|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ | | | 200 | | | 7,1 | 8,1 | | 33,9 | 237,1 | | |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | | | 38,7 | 38,7 | | 4,4 | 0,5 | | 25,5 | 123,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 64,5 | 64,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 98,1 | 98,1 | | 2,7 | 2,4 | | 4,6 | 51,4 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,8 | 0,8 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 3,9 | 3,9 | | 0 | 0 | | 3,8 | 15,1 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 6,5 | 6,5 | | 0 | 5,2 | | 0,1 | 47,1 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **11,1** | **9,7** | | **75,8** | **432,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ | | | 250 | | | 1,5 | 4,1 | | 9,7 | 82,7 | | |
| СВЕКЛА | | | 50 | 40 | | 0,6 | 0 | | 3,4 | 16,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | 38 | 30 | | 0,5 | 0 | | 1,4 | 8,1 | | |
| МОРКОВЬ | | | 13 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 3 | 3 | | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 3 | 3 | | 0 | 0 | | 2,9 | 11,6 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,5 | 0,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 55 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ | | | 150 | | | 1,9 | 2,4 | | 26,7 | 137,1 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 60 | 60 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 26,26 | 26 | | 1,7 | 0,3 | | 18,6 | 84,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 4 | 4 | | 0 | 0 | | 3,9 | 15,5 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,4 | 0,4 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | 17 | 17 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯБЛОКИ | 48,86 | 43 | 0,2 | 0,2 | 4,2 | 20,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **7,2** | **7,1** | **74,7** | **392,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ | 40 | | 2,2 | 8,8 | 15,0 | 148,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,1 | 0,1 | 72,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,9 | 76,2 |
| 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 |
|  | | | **8,3** | **14,1** | **25,1** | **261,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **27,2** | **31,0** | **207,3** | **1 217,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ | | | 200 | | | 6,1 | 5,5 | | 27,6 | 184,3 | | |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | | | 50,3 | 49,8 | | 6,1 | 1,6 | | 27,5 | 148,8 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 156,1 | 156,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | | | 19,5 | 19,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 4,9 | 4,9 | | 0 | 3,9 | | 0 | 35,6 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200 | | | 3,6 | 3,1 | | 15,1 | 85,5 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 0,3 | 0,3 | | 0,1 | 0 | | 0,1 | 0,7 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 6,7 | 6,7 | | 0 | 0 | | 6,5 | 25,9 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 102,2 | 102,2 | | 2,9 | 2,5 | | 4,8 | 53,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 66,7 | 66,7 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **13,5** | **10,1** | | **68,4** | **400,8** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ | | | 250 | | | 9,3 | 3,4 | | 16,5 | 133,7 | | |
| РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ. | | | 40 | 40 | | 7,2 | 0 | | 0 | 28,6 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 100 | 70 | | 1,4 | 0,3 | | 11,1 | 52,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | 20,65 | 16 | | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 9,53 | 8 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,2 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 5,05 | 5 | | 0,4 | 0,1 | | 3,6 | 16,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 3,75 | 3,75 | | 0 | 3 | | 0 | 27,3 | | |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | | | 2,19 | 1,75 | | 0,1 | 0 | | 0,1 | 0,9 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ | | | 50 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МЯСО, ТУШЕНОЕ | | | 50 | | | 21,9 | 22,0 | |  | 285,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 85,56 | 77 | | 14,3 | 12,3 | | 0 | 167,9 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2 | 2 | | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 60 | 43,2 | | 7,7 | 7,7 | | 0 | 99,7 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | | 155 | | | 3,8 | 4,5 | | 24,0 | 151,0 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 35 | 35 | | 3,8 | 0,5 | | 24 | 114,8 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 3 | 3 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ | 25 | | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **36,9** | **30,2** | **66,1** | **680,7** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 40 | | 1,9 | 5,2 | 23,1 | 144,6 |
| ДЖЕМ | 20,2 | 20 | 0,1 | 0 | 14,6 | 56,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15 | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,5 | 38,1 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ. 7,8% ЖИРНОСТИ | 10 | 10 | 0,6 | 0,8 | 1 | 13,4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 93,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,5 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **4,7** | **7,4** | **38,5** | **237,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **55,7** | **47,8** | **204,7** | **1 450,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | 205 | | | 6,6 | 7,8 | | 28,6 | 210,6 | | |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | | | 44 | 44 | | 5,2 | 2,6 | | 26,4 | 150,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 46 | 46 | | 1,3 | 1,2 | | 2,1 | 24,1 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 120 | 120 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | | | 7 | 7 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **10,6** | **9,4** | | **70,5** | **406,4** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ГОРОХОВЫЙ | | | 250 | | | 2,5 | 2,9 | | 19,4 | 113,6 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 150,67 | 113 | | 2,2 | 0,5 | | 17,8 | 84,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | 15 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 20 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| БИТОЧКИ ИЗ КУР | | | 55 | | | 8,5 | 9,7 | | 1,9 | 128,3 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 52,78 | 38 | | 6,7 | 6,8 | | 0 | 87,7 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 1/4 шт. | 10,06 | | 1,3 | 1,2 | | 0,1 | 15,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 11,3 | 11,3 | | 0,3 | 0,3 | | 0,5 | 5,9 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 2 | 2 | | 0 | 1,6 | | 0 | 14,6 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 2 | 2 | | 0,2 | 0 | | 1,4 | 6,5 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 2,3 | 2,3 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,1 | 0,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | 120 | | | 2,5 | 4,2 | | 17,1 | 116,5 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 146,57 | 102,6 | | 2 | 0,4 | | 16,2 | 76,6 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| ХЛЕБ | 25 | | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **15,4** | **17,1** | **64,0** | **469,4** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | | 0,2 | 0,1 | 16,2 | 64,8 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1,1 | 1,1 | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,6 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 57,5 | 57,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 145,1 | 145,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 16,1 | 16,1 | 0 | 0 | 15,6 | 62,3 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **2,5** | **3,0** | **38,5** | **189,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **29,1** | **29,6** | **204,7** | **1 196,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ | | | 205 | | | 5,2 | 5,2 | | 31,5 | 193,3 | | |
| ПШЕНО | | | 46,46 | 46 | | 5,1 | 1,2 | | 31,4 | 157,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 146 | 146 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | | | 19 | 19 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **9,2** | **6,8** | | **73,4** | **389,1** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КУРИЦЕЙ | | | 250 | | | 5,5 | 8,8 | | 9,7 | 140,6 | | |
| СВЕКЛА | | | 51,61 | 40 | | 0,6 | 0 | | 3,4 | 16,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | 37,5 | 30 | | 0,5 | 0 | | 1,4 | 8,1 | | |
| МОРКОВЬ | | | 16,13 | 12,5 | | 0,2 | 0 | | 0,9 | 4,3 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 11,9 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | | | 7,5 | 7,5 | | 0,3 | 0 | | 0,9 | 4,9 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4,9 | | 0 | 43,7 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 2,5 | 2,5 | | 0 | 0 | | 2,4 | 9,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 21,6 | | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ | | | 130 | | | 17,8 | 12,4 | | 22,2 | 276,6 | | |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | | | 92 | 92 | | 16,1 | 8,1 | | 2,7 | 150,8 | | |
| КРУПА МАННАЯ | | | 6 | 6 | | 0,6 | 0,1 | | 4,1 | 19,1 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 8 | 8 | | 0 | 0 | | 7,8 | 30,9 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,1 шт. | 4,03 | | 0,5 | 0,5 | | 0 | 6,1 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 4 | 4 | | 0 | 3,2 | | 0 | 29,0 | | |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | 4 | 4 | | 0,5 | 0 | | 2,5 | 12,0 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | 4 | 4 | | 0,1 | 0,6 | | 0,1 | 8,0 | | |
| ЯБЛОКИ | | | 7,7 | 6,8 | | 0 | 0 | | 0,7 | 3,1 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| САХАР ПЕСОК | 3,8 | 3,8 | 0 | 0 | 3,7 | 14,7 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0,7 | 2,7 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 24 | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| КИСЕЛЬ | 200 | | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 24 | 24 | 0 | 0 | 18,5 | 74,1 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **27,0** | **21,8** | **83,1** | **642,4** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ВАФЛИ | 30 | | 0,8 | 1,0 | 23,2 | 106,2 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 30 | 30 | 0,8 | 1 | 23,2 | 106,2 |
| 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 |
|  | | | **6,9** | **6,3** | **33,3** | **219,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **43,7** | **35,0** | **221,5** | **1 381,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | 200 | | | 5,9 | 8,0 | | 26,7 | 202,5 | | |
| КРУПА МАННАЯ | | | 29,7 | 29,7 | | 3 | 0,3 | | 20,4 | 94,8 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 64,5 | 64,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 98,1 | 98,1 | | 2,7 | 2,4 | | 4,6 | 51,4 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,8 | 0,8 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 3,9 | 3,9 | | 0 | 0 | | 3,8 | 15,1 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 6,5 | 6,5 | | 0 | 5,2 | | 0,1 | 47,1 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **9,9** | **9,6** | | **68,6** | **398,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ | | | 250 | | | 2,8 | 2,9 | | 20,2 | 118,0 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 100 | 75 | | 1,5 | 0,3 | | 11,8 | 56,1 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 10 | 10 | | 1,1 | 0,1 | | 6,9 | 32,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 190 | 190 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 50 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| РЫБА ЖАРЕНАЯ | | | 50 | | | 11,8 | 10,6 | | 2,2 | 151,0 | | |
| РЫБА ГОРБУША ФИЛЕ | | | 71 | 60 | | 11,9 | 3,8 | | 0 | 81,5 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3 | 3 | | 0,3 | 0 | | 2 | 9,7 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| РИС ОТВАРНОЙ | | | 150 | | | 3,7 | 5,9 | | 38,5 | 222,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 54,09 | 53,55 | | 3,6 | 0,5 | | 38,4 | 173,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 6,75 | 6,75 | | 0 | 5,4 | | 0,1 | 49,0 | | |
| ХЛЕБ | | | 25 | | | 1,7 | 0,2 | | 10,6 | 51,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **20,2** | **19,7** | **86,5** | **602,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ | 100 | | 6,5 | 3,6 | 61,5 | 300,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 54,6 | 54,6 | 5,7 | 0,7 | 37,1 | 176,9 |
| САХАР ПЕСОК | 3,3 | 3,3 | 0 | 0 | 3,2 | 12,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,1 | 0 | 19,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| ДРОЖЖИ | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0 | 0 | 1,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 23 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 21,2 | 82,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,01 шт. | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
|  | | | **6,7** | **3,7** | **76,5** | **360,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **37,4** | **33,1** | **263,3** | **1 491,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | | 150 | | | 8,4 | 10,4 | | 24,0 | 223,8 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 35 | 35 | | 3,8 | 0,5 | | 24 | 114,8 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 3 | 3 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 60 | 60 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 20,62 | 20 | | 4,6 | 5,9 | | 0 | 72,8 | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | | 40 | | | 0,5 | 2,1 | | 2,9 | 32,7 | | |
| КАБАЧКИ | | | 60,16 | 45,12 | | 0,3 | 0,1 | | 2 | 10,5 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 5,71 | 4,8 | | 0,1 | 0 | | 0,4 | 1,9 | | |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | | | 4,4 | 4,4 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,8 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2 | 2 | | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **12,9** | **14,1** | | **68,8** | **452,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 185/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 15,0 | 60,0 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 54 | 54 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 135 | 135 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 15 | 15 | | 0 | 0 | | 14,6 | 58,1 | | |
|  | | | | | | **0,2** | **0,1** | | **15,0** | **60,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ПОЛЕВОЙ С КУРИЦЕЙ | | | 250/25 | | | 10,2 | 9,8 | | 18,3 | 202,1 | | |
| ПШЕНО | | | 25 | 25 | | 2,8 | 0,7 | | 17,1 | 85,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 18 | 15 | | 0,2 | 0 | | 1,2 | 6,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 240 | 240 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 44,44 | 40 | | 7,2 | 6,2 | | 0 | 84,6 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ | | | 75 | | | 5,4 | 9,0 | | 29,5 | 221,0 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 39,9 | 39,9 | | 4,2 | 0,5 | | 27,1 | 129,3 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,05 шт. | 2 | | 0,3 | 0,2 | | 0 | 3,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 39,9 | 39,9 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ДРОЖЖИ | | | 1,2 | 1,2 | | 0,2 | 0 | | 0 | 0,9 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 1,4 | 1,4 | | 0 | 0 | | 1,4 | 5,4 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3,75 | 3,75 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4,69 | 4,69 | 0 | 3,8 | 0 | 34,0 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | | 0,6 | 0,3 | 31,7 | 141,3 |
| ЯБЛОКИ | 15 | 15 | 0,1 | 0,1 | 1,5 | 7,1 |
| САХАР ПЕСОК | 24 | 24 | 0 | 0 | 23,3 | 92,9 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 233 | 233 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
|  | | | **19,8** | **19,6** | **102,8** | **676,6** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 65 | | 6,2 | 11,9 | 1,1 | 136,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1,14 шт. | 45,89 | 5,6 | 5,1 | 0,3 | 69,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БАТОН | 50 | | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 4 | 4 | 1 | 0,6 | 0,4 | 11,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 20 | 20 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 |
|  | | | **12,9** | **15,9** | **51,6** | **401,3** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **45,8** | **49,7** | **238,2** | **1 590,2** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ | | | 205 | | | 5,6 | 5,7 | | 30,2 | 194,5 | | |
| КРУПА ЯЧНЕВАЯ | | | 44,44 | 44 | | 4,3 | 0,6 | | 27,9 | 133,6 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 47 | 47 | | 1,4 | 1,2 | | 2,2 | 24,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 113 | 113 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | | | 9 | 9 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **9,6** | **7,3** | | **72,1** | **390,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП РАССОЛЬНИК | | | 250 | | | 6,4 | 6,8 | | 19,6 | 165,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 150,67 | 113 | | 2,2 | 0,5 | | 17,8 | 84,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 21,6 | | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | 15 | 15 | | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,9 | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | 150 | | | 17,9 | 13,7 | | 27,7 | 306,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 101,39 | 73 | | 12,9 | 13 | | 0 | 168,5 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 8 | 8 | | 0 | 7,8 | | 0 | 69,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 9 | 8 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | 10 | 8 | | 0,1 | 0 | | 0,6 | 2,7 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2 | 2 | | 0,1 | 0 | | 0,4 | 1,9 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | 35 | 35 | | 2,4 | 0,4 | | 25,1 | 113,1 | | |
| ХЛЕБ | | | 25 | | | 1,7 | 0,2 | | 10,6 | 51,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 25 | 25 | | 1,7 | 0,2 | | 10,6 | 51,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **26,2** | **20,8** | **72,9** | **582,3** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ГРЕНКИ | 10 | | 1,1 | 0,1 | 7,9 | 37,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 19 | 16 | 1,2 | 0,5 | 8 | 40,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 93,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,5 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | 4,2 | 47,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | | | **3,9** | **2,3** | **23,3** | **130,3** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **40,3** | **30,5** | **200,0** | **1 233,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | 205 | | | 6,6 | 7,8 | | 28,6 | 210,6 | | |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | | | 44 | 44 | | 5,2 | 2,6 | | 26,4 | 150,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 46 | 46 | | 1,3 | 1,2 | | 2,1 | 24,1 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 120 | 120 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР" | | | 7 | 7 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 185/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 15,0 | 60,0 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 54 | 54 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 135 | 135 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 15 | 15 | | 0 | 0 | | 14,6 | 58,1 | | |
|  | | | | | | **10,6** | **9,4** | | **69,3** | **401,6** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | | | 200 | | | 1,7 | 0,7 | | 38,9 | 199,7 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 50 | 50 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16 | 16 | | 0 | 0 | | 15,5 | 61,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 203 | 203 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 50 | 50 | | 1,6 | 0,7 | | 23,5 | 137,7 | | |
|  | | | | | | **1,7** | **0,7** | | **38,9** | **199,7** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ | | | 250 | | | 6,6 | 6,7 | | 20,2 | 167,8 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 100 | 75 | | 1,5 | 0,3 | | 11,8 | 56,1 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 10 | 10 | | 1,1 | 0,1 | | 6,9 | 32,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 3 | 3 | | 0 | 2,4 | | 0 | 21,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 190 | 190 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 21,6 | | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| БЛИНЫ С САХАРОМ | | | 150 | | | 10,9 | 28,2 | | 43,6 | 494,0 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 43 | 43 | | 4,5 | 0,6 | | 29,2 | 139,3 | | |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | 33 | 33 | | 0,9 | 5 | | 1,2 | 68,0 | | |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | | | 25 | 25 | | 0,7 | 0,6 | | 1 | 13,3 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,6 шт. | 24,15 | | 3 | 2,7 | | 0,2 | 36,8 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 6,7 | 6,7 | | 0 | 5,3 | | 0,1 | 48,6 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 1,3 | 1,3 | | 0 | 0 | | 1,3 | 5,0 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 1,3 | 1,3 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| НАТРИЙ ДВУУГЛЕКИСЛЫЙ | | | 1,3 | 1,3 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 3,2 | 0 | 28,8 |
| МЕД ПЧЕЛИНЫЙ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 8 | 32,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10 | 10 | 0,1 | 8,1 | 0,1 | 72,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 11 | 11 | 0,3 | 1,7 | 0,4 | 22,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **21,3** | **35,5** | **102,1** | **834,0** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ПЛЮШКА | 100 | | 6,5 | 3,6 | 61,5 | 300,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 54,6 | 54,6 | 5,7 | 0,7 | 37,1 | 176,9 |
| САХАР ПЕСОК | 3,3 | 3,3 | 0 | 0 | 3,2 | 12,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,1 | 0 | 19,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| ДРОЖЖИ | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0 | 0 | 1,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 23 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 21,2 | 82,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,01 шт. | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
|  | | | **6,7** | **3,7** | **76,5** | **360,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **40,3** | **49,3** | **286,8** | **1 795,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | 155 | | | 5,6 | 6,4 | | 24,8 | 179,0 | | |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | | | 30 | 30 | | 3,4 | 0,4 | | 19,8 | 95,7 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 50 | 50 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 76 | 76 | | 2,1 | 1,8 | | 3,5 | 39,8 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,6 | 0,6 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 3 | 3 | | 0 | 0 | | 2,9 | 11,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| БАТОН | | | 50 | | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 50 | 50 | | 3,8 | 1,5 | | 25,7 | 131,0 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 185/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 15,0 | 60,0 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 54 | 54 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 135 | 135 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 15 | 15 | | 0 | 0 | | 14,6 | 58,1 | | |
|  | | | | | | **9,6** | **8,0** | | **65,5** | **370,0** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | | | 0,6 | 0,1 | | 31,7 | 131,0 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 20 | 20 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 24 | 24 | | 0 | 0 | | 23,3 | 92,9 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,2 | 0,2 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 210 | 210 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **0,6** | **0,1** | | **31,7** | **131,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ЩИ ИЗ КУРИЦЫ | | | 250 | | | 13,9 | 15,3 | | 8,5 | 227,6 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | 63 | 50 | | 0,9 | 0,1 | | 2,3 | 13,6 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 40 | 30 | | 0,6 | 0,1 | | 4,8 | 22,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ | | | 60 | 45 | | 8,4 | 7,2 | | 0 | 98,1 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | 30 | 21,6 | | 3,8 | 3,9 | | 0 | 49,9 | | |
| СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ | | | 120 | | | 19,3 | 13,3 | | 25,9 | 301,4 | | |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | | | 100 | 100 | | 17,5 | 8,7 | | 2,9 | 163,9 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 12 | 12 | | 1,3 | 0,2 | | 8,1 | 38,9 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,1 шт. | 4,03 | | 0,5 | 0,5 | | 0 | 6,1 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 4 | 4 | | 0 | 3,9 | | 0 | 34,9 | | |
| ВАРЕНЬЕ | | | 20 | 20 | | 0,1 | 0,1 | | 14,8 | 57,6 | | |
| ХЛЕБ | | | 55 | | | 3,6 | 0,5 | | 23,3 | 112,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **37,0** | **29,2** | **72,7** | **701,2** |
| **Полдник** | | | | | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 4 | 4 | 1 | 0,6 | 0,4 | 11,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 20 | 20 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 |
|  | | | **2,9** | **2,5** | **24,8** | **134,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **50,1** | **39,8** | **194,7** | **1 336,2** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *СП "Детский сад Умка" ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево* | | | | |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Ст.воспитатель | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Алексеева О.В. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ | | | 210 | | | 7,2 | 10,5 | | 40,0 | 284,2 | | |
| ПШЕНО | | | 45,15 | 44,7 | | 4,9 | 1,2 | | 30,6 | 152,6 | | |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | | | 102,57 | 71,8 | | 0,7 | 0,1 | | 3,2 | 16,5 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 51,5 | 51,5 | | 1,5 | 1,3 | | 2,4 | 27,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 51,5 | 51,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 4 | 4 | | 0 | 0 | | 3,9 | 15,5 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | 0,8 | 0,8 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 10 | 10 | | 0,1 | 8,1 | | 0,1 | 72,6 | | |
| БАТОН | | | 30 | | | 1,2 | 0,5 | | 16,0 | 71,9 | | |
| ДЖЕМ | | | 11 | 11 | | 0,1 | 0 | | 8 | 31,2 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 16 | 16 | | 1,2 | 0,5 | | 8 | 40,6 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200/15 | | | 0,2 | 0,1 | | 16,2 | 64,8 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1,1 | 1,1 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 2,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 57,5 | 57,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 145,1 | 145,1 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 16,1 | 16,1 | | 0 | 0 | | 15,6 | 62,3 | | |
|  | | | | | | **8,6** | **11,1** | | **72,2** | **420,9** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | | | 150 | | | 1,0 | 0,4 | | 25,7 | 129,1 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | 37,5 | 37,5 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | 12 | 12 | | 0 | 0 | | 11,6 | 46,5 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,15 | 0,15 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 152,25 | 152,25 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | | | 30 | 30 | | 1 | 0,4 | | 14,1 | 82,6 | | |
|  | | | | | | **1,0** | **0,4** | | **25,7** | **129,1** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ | | | 250 | | | 2,0 | 4,3 | | 11,8 | 94,2 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | 25 | 20 | | 0,4 | 0 | | 0,9 | 5,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | 66,67 | 50 | | 1 | 0,2 | | 8 | 37,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | 12,5 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,4 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | | 0,1 | 0 | | 0,8 | 4,0 | | |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | | | 12 | 8 | | 0,2 | 0 | | 0,5 | 3,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 5 | 5 | | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 190 | 190 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СВЕКЛА | | | 15 | 11,25 | | 0,2 | 0 | | 1 | 4,6 | | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ | | | 60/30 | | | 17,8 | 24,1 | | 10,5 | 329,4 | | |
| ГОВЯДИНА Б/К | | | 42,22 | 38 | | 7,1 | 6,1 | | 0 | 82,8 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | 8 | 8 | | 0,6 | 0,2 | | 4 | 20,4 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 12 | 12 | | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24 | 20 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4 | 4 | 0,4 | 0,1 | 2,7 | 13,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 27 | 27 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,2 | 1,2 | 0 | 1,2 | 0 | 10,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,2 | 1,2 | 0,1 | 0 | 0,8 | 3,9 |
| МОРКОВЬ | 2,4 | 1,8 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 0,7 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,6 | 0 | 5,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0,6 | 2,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 70 | 50,4 | 8,9 | 9 | 0 | 116,4 |
| ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ С МАСЛОМ | 155 | | 3,8 | 4,5 | 24,0 | 151,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 3,8 | 0,5 | 24 | 114,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ХЛЕБ | 55 | | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 55 | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **27,4** | **33,5** | **84,6** | **746,8** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ПИРОГ С КОНФИТЮРОМ | 100 | | 6,5 | 3,6 | 61,5 | 300,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 54,6 | 54,6 | 5,7 | 0,7 | 37,1 | 176,9 |
| САХАР ПЕСОК | 3,3 | 3,3 | 0 | 0 | 3,2 | 12,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 2,7 | 2,7 | 0 | 2,1 | 0 | 19,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| ДРОЖЖИ | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0 | 0 | 1,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 23 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 30 | 30 | 0,2 | 0 | 21,2 | 82,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,3 | 0,3 | 0 | 0,3 | 0 | 2,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,01 шт. | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
|  | | | **6,7** | **3,7** | **76,5** | **360,6** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **43,7** | **48,7** | **259,0** | **1 657,4** |

.