ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,8	3,5	10,3	88,8
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТ	11	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,7	9,7	24,4	211,0
ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,6	1,7	17,8	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,1	2,7	5,1	57,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			14,3	**16,4**	**50,3**	**406,8**
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		75	0,3	0,3	7,4	33,2
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	85,2	75	0,3	0,3	7,4	35,3
			0,3	**0,3**	**7,4**	**33,2**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	3,6	4,5	20,0	147,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	50,77	33	0,7	0,1	5,2	24,6
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ 1 СОРТ	13,2	13,1	2,9	0,2	6,1	38,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	10,93	8,2	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3	1,2	0,5	8,1	41,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	21,1	21,3	4,9	176,9
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	66,9	56,5	10,2	8,7	0	119,5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	15,6	11,7	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,5	23,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150/2	4,0	3,4	19,4	121,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯГРУППЫ А ВЫСШ.СОРТ	50,8	50,8	5,4	0,7	34,7	166,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	51,02	50	0,4	0,1	1,3	7,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	22,7	105,4
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	30,6	27	0,1	0,1	2,5	12,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0	0	5,4	21,8
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			30,9	**29,5**	**78,9**	**609,1**
Полдник						
БАНАН		80	1,2	0,4	16,8	76,8
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС	133,33	80	1,2	0,4	16,8	76,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
			1,3	**0,4**	**25,3**	**112,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**46,8**	**46,6**	**161,9**	**1 161,9**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТ	11	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,1	8,1	27,9	205,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	2,8	13,6	77,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,7	**17,8**	**51,5**	**351,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ В АССОРТ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	**0,2**	**18,2**	**77,4**
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,5	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	51,02	50	0,6	0,1	1,9	12,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	5,0	4,8	17,0	130,7
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	108,15	70,3	1,4	0,3	11,2	52,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯГРУППЫ А ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,8	0,1	4,8	23,0
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	9,33	7	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	8,4	7	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,9	122,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕНЫЕ	16,15	14,7	2,6	2,6	0	34,0
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	19,3	21,0	22,0	355,0
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	136,3	126,5	21,9	4,6	0	155,9
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	25,8	25,5	1,7	0,3	18,3	82,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	60,3	50,5	0,7	0,1	4	20,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,26 шт.	10,47	1,3	1,2	0,1	15,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,6	0,2	22,0	93,0
ПЛОДЫ ШИПОВНИКА СУШЕНЫЕ	18	18	0,6	0,3	8,4	49,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	9	9	0	0	8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			27,9	**26,8**	**79,6**	**674,1**
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		70	8,3	0,5	0,3	144,4
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГ А	73,68	64,1	10	0,4	0	42,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21	0,6	0,5	1	11,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	16,7	14	0,2	0	1,1	5,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,6	17,5	119,4
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	170,77	111	2,1	0,4	17,6	82,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	21,7	88,2
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	40	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,3	0,9	25,9	130,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
			16,4	**6,2**	**71,8**	**513,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**56,9**	**51,0**	**221,1**	**1 615,5**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,5	2,7	3,0	40,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,5	0,1	3	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,4	21,0	2,9	149,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	2,86 шт.	115,12	14,2	12,8	0,8	175,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ НАТУР КОФЕ)	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			21,1	**28,2**	**34,4**	**341,5**
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ 1 ГР 1 СОРТ	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	**0,5**	**15,5**	**70,5**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	51,02	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/5/1	1,4	4,1	6,2	69,6
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	30	19,5	0,4	0,1	3,1	14,6

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	40,7	32,5	0,6	0	1,5	8,8
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	10,93	8,2	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,8	6,5	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	1,6	1,6	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	9,1	11,3	14,9	196,8
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	154	113	20,4	17,6	0	238,9
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	31,07	23,3	0,3	0	1,6	8,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	14	11,7	0,2	0	1	4,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,2	5,9	33,0	240,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА 1 СОРТ	60	60	7,4	1,9	33,3	179,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,1		8,2	33,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			20,3	**21,9**	**77,7**	**617,3**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	15,9	13,9	14,3	250,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	133,3	106,7	1,8	0,1	4,9	29,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	79	66,7	12	10,4	0	141,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	9	8,9	0,6	0,1	6,4	28,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	17,4	14,7	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,2	0,9	0,2	12,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	2,2	2,2	0,1	0	0,4	2,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,1		16,9	64,8
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	14,4	14,4	0,1	0	0,4	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	0	0	0	0,0

САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			21,6	**17,1**	**54,0**	**461,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**63,6**	**67,7**	**181,6**	**1 491,1**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,0	8,0	27,0	203,0
МАННАЯ КРУПА	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,1	2,7	5,1	57,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			13,0	**15,3**	**49,6**	**372,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	1,0	0,2	17,8	78,0
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ В АССОРТ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			1,0	**0,2**	**17,8**	**78,0**
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,8	7,6	6,0	96,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	56,92	37	0,7	0,1	5,8	27,6
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,5	7,5	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,3	6,4	8,2	110,2
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	33,33	25	0,4	0	2,1	10,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	15,6	12,5	0,2	0	0,6	3,4

КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	19,23	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	4,7	4,7	0,2	0	0,9	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,0	5,4	6,9	116,5
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГ А	62,53	54,4	8,4	0,3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,5	8,5	0,6	0,2	4,3	21,6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,4	0,3	0,6	6,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,003 шт.	0,12	0	0	0	0,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,4	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,5	2,0	9,8	67,0
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	73,73	55,3	0,7	0,1	3,7	18,8
РЕПА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ	30,4	22,8	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	30	24	0,4	0	1,1	6,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,3	1,8	0,4	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6			8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			21,2	**22,4**	**62,8**	**540,7**
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23,0	11,8	20,9	283,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3	21,1	10,6	3,5	198,9

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАННАЯ КРУПА	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	27,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	8,7	8,7	0	0	8,4	33,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,7	0	3,1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,0	4,0	9,8	98,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,9	5,1	9,8	110,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	3,0	26,0	111,0
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	30	30	2,2	2,8	21,6	121,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			31,9	**19,4**	**71,5**	**559,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**67,1**	**57,3**	**201,7**	**1 550,2**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	2,3	3,9	9,7	92,0
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")		200	6,2	10,0	26,8	209,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	1,2	0,3	6,8	34,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0	4,9	0	43,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	2,8	13,6	77,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			11,7	**16,7**	**50,1**	**378,0**
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ 1 ГР 1 СОРТ	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	**0,5**	**15,5**	**70,5**
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,8	2,9	1,5	45,6
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	63,33	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	5,6	5,3	11,9	118,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	101,69	66,1	1,3	0,3	10,5	49,4
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	8,8	6,6	0,1	0	0,5	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,9	6,6	0,1	0	0,5	2,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	1,6	1,6	0,1	0	0,3	1,6

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,5	21,3	3,9	3,3	0	45,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	2,2	1,8	0	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	8,4	12,0	13,3	269,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	106,87	90,2	16,3	14	0	190,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	229,23	149	2,9	0,6	23,6	111,3
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,075 шт.	3,02	0,4	0,3	0	4,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5	0,6	0	2,7	13,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		50	1,0	2,0	3,0	37,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,4	0	2,6	12,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,4		7,0	102,0
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА ПОЛОВИНКА)ВЫСШИЙ СОРТ	18,9	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			19,8	**23,2**	**60,2**	**688,9**
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,6	0,1	1,9	12,0
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	51,02	50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		150	5,3	8,4	28,9	242,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯГРУППЫ А ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6	4,4	0,5	27,7	133,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2	0,7	0,6	1,2	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0

ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	2,4	11,3	48,0	227,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,3	0,3	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	22,2	22	3,9	1,9	0,7	36,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
			8,4	**19,8**	**87,3**	**517,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**40,5**	**60,2**	**213,1**	**1 654,9**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		205	7,2	8,3	35,0	226,4
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	38,8	38,8	4,4	1,1	26,5	132,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ НАТУР КОФЕ)	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,4	**12,8**	**63,5**	**378,4**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ В АССОРТ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	**0,2**	**18,2**	**77,4**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	51,02	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	3,6	4,5	20,0	147,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	50,77	33	0,7	0,1	5,2	24,6
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ 1 СОРТ	13,2	13,1	2,9	0,2	6,1	38,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,8	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	10,93	8,2	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3	1,2	0,5	8,1	41,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	8,5	16,1	7,9	161,3
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГ А	68,97	60	9,3	0,4	0	40,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	1/5 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	1,8	0,1	8,5	75,2
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	38,13	28,6	0,4	0	1,9	9,7
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	41,38	26,9	0,5	0,1	4,3	20,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	19,9	13	0,4	0	0,8	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	36,4	28,6	0,5	0	1,3	7,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,6	1,1	11,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,4	35,5
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	30,6	27	0,1	0,1	2,5	12,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			18,0	**21,8**	**69,6**	**543,0**
Полдник						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)		70	12,5	12,6	10,2	104,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	70	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,4	12,4	0,9	0,4	6,2	31,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		150	2,9	2,5	19,6	99,3
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	162,92	105,9	2	0,4	16,8	79,1

МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	38,4	28,8	0,4	0	1,9	9,8
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,8	7,1	24,8	103,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,11	1,11	0	0,9	0	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,48	1,48	0	1,5	0	12,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,14	0,14	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5,5	2,0	3,5	153,9
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА СУХИЕ ИНСТАТНЫЕ	20,3	20,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			29,2	**26,9**	**73,2**	**567,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**59,5**	**61,7**	**224,5**	**1 566,5**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,5	2,7	3,0	40,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	73	47,5	1,5	0,1	3	18,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,4	21,0	2,9	149,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	2,86 шт.	115,12	14,2	12,8	0,8	175,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4	3,1	2,7	5,1	57,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			23,9	**31,0**	**28,5**	**358,5**
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ 1 ГР 1 СОРТ	166,7	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	**0,5**	**15,5**	**70,5**
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0,4	0,1	3,9	41,3
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	36	27	0,4	0	1,8	9,2
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	25	22	0,1	0,1	2,1	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	5,5	4,5	4,0	165,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	78	50,7	1	0,2	8,1	37,8

КРУПА ЯЧМЕННАЯ ПЕРЛОВАЯ №1	3,4	3,3	0,3	0	2,1	10,1
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	9,07	6,8	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	4	3,3	0	0	0,3	1,4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	11,22	10,1	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,4	127,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,32	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		70	13,1	2,8	10,9	120,2
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕНЫЕ	55,3	51,8	9,1	9,2	0	119,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,23	0,23	0	0	0	0,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		150	2,4	5,6	15,6	121,8
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	218	163,5	2,4	0,2	14	66,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,4		7,0	102,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) ВЫСШИЙ СОРТ	18	18	0,4	0,1	11,4	49,1
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			25,4	**14,0**	**64,9**	**667,3**
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	60,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,2	2,0	9,8	88,0
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	73,73	55,3	0,7	0,1	3,7	18,8
РЕПА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ	30,4	22,8	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	30	24	0,4	0	1,1	6,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,3	1,8	0,4	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0

ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	5,0	43,2	223,0
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	50	50	3,7	4,8	36,1	202,2
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,1		8,2	34,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			15,5	**14,2**	**76,6**	**513,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**65,4**	**59,7**	**185,5**	**1 609,8**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТ	11	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,0	8,0	27,0	203,0
МАННАЯ КРУПА	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3,2	2,8	13,6	77,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,6	2,2	4,3	48,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			12,6	**17,7**	**50,6**	**349,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ В АССОРТ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	**0,2**	**18,2**	**77,4**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	51,02	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	6,0	4,4	16,0	159,9
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	108	70,2	1,4	0,3	11,1	52,5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	8,27	6,2	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2	0	0	0	0,0
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕНЫЕ	14,3	14	2,4	2,5	0	32,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1	0	0	0,1	0,5
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	17,9	7,8	7,2	172,8
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	108,8	89,6	15,5	3,2	0	110,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	14,27	10,7	0,1	0	0,7	3,6
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	12,31	8	0,2	0	1,3	6,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2,4	6,9	13,4	125,1
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	73,85	48	1	0,2	7,6	35,9
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	21,6	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
РЕПА СВЕЖАЯ СТОЛОВАЯ	24,8	18,6	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	33,75	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	6	6	0	4,9	0	43,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6	0,3	1,6	0,4	23,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		180			18,0	68,4
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	22	22	0	0	17	67,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,24	0,24	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,2	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	65,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			30,6	**20,1**	**81,5**	**660,3**
Полдник						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0,6	0,6	14,8	66,3
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17,7	9,0	16,1	221,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3	16,3	8,1	2,7	153,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
МАННАЯ КРУПА	6,7	6,7	0,7	0,1	4,6	21,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,07 шт.	2,82	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0,9	2,3	6,5	39,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25	0,7	0,6	1,2	13,1

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,003	0,003	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,0	4,0	9,8	98,9
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210	5,9	5,1	9,8	110,0
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4,4	7,1	28,8	132,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6,6	6,6	0	0	6,4	25,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	8,9	8,9	0	7,1	0,1	64,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	1,1	1,1	0,1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
			29,6	**23,0**	**76,0**	**557,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**73,7**	**61,0**	**226,3**	**1 643,9**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6,7	9,7	24,4	211,0
ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,6	1,7	17,8	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (НЕ СОДЕРЖАЩИЙ НАТУР КОФЕ)	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			12,7	**16,2**	**44,1**	**357,0**
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС	166,67	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	**0,5**	**21,0**	**96,0**
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	55,56	50	0,4	0,1	0,9	6,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4,3	6,4	8,2	110,2
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	33,33	25	0,4	0	2,1	10,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	15,6	12,5	0,2	0	0,6	3,4
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	19,23	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	10,4	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	7,4	6,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	4,7	4,7	0,2	0	0,9	4,7

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	25,6	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	14,7	0,5		165,0
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ ВЫСШАЯ КАТЕГ А	115,86	100,8	15,6	0,6	0	67,5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	4,27	3,2	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	4,8	3,2	0	0	0,3	1,3
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0,3	1,0	1,2	14,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,2	5,0	21,3	147,0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	196,92	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0,1		8,5	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ	7,67	7	0,1	0	0,2	2,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
			26,2	**13,7**	**61,0**	**582,9**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		180	14,3	12,5	12,9	224,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	71,1	60	10,9	9,3	0	126,9
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	8,1	8	0,6	0,1	5,7	25,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	15,7	13,2	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0.13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,1	0,8	0,2	11,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА СОДЕРЖ СУХИХ ВЕЩЕСТВ НЕ МЕНЕЕ 25% КАТ ЭКСТРА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,1	0,1	21,7	88,2
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ 1 ГР 1 СОРТ	40	36	0,1	0,1	3,6	16,4

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		75	3,5	9,0	36,3	201,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7	3,9	0,5	24,9	118,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	2,6	2,6	0	0	2,5	10,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,4	0,4	0,1	0	0	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ 1 КЛАСС	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,75	1,75	0	1,6	0	15,2
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ(ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25	0	0	0	0,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.		100	2,8	2,5	4,5	56,5
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТ	100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
			21,7	**24,2**	**81,8**	**601,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**62,1**	**54,6**	**207,9**	**1 637,5**

ГБДОУ №83

Утверждаю

Юрченко Т.И.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		40	1,9	2,8	21,1	90,7
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5,1	6,8	27,9	232,0
РИС ШЛИФОВАННЫЙ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102	2,9	2,5	4,8	53,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6			8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
			7,0	**9,6**	**57,4**	**356,7**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,2	18,2	77,4
СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА ОСВЕТЛЕННЫЕ В АССОРТ	180	180	0,9	0,2	18,2	77,4
			0,9	**0,2**	**18,2**	**77,4**
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,8	2,9	4,0	45,6
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ ВЫСШИЙ СОРТ	63,33	47,5	0,7	0	4,1	19,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	3	3	0	2,9	0	26,2
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	5,7	7,5	13,1	121,2
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	92,31	60	1,2	0,2	9,5	44,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	13,33	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0

СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	21,23	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	10,4	4,0	9,3	135,3
ГРУДКИ КУР ЗАМОРОЖЕНЫЕ	50	49	8,6	8,7	0	113,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	3/10 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7	0,4	0,4	0,7	7,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	4,0	3,4	19,4	121,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯГРУППЫ А ВЫСШ.СОРТ	50,8	50,8	5,4	0,7	34,7	166,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0,1	0,1	21,7	88,2
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ 1 ГР 1 СОРТ	40	36	0,1	0,1	3,6	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВЫСШ.СОРТ С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			24,6	**18,9**	**91,0**	**629,1**
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	40,82	40	0,3	0	1	5,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	17,5	16,5	16,9	216,3
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)ЗАМОРОЖЕННАЯ	101,4	85,7	15,4	13,3	0	181,2
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУП В ПРОДАЖУ с 01 СЕНТЯБРЯ)	157,54	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ 1 КЛАСС	10,5	8,9	0,1	0	0,7	3,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,4		25,0	102,0
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА ПОЛОВИНКА)ВЫСШИЙ СОРТ	18,9	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	6	6	0	0	5,8	23,2
КИСЛОТА ЛИМОННАЯ ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,0	0,2	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГОЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,8	7,1	24,8	169,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛИЧЕСКИЙ	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82.5% ЖИРНОСТИ ВЫСШИЙ СОРТ	1,11	1,11	0	0,9	0	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	1,48	1,48	0	1,5	0	12,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ 1 КАТ	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ 1 1 СОРТ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,14	0,14	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ ВЫСШИЙ СОРТ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
			24,0	**23,8**	**80,4**	**554,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**56,5**	**52,5**	**247,0**	**1 617,6**