2,5 | 10,2 | 76,8 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,3 | 2,3 | 0,6 | 0,3 | 0,2 | 6,4 |
| 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 | 80 | 80 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 11,8 | 13,3 | 42,4 | 337,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | | 100 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 80,2 |
| ЯБЛОКИ | 200 | 176 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 80,2 |
| | | | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 80,2 |
| Обед | | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | 180 | 20,8 | 20,8 | 31,5 | 396,8 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 135 | 97,2 | 17,7 | 15,1 | 0 | 207,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0,4 | 0 | 3,6 |
| МОРКОВЬ | 29 | 21,75 | 0,3 | 0 | 1,5 | 7,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 21,9 | 11,3 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 41 | 40,59 | 2,7 | 0,4 | 29,1 | 131,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,4 | 1,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4,9 | 4,9 | 0 | 4,8 | 0 | 42,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 40/20 | 4,4 | 0,4 | 28,6 | 135,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| РАССОЛЬНИК | | 180 | 1,6 | 2,5 | 11,7 | 75,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 64,3 | 48,23 | 1 | 0,2 | 7,7 | 36,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12,9 | 10,8 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,3 | 2,3 | 0 | 2,2 | 0 | 20,1 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|----------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 153 | 153 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 3,6 | 3,6 | 0,3 | 0 | 2,3 | 11,0 |
| МОРКОВЬ | 17,4 | 13,05 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | 180 | | | 8,7 | 34,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 195 | 195 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 13,3 | 13,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | | 50 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 7,4 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 55 | 54,44 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 7,4 |
| | | | 27,2 | 23,8 | 81,8 | 650,3 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 211 | 210 | 5,9 | 5,1 | 9,8 | 110,0 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | | 80 | 7,6 | 9,1 | 53,3 | 325,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,2 | 2,2 | 0 | 2,1 | 0 | 19,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 57 | 57 | 6 | 0,7 | 38,6 | 184,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5 | 5 | 0,5 | 0,1 | 3,4 | 16,2 |
| САХАР ПЕСОК | 8,8 | 8,8 | 0 | 0 | 8,5 | 34,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,7 | 2,7 | 0 | 0 | 2,6 | 10,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,20 шт. | 7 | 0,9 | 0,8 | 0 | 10,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0 | 0 | 1,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 22,8 | 22,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 13,7 | 14,4 | 63,4 | 438,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 53,4 | 52,2 | 204,3 | 1 506,1 |

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 | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | 85 | 9,8 | 14,4 | 1,7 | 175,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 2,10 шт. | 73,5 | 9 | 8,2 | 0,5 | 111,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,7 | 24,7 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 12,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | 60 | 1,1 | 5,2 | 4,5 | 69,3 |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ | 63,16 | 60 | 1,1 | 5,1 | 4,5 | 69,3 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | 0,1 | | 6,0 | 24,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | | 100 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 80,2 |
| ЯБЛОКИ | 200 | 176 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 80,2 |
| | | | 13,0 | 20,5 | 37,4 | 390,4 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | 185 | | | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 0,025 | 0,025 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 170 | 170 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СМЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | 180 | 3,7 | 5,8 | 7,5 | 96,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,20 шт. | 7 | 0,9 | 0,8 | 0 | 10,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,4 | 3,4 | 0 | 3,3 | 0 | 29,7 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 18 | 10 | 1,8 | 1,6 | 0 | 21,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 61,43 | 36,86 | 0,7 | 0,1 | 5,8 | 27,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| МОРКОВЬ | 15,48 | 11,61 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 196,4 | 196,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 130 | 1,9 | 5,4 | 11,4 | 102,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 110 | 66 | 1,3 | 0,3 | 10,5 | 49,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20,5 | 20,5 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,8 | 5,8 | 0 | 4,7 | 0 | 42,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,2 | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | | 30/20 | 4,4 | 0,4 | 28,6 | 135,5 |

| | | | | | | |
|--|-------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 40 | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | | 8,7 | 34,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 13,3 | 13,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | 50 | | 0,6 | 0,1 | 2,0 | 12,7 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 55 | 54,44 | 0,6 | 0,1 | 2 | 12,7 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | 10,0 | 9,3 | 6,4 | 148,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 55,4 | 49,86 | 9 | 7,8 | 0 | 105,4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 10,9 | 10,9 | 0,8 | 0,1 | 5,3 | 25,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15,6 | 13,1 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,2 |
| | | | 20,6 | 21,0 | 64,6 | 530,8 |
| Полдник | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ | 60 | | 1,8 | 0,1 | 3,8 | 23,3 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ | 92,3 | 60 | 1,8 | 0,1 | 3,8 | 23,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 3,1 | 2,6 | 10,4 | 77,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 1,2 | 1,2 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 105 | 105 | 2,9 | 2,5 | 4,9 | 55,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ | 150 | | 18,3 | 8,7 | 12,0 | 220,2 |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | 102,6 | 95,42 | 16,6 | 3,4 | 0 | 117,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,1 | 0 | 19,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 101 | 60,6 | 1,2 | 0,2 | 9,6 | 45,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,6 | 9,8 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,7 | 2,7 | 0,4 | 0 | 1,6 | 7,9 |
| | | | 24,5 | 11,6 | 34,7 | 361,6 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 58,1 | 53,1 | 136,7 | 1 282,8 |

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 | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 20/5 | | 1,5 | 4,1 | 9,8 | 82,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 150 | | 7,6 | 9,4 | 31,7 | 241,7 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 44,5 | 44,5 | 4,8 | 0,6 | 30,5 | 145,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3,8 | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 58,1 | 58,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,50 шт. | 17,5 | 2,1 | 1,9 | 0,1 | 26,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,2 | 24,2 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 12,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 2,3 | 0 | 21,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | 0 | 18,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,7 | 2,2 | 9,7 | 69,5 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 1,225 | 1,225 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 11,8 | 15,7 | 51,2 | 393,4 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| | | | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| Обед | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20/30 | | 4,3 | 0,5 | 27,8 | 132,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 180 | | 2,3 | 2,2 | 12,8 | 81,1 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 60 | 48 | 0,9 | 0 | 2,2 | 13,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 71,43 | 53,57 | 1,1 | 0,2 | 8,4 | 40,0 |
| МОРКОВЬ | 19,35 | 14,51 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | 1 | 5,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 144 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0,1 | 0,7 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | | 9,4 | 12,1 | 16,4 | 211,8 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,5 | 1,5 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |

| | | | | | | |
|------------------------------------|----------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,2 | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| МОРКОВЬ | 15,1 | 12,08 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 30 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 44,44 | 40 | 7,2 | 6,2 | 0 | 84,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 150 | 90 | 1,7 | 0,4 | 14,3 | 67,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | 1 | 5,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | | 50 | 0,6 | 0,1 | 2,0 | 12,7 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 55 | 54,44 | 0,6 | 0,1 | 2 | 12,7 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | 180 | 0,2 | 0,2 | 13,3 | 57,4 |
| САХАР ПЕСОК | 8,1 | 8,1 | 0 | 0 | 7,9 | 31,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 144 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯБЛОКИ | 65 | 57,2 | 0,2 | 0,2 | 5,4 | 26,1 |
| | | | 16,8 | 15,1 | 72,3 | 495,2 |
| Полдник | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) | | 80 | 16,2 | 15,3 | 16,0 | 266,3 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 76,666 | 76,666 | 11,9 | 6,7 | 2,2 | 116,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 2,1 | 0,3 | 13,6 | 64,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,50 шт. | 17,5 | 2,1 | 1,9 | 0,1 | 26,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,4 | 0,1 | 58,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 3,0 | 2,5 | 8,3 | 68,8 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2,2 | 2,2 | 0,5 | 0,3 | 0,2 | 6,2 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 19,2 | 17,8 | 24,3 | 335,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 48,8 | 48,8 | 168,0 | 1 309,7 |

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=Гулькевичский район, г. Комсомольский, T=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211, E=slapoviy44tz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна,
SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:17:58
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

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 | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | 120 | 4,9 | 3,4 | 31,2 | 174,9 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 45,6 | 45,6 | 4,9 | 0,6 | 31,1 | 149,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 273 | 273 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0 | 25,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,3 | 1,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 160 | 4,8 | 4,1 | 7,9 | 88,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 169 | 169 | 4,8 | 4,1 | 7,9 | 88,6 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ | 52,6 | 50 | 1 | 4,5 | 3,9 | 59,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| | | | 12,0 | 12,2 | 51,5 | 363,7 |
| II Завтрак | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | | 180 | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ | 185,4 | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,6 | 97,2 |
| | | | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| Обед | | | | | | |
| КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ | | 150 | 19,1 | 21,5 | 11,8 | 317,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 122,9 | 73,74 | 1,5 | 0,3 | 11,6 | 55,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 95,5 | 85,95 | 15,5 | 13,4 | 0 | 181,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,50 шт. | 17,5 | 2,1 | 1,9 | 0,1 | 26,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,9 | 1,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | | 30/30 | 4,7 | 0,5 | 30,3 | 144,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 82,9 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | | 180 | 1,4 | 2,8 | 8,6 | 65,3 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 16 | 12,8 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 57,14 | 42,86 | 0,9 | 0,2 | 6,8 | 32,0 |
| МОРКОВЬ | 8 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,7 | 6,47 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 7,7 | 5,01 | 0,2 | 0 | 0,3 | 1,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,2 | 3,2 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | 200 | 0,2 | 0,2 | 14,2 | 60,9 |
| ЯБЛОКИ | 65 | 57,2 | 0,2 | 0,2 | 5,4 | 26,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ | | 50 | 1,0 | 1,3 | 5,9 | 39,2 |
| СВЕКЛА | 75 | 56,25 | 0,8 | 0,1 | 4,9 | 22,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16,1 | 13,5 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,2 | 0 | 10,9 |
| | | | 26,4 | 26,3 | 70,8 | 626,7 |
| Полдник | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | | 180 | 6,0 | 9,8 | 33,7 | 247,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 125 | 125 | 3,5 | 3 | 5,8 | 65,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51 | 51 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 36 | 35,64 | 2,4 | 0,4 | 25,6 | 115,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 8 | 8 | 0 | 6,4 | 0,1 | 58,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,3 | 2,3 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 180 | 0,1 | | 4,1 | 16,7 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 171 | 171 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| | | | 6,1 | 9,8 | 37,8 | 264,2 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 49,9 | 50,1 | 167,7 | 1 326,6 |

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | 180 | 4,5 | 5,8 | 18,4 | 143,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 61,2 | 61,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 79 | 79 | 2,2 | 1,9 | 3,7 | 41,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | 20,2 | 20 | 2,2 | 0,3 | 13,2 | 63,8 |
| САХАР ПЕСОК | 1,5 | 1,5 | 0 | 0 | 1,5 | 5,8 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 40 | 4,1 | 5,7 | 12,2 | 116,9 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 10,5 | 9,55 | 2,2 | 2,8 | 0 | 34,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,7 | 0 | 24,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 25 | 25 | 1,8 | 0,2 | 12,1 | 57,4 |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ | | 180 | 1,5 | 1,2 | 6,4 | 42,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,5 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| | | | 10,1 | 12,7 | 37,0 | 303,5 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ | | 170 | 4,6 | 4,1 | 7,4 | 93,0 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 164,56 | 164,56 | 4,6 | 4,1 | 7,4 | 93,0 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | 50 | 4,3 | 5,6 | 42,6 | 238,7 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 59 | 59 | 4,3 | 5,6 | 42,6 | 238,6 |
| | | | 8,9 | 9,7 | 50,0 | 331,7 |
| Обед | | | | | | |
| СУП РЫБНЫЙ | | 200 | 14,2 | 4,1 | 15,9 | 109,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПШЕНО | 10 | 9,9 | 1,1 | 0,3 | 6,8 | 33,8 |
| РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ | 127,736 | 76,64 | 11,8 | 0,7 | 0 | 5,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 50 | 37,5 | 0,8 | 0,2 | 5,9 | 28,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20,24 | 17 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,8 |
| МОРКОВЬ | 36,13 | 27,1 | 0,4 | 0 | 1,8 | 9,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 240 | 240 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | 130 | 2,0 | 3,8 | 6,2 | 68,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 4,6 | 4,6 | 0 | 3,7 | 0 | 33,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 32,5 | 32,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 110 | 88 | 1,6 | 0,1 | 4 | 23,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | 1 | 5,0 |

| | | | | | | |
|--|----------|--------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| МОРКОВЬ | 12,41 | 9,31 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2,6 | 2,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | | 70 | 11,1 | 11,7 | 4,9 | 168,5 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 61,11 | 55 | 9,9 | 8,5 | 0 | 116,3 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 10 | 10 | 0,8 | 0,1 | 4,9 | 23,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 16,6 | 16,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,8 | 2,8 | 0 | 2,7 | 0 | 24,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,09 шт. | 3,15 | 0,4 | 0,4 | 0 | 4,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | | 30/30 | 4,3 | 0,5 | 27,8 | 132,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | 180 | | | 16,4 | 65,6 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 18,8 | 18,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,8 | 30,9 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 11,4 | 11,4 | 0 | 0 | 8,6 | 34,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 194,4 | 194,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 31,6 | 20,1 | 71,2 | 543,6 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ | | 100 | 15,8 | 14,7 | 17,1 | 268,8 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 78,966 | 78,966 | 12,2 | 6,9 | 2,3 | 120,3 |
| КРУПА МАННАЯ | 6,9 | 6,9 | 0,7 | 0,1 | 4,8 | 22,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МОРКОВЬ | 26,8 | 20,1 | 0,3 | 0 | 1,4 | 6,8 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,30 шт. | 10,5 | 1,3 | 1,2 | 0,1 | 16,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4,6 | 4,6 | 0 | 4,5 | 0 | 40,2 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 4,6 | 4,6 | 0,6 | 0 | 2,7 | 13,3 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 11,55 | 11,55 | 0,3 | 1,6 | 0,4 | 23,1 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 211 | 210 | 5,9 | 5,1 | 9,8 | 110,0 |
| | | | 21,9 | 20,0 | 27,2 | 381,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 72,5 | 62,5 | 185,4 | 1 560,6 |

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 | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | 0,1 | | 6,0 | 24,2 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 170 | | 2,5 | 10,3 | 18,5 | 180,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 178,68 | 107,21 | 2 | 0,4 | 17 | 80,1 |
| МОРКОВЬ | 12 | 9 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 9 | 9 | 0 | 8,7 | 0 | 78,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 27 | 27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 7,9 | 7,9 | 0,2 | 1,2 | 0,3 | 15,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 4,8 | 10,5 | 39,1 | 273,8 |
| II Завтрак | | | | | | |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 170 | | 4,9 | 4,3 | 6,8 | 90,1 |
| литры КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 170 | 170 | 4,9 | 4,3 | 6,8 | 90,1 |
| | | | 4,9 | 4,3 | 6,8 | 90,1 |
| Обед | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 80 | | 13,3 | 10,8 | 26,0 | 254,7 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 55 | 44 | 0,8 | 0 | 2 | 11,9 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 57,8 | 52,02 | 9,4 | 8,1 | 0 | 110,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 33 | 32,67 | 2,2 | 0,3 | 23,5 | 105,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,9 | 6,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,6 | 0 | 14,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,20 шт. | 7 | 0,9 | 0,8 | 0 | 10,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ | 30 | | 0,6 | 1,5 | 2,5 | 30,4 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 20,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,3 | 2,3 | 0,2 | 0 | 1,6 | 7,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 22,5 | 22,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 |

| | | | | | | |
|---|------------|-------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| СВЕКЛА ТУШЕНАЯ | 90 | | 1,6 | 2,0 | 9,5 | 62,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 18 | 15,12 | 0,2 | 0 | 1,2 | 6,0 |
| СВЕКЛА | 130 | 97,5 | 1,5 | 0,1 | 8,3 | 39,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,9 | 1,9 | 0 | 1,8 | 0 | 16,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 19 | 19 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | | 2,2 | 4,1 | 12,7 | 97,8 |
| СВЕКЛА | 38,71 | 29,03 | 0,4 | 0 | 2,5 | 11,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 31,2 | 24,96 | 0,4 | 0 | 1,2 | 6,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 55,6 | 41,7 | 0,8 | 0,2 | 6,6 | 31,1 |
| МОРКОВЬ | 14,3 | 10,73 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,6 | 8,9 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 6 | 6 | 0,3 | 0 | 1,1 | 5,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 22,0 | 18,9 | 85,3 | 604,6 |
| Полдник | | | | | | |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ | 180 | | 2,2 | 1,8 | 7,5 | 55,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 100 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 75 | 75 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ | 70 | | 6,3 | 6,7 | 53,1 | 297,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| ДРОЖЖИ | 2,1 | 2,1 | 0,3 | 0 | 0 | 1,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 17,5 | 17,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,1 | 2,1 | 0 | 0 | 2 | 8,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,1 | 1,1 | 0 | 1,1 | 0 | 9,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,25 шт. | 8,75 | 1,1 | 1 | 0,1 | 13,3 |
| ПОВИДЛО | 31,8 | 31,8 | 0,1 | 0 | 20,4 | 82,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр | 0,01 шт. | 0,35 | 0 | 0 | 0 | 0,5 |
| | | | 8,5 | 8,5 | 60,6 | 352,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 40,2 | 42,2 | 191,8 | 1 321,4 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575965

Владелец Твердова Светлана Николаевна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023