

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,4	9,5	29,5	229,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		8,1	32,9
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		2,3	0,9	22,0	105,2
			8,9	10,4	59,6	367,8
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
			6,7	6,5	22,1	178,8
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		1,0	4,5	3,9	59,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		6,7	6,5	14,4	142,8
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	140		3,4	3,3	35,6	185,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		11,7	11,5	3,3	163,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			24,8	26,1	76,0	636,7
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140		3,9	4,1	21,1	141,1
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70		12,9	17,3	5,7	230,2
НАПИТОК ИЗ ЯГОДЫ ПРОТЕРТОЙ	200		0,1		25,7	103,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			18,2	21,6	61,0	515,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,6	64,6	218,7	1 698,6

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА / КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50		1,0	2,6	2,3	36,6
ДРАЧЕНА	150		12,4	14,9	9,6	228,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,1	3,1	13,9	96,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		0,1	5,8	0,1	52,5
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
			18,9	27,3	41,3	492,7
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ	100		2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
			6,3	2,2	37,8	200,3
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200		6,1	7,5	7,0	123,3
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	140		2,9	5,9	22,1	154,1
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70		12,4	2,8	0,2	75,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			23,4	16,5	48,1	438,7
Уплотненный полдник						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,9	10,1	29,1	236,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		8,1	32,9
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ / БАТОНЧИК ДОРОЖНЫЙ	70		8,4	5,0	54,5	296,4
			15,5	15,1	91,7	565,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64,1	61,1	218,9	1 697,0

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		1,5	0,1	3,2	19,4
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150		24,5	14,3	28,3	346,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,6	1,6	4,0	32,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		3,9	4,1	14,2	111,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,7	5,2	18,0	129,1
			33,2	25,3	67,7	638,7
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,4	0,2	7,2	55,8
ВАФЛЯ	20		1,5	1,2	18,8	91,5
			6,9	1,4	26,0	147,3
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200		7,0	3,1	15,6	119,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140		5,0	4,4	32,0	187,2
СЕРДЦЕ, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	70		9,9	6,2	4,0	115,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			21,6	14,8	54,4	507,3
Уплотненный полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (РАЗНЫЕ СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ)	170		12,3	11,1	18,3	223,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30		0,3	0,3	1,7	11,4
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200		0,1		22,0	88,3
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			18,6	11,7	81,9	442,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,3	53,2	230,0	1 735,4

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,7	9,7	29,1	230,6
КАКАО С МОЛОКОМ ВИТОШКА	200		3,9	4,0	13,4	106,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,5	6,7	17,0	138,8
			13,1	20,4	59,5	475,8
II Завтрак						
БИОЛАКТ-МК	180		6,1	4,5	9,9	109,8
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
			8,0	5,2	22,8	175,3
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50		0,7	2,6	4,2	42,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		6,4	6,9	13,3	143,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140		3,4	5,3	22,5	152,1
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ / ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70		11,5	6,2	6,1	138,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			24,0	21,3	64,9	562,0
Уплотненный полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140		3,5	2,9	10,6	85,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70		13,7	5,4	13,6	157,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		8,1	32,9
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			21,0	9,4	56,2	394,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,1	56,3	203,4	1 607,7

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	200		6,6	9,9	30,9	240,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,1	3,1	13,9	96,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
			13,2	21,5	57,8	479,6
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
ФРУКТ СВЕЖИЙ			0,4	0,4	9,8	47,0
			3,3	1,3	42,9	198,5
Обед						
БОРЩ С МЯСОМ	200		6,6	9,7	12,2	167,0
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140		5,4	4,2	24,4	156,5
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	70		12,8	14,4	7,7	210,8
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30		0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			27,1	29,8	64,6	638,1
Уплотненный полдник						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,8	2,5	4,6	44,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		12,8	12,2	30,1	281,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200		0,1		22,0	88,3
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			17,3	15,8	80,6	533,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,9	68,4	245,9	1 849,4

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,7	10,1	23,8	213,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,1	32,9	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	3,6	9,1	12,9	148,1	
		10,5	19,2	44,8	394,8	
II Завтрак						
КЕФИР	180	5,4	0,2	7,2	55,8	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
		6,9	2,2	22,1	139,2	
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1,0	2,6	2,3	36,6	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	6,7	6,5	14,4	142,8	
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	140	3,4	3,3	35,6	185,3	
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ/РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	70	12,6	17,2	9,9	245,2	
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,3	1,2	1,5	18,2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,1	24,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
		26,0	31,1	82,5	713,7	
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	200	12,9	12,5	26,5	274,1	
КАКАО С МОЛОКОМ ВИТОШКА	200	3,9	4,0	13,4	106,4	
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
		20,4	17,6	63,8	499,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		63,8	70,1	213,2	1 747,6	

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,9	10,1	29,1	236,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,1	3,1	13,9	96,6
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		2,3	0,9	22,0	105,2
			12,3	14,1	65,0	437,8
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ	100		2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
ФРУКТ СВЕЖИЙ			1,5	0,5	21,0	96,0
			6,3	2,2	37,8	200,3
Обед						
САЛАТ «СВЕКОЛКА» / ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,4	0,1	0,9	6,5
ЩИ С МЯСОМ	200		6,7	7,3	9,6	134,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140		3,4	5,3	22,5	152,1
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ/РЫБА С ОВОЩАМИ	70		13,2	3,7	10,8	130,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			25,7	16,7	62,6	508,8
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150		28,7	18,6	31,2	413,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30		0,6	1,0	1,9	18,9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200		5,6	6,2	9,1	116,4
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
			37,2	26,7	57,6	626,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			81,5	59,7	223,0	1 773,8

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	0,1	5,8	26,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		12,7	15,4	2,9	201,6
КАКАО С МОЛОКОМ ВИТОШКА	200		3,9	4,0	13,4	106,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,5	6,7	17,0	138,8
			19,7	26,2	39,1	473,5
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,4	0,2	7,2	55,8
ВАФЛИ	20		1,5	1,2	18,8	91,5
			6,9	1,4	26,0	147,3
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200		7,9	2,9	15,6	120,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140		5,0	4,4	32,0	187,2
ОЛАДЫ ИЗ СЕРДЦА	70		10,4	6,0	5,9	119,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			22,5	14,6	54,4	513,1
Уплотненный полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140		6,3	6,0	8,3	100,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70		6,0	5,1	10,	123,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		8,1	32,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			16,9	10,6	54,5	296,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,0	52,8	174,0	1 442,0

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,7	9,7	29,1	230,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2		8,1	32,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7			5,8	0,1	52,4
БАТОН	30		2,3	0,9	15,4	78,6
			9,2	16,4	52,7	394,5
II Завтрак						
БИОЛАКТ-МК	180		6,1	4,5	9,9	109,8
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
ФРУКТ СВЕЖИЙ			0,4	0,4	9,8	47,0
			8,4	5,6	32,6	222,3
Обед						
СВЕКОЛЬНИК	200		6,9	7,8	14,6	158,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140		2,9	5,9	22,1	154,1
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ/ ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	70		12,0	5,8	4,7	131,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			25,3	19,9	63,4	549,1
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140		3,9	4,1	21,1	141,1
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70		13,7	5,4	13,6	157,4
СОК	200		1,0	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			19,9	9,9	63,4	425,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,8	51,8	212,1	1 591,2

МЕНЮ С 01.10**Сад 10,5-12 часов****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200		6,4	9,7	26,4	219,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,1	3,1	13,9	96,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40		2,5	6,7	17,0	138,8
			12,0	19,5	57,3	455,0
II Завтрак						
КЕФИР	180		5,4	0,2	7,2	55,8
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
			7,3	0,9	20,1	121,3
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200		12,0	8,8	25,3	228,7
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140		5,4	4,2	24,4	156,5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70		13,7	17,0	11,7	254,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30		0,3	1,2	2,1	20,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180				6,1	24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			33,4	31,5	82,3	745,8
Уплотненный полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	180		9,0	10,7	14,4	190,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,5
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200		0,1		22,0	88,3
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ / ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70		8,4	5,0	54,5	296,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			23,8	20,4	99,7	677,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,5	72,3	259,4	1 999,8