

МЕНЮ
2. Ясли 12 часов
ДЕНЬ 1

**Пазухина
Марина
Сергеевна**

Подписан: Пазухина Марина Сергеевна
DN: С=RU, S=Ленинградская область, L=п.
Тервоволово, Т=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ТЕРВОВОЛВСКАЯ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА",
СНИЛС=12262978259, ИНН=472004853295,
E=tervolovo9@mail.ru, G=Марина Сергеевна,
SN=Пазухина, CN=Пазухина Марина Сергеевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2024.09.20 16:20:27+0300
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША рисовая молочная с/с 200 - 150 *	150		3,56	4,74	18,59	131,75
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,9	1,01	0,15	10,70	48,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,26	10,16	27,83	224,44
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	5,62	22,45
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	200/8		4,54	7,45	10,98	130,46
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
ФАСОЛЬ	8,1	8,1	1,65	0,16	3,70	23,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,2	24,2	0,43	0,02	0,71	5,40
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОК мясной (гов.+свин.) 70-60 *		60	8,41	13,61	0,79	159,27
ГОВЯДИНА Б/К	27,4	24,7	4,45	3,83	0,00	52,23
СВИНИНА МЯСНАЯ	27,4	23,3	3,23	7,53	0,00	80,68
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	12,9	12,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,24	0,21	0,40	4,50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,4	0,42	0,38	0,02	5,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,06	0,01	0,34	1,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *		80	3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,75	25,76	40,98	464,18
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ФРИКАДЕЛЬКИ (свинина + индейка) в соусе 60 - 50 *		50/10	9,69	14,82	1,45	178,18
СВИНИНА МЯСНАЯ	30	25,5	3,54	8,24	0,00	88,31
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	30	30	5,67	6,40	0,00	80,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,08	0,01	0,47	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,4	0,17	0,16	0,01	2,13
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,16	0,00	0,63	3,37
МОРКОВЬ	6,38	5,1	0,07	0,01	0,34	1,74
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *		80	1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,02	17,67	28,75	324,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,03	53,59	103,18	1 035,83

Утверждаю

МБОУ "Тервеловская ООШ" структурное
подразделение, дошкольное отделение

Директор
МБОУ "Тервеловской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	150		4,37	5,07	16,14	128,13
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,9	1,82	0,48	8,25	44,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	150		2,12	1,72	8,77	59,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,54	10,94	24,96	225,32
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
ПЕЧЕНЬЕ домашнее 1/50 *	50		5,00	8,56	33,49	230,95
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
РАЗРЫХЛИТЕЛЬ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КОРИЦА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,38	11,47	38,15	292,64

Обед						
СУП картофельный с вермишелью (кура) 250 - 200 *		200	3,32	5,09	9,05	95,27
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,5	2,03	2,06	0,00	26,55
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,43	0,05	2,74	13,11
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА под маринадом 100 - 80 *		80	7,46	1,79	4,13	62,89
РЫБА ПИКША	64	41,6	6,95	0,20	0,00	29,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МОРКОВЬ	22,5	18	0,22	0,02	1,20	6,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,18	0,00	0,74	3,96
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *		80	1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,16	0,02	0,49	2,72
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,2	20	0,16	0,02	0,49	2,72
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,65	9,38	31,13	260,08
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
СЫРНИКИ творожные 100 - 80 *		80	3,43	5,23	19,39	137,94
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ *	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,24 шт.	9,7	1,19	1,09	0,07	14,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,68	0,20	10,84	51,84
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0,00	0,00	4,65	18,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
КРУПА МАННАЯ	5,6	5,6	0,56	0,06	3,83	17,87
ПОВИДЛО *		15	0,06	0,00	9,60	38,64
ПОВИДЛО	15	15	0,06	0,00	9,60	38,64
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,91	5,57	44,00	243,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,48	37,36	138,24	1 021,63

Утверждаю

Директор
МБОУ "Терволовской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,00	4,77	17,34	128,86
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,9	1,45	0,18	9,45	45,24
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (порциями) 1/15 *	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	12	2,70	3,43	0,00	42,37
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,40	13,62	26,58	263,92
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
СУШКА 10-20	10		1,06	0,13	6,67	32,11
СУШКИ ПРОСТЫЕ	10	10	1,06	0,13	6,67	32,11
			4,44	3,04	11,33	93,80
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	200		5,82	5,24	13,72	125,43
СВИНИНА МЯСНАЯ	12	10,2	1,42	3,30	0,00	35,32
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	15,9	3,55	0,24	7,42	46,11
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КОТЛЕТА мясная (свин. + инд) 80-70 *		70	11,53	20,22	0,93	232,02
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	35	35	6,63	7,47	0,00	93,70
СВИНИНА МЯСНАЯ	35	29,8	4,13	9,62	0,00	103,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	13,1	13,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,25	0,21	0,41	4,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,5	0,43	0,39	0,02	5,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,08	0,01	0,47	2,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,52	0,00	22,67
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *		80	4,08	2,99	18,46	116,89
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	33,6	33,3	4,07	1,07	18,44	99,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,80	30,18	40,22	519,88
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
СУФЛЕ печеночное 100 - 80 *		80	13,86	4,98	1,30	121,53
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	80	74,4	12,92	2,67	0,00	91,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2	0,40	0,36	0,02	4,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67
СОУС сметанный 40 - 30 *		30	0,27	1,66	0,95	19,84
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6	6	0,15	0,87	0,20	9,31
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА морковная 40 - 30 *		30	0,65	1,49	3,48	30,58
МОРКОВЬ	29,5	23,6	0,30	0,02	1,58	8,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,28	0,00	1,11	5,94
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96

САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,20	8,47	20,74	238,96
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,84	55,31	98,87	1 116,56

Утверждаю

МБОУ "Терволольская ООШ" структурное
подразделение, дошкольное отделение

Директор
МБОУ "Терволольской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,34	5,49	16,88	134,84
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	150		2,12	1,72	8,77	59,69
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	60	60	1,69	1,46	2,79	31,43
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,51	11,36	25,70	232,03
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
КРЕКЕР 10 - 20 *	10		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,38	2,91	4,66	61,69
Обед						
БОРЩ на говядине с картофелем и капустой 250--200 *	200/8		3,84	5,18	9,96	102,16
ГОВЯДИНА Б/К	12,1	10,9	1,97	1,69	0,00	23,05
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,3	29,1	0,50	0,03	1,33	7,91
СВЕКЛА	30,25	24,2	0,35	0,02	2,07	9,86
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ (свирина) 160 - 120 *		120	9,59	20,25	25,22	321,67
СВИРИНА МЯСНАЯ	60	51	7,07	16,47	0,00	176,61
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
КРУПА РИСОВАЯ	33,8	33,4	2,27	0,32	23,98	107,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,11	0,02	0,60	3,03
МОРКОВЬ	11,25	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,63	25,46	41,44	449,87
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *		80	10,20	14,27	4,19	186,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	7,93	7,19	0,44	98,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *		20	0,60	0,04	1,26	7,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,8	20	0,60	0,04	1,26	7,76
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	14,65	20,46	261,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,74	54,38	92,26	1 004,80

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 -150 *	150		4,21	4,98	18,07	134,50
ПШЕНО	15	14,9	1,66	0,39	10,18	50,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	150		1,65	1,27	9,19	55,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52,5	52,5	1,47	1,27	2,44	27,50
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,5	97,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,91	10,40	27,31	227,19
II Завтрак						
МОЛОКО кипяченое 150 - 120 *	120		3,66	3,18	6,06	67,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126,6	126	3,54	3,06	5,87	66,00
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			5,16	5,14	20,94	151,20
Обед						
СУП - рассольник на свинине 250 - 200 *	200/8		3,20	6,86	10,73	118,19
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,7	5,6	0,50	0,06	3,64	17,11
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	32,3	32,3	0,25	0,03	0,53	4,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93

УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса 70 - 60 *		60	7,84	18,58	2,45	208,47
СВИНИНА МЯСНАЯ	60	51	7,07	16,47	0,00	176,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1	0,49	0,42	0,80	8,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,14	0,02	0,88	4,21
МОРКОВЬ	8	6,4	0,08	0,01	0,43	2,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,1	4,3	0,06	0,01	0,34	1,71
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *		80	3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,16	0,02	0,49	2,72
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20,2	20	0,16	0,02	0,49	2,72
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		150	0,00	0,00	5,81	23,22
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,63	28,43	41,39	480,74
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
РАГУ овощное с мясом (индейка) 180 - 150 *		150	12,77	14,93	15,61	248,65
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	54,2	54,2	10,25	11,56	0,00	145,10
КАРТОФЕЛЬ	104,93	78,7	1,52	0,30	12,45	58,78
МОРКОВЬ	14,13	11,3	0,15	0,01	0,76	3,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,50
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	11,3	7,3	0,22	0,01	0,46	2,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0,00	1,65	0,00	14,82
ЧЕСНОК	0,2	0,2	0,01	0,00	0,06	0,29
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	6,65	26,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0,00	0,00	6,49	25,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,19	15,27	30,62	315,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,89	59,24	120,26	1 174,79

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	150		4,37	5,07	16,14	128,13
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,9	1,82	0,48	8,25	44,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (порциями) 1/15 *	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,4	12	2,70	3,43	0,00	42,37
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,72	13,92	23,92	257,33
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	20		1,18	0,94	15,00	73,20
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
			1,18	0,94	20,62	95,65
Обед						
СУП рыбный 250 - 200 *	200		3,03	2,78	11,74	84,32
РЫБА ПИКША	12	7,8	1,30	0,04	0,00	5,52
КАРТОФЕЛЬ	52,27	39,2	0,76	0,16	6,20	29,27

КРУПА ПЕРЛОВАЯ	6,4	6,3	0,57	0,07	4,08	19,25
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,11	0,02	0,64	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,4	6,4	0,16	0,93	0,21	9,93
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,4	0,01	0,00	0,03	0,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КОТЛЕТА рыбная 80 - 65 *		65	9,88	2,33	3,78	75,53
РЫБА ПИКША	81,3	52,8	8,81	0,25	0,00	37,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,36	0,32	0,02	4,41
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5	0,18	0,16	0,30	3,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	10,6	10,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	6,13	4,9	0,06	0,00	0,33	1,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,9	4,1	0,06	0,01	0,33	1,63
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
КРУПА МАННАЯ	4,1	4,1	0,41	0,04	2,80	13,09
КАПУСТА тушеная 150 - 100 *		100	1,55	2,40	4,43	46,38
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,40	0,08	3,65	21,73
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,5	0,06	0,01	0,36	1,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0,01	1,04	0,01	9,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0,00	1,26	0,00	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,3	13,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,1	0,1	0,00	0,00	0,01	0,05
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,46	7,51	25,57	228,68
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
МЯСО (индейка) тушеное 70 - 50 *		50	10,53	14,54	1,56	179,25
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	53,6	53,6	10,14	11,44	0,00	143,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,6	28,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,10	0,01	0,57	2,86
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0,00	2,04	0,00	18,31
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	7,1	7,1	0,17	1,04	0,24	11,02
РИС отварной 130 - 100 *		100	2,24	2,80	23,49	128,11
КРУПА РИСОВАЯ	33,1	32,7	2,22	0,32	23,47	105,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0,02	2,48	0,02	22,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,4	115,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		20	0,20	0,03	0,64	3,59
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,67	26,4	0,20	0,03	0,64	3,59
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,39	17,71	39,83	374,48
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,75	40,08	109,94	956,14

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 - 150 *	150		4,21	4,77	17,71	131,17
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	15	14,9	1,66	0,18	9,82	47,55
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	150		1,35	1,01	8,50	48,76
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,61	9,93	26,26	217,43
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
СУШКА 10-20	10		1,06	0,13	6,67	32,11
СУШКИ ПРОСТЫЕ	10	10	1,06	0,13	6,67	32,11
			4,44	3,04	11,33	93,80
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	200/10		4,54	7,45	10,98	130,46
СВИНИНА МЯСНАЯ	12,1	10,3	1,43	3,33	0,00	35,67
КАРТОФЕЛЬ	45,2	33,9	0,66	0,14	5,36	25,32
ФАСОЛЬ	8,1	8,1	1,65	0,16	3,70	23,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0,01	1,28	0,01	11,61
МОРКОВЬ	9,13	7,3	0,09	0,01	0,49	2,48

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	24,2	24,2	0,43	0,02	0,71	5,40
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	6,5	6,5	0,16	0,95	0,22	10,09
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	201,9	201,9	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА из индейки 75 - 65 *		65	12,31	15,61	3,73	204,69
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	60,7	60,7	11,48	12,95	0,00	162,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	12,2	12,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,1	8,1	0,22	0,19	0,38	4,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,10	0,09	0,01	1,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,1	6,8	0,10	0,01	0,54	2,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
КРУПА МАННАЯ	4,1	4,1	0,41	0,04	2,80	13,09
КАРТОФЕЛЬ запеченый из отварного 120 - 100 *		100	1,56	1,99	12,67	74,99
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,55	0,31	12,65	59,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1	0,01	1,68	0,02	15,24
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		20	0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,78	26,78	35,65	460,32
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ЗАПЕКАНКА творожная - морковная с/с 120 -100 *		100	2,08	3,83	10,30	83,97
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ *	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,1	0,75	0,68	0,04	9,29
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	4,2	4,2	0,11	0,61	0,15	6,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,67	0,07	4,59	21,38
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0,00	0,00	4,06	16,26
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,3	13,3	0,38	0,32	0,62	6,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0,00	0,78	0,00	6,97
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	0,83	4,25
МОЛОКО сгущенное 20 - 15 *		15	1,05	1,24	8,08	47,72
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,24	8,08	47,72
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00

	3,55	5,41	32,52	195,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	32,38	45,16	105,76	966,77

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,32	6,36	23,02	171,34
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,92	0,25	12,56	60,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,97	11,78	30,80	258,17
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			4,88	4,87	19,54	145,09
Обед						
СУП куриный с картофелем и пшеном 250 - 200 *	200		3,99	4,00	13,55	106,44
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	16	11,5	2,03	2,06	0,00	26,55
ПШЕНО	8	7,9	0,88	0,20	5,39	26,98
КАРТОФЕЛЬ	59,73	44,8	0,87	0,17	7,08	33,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,7	0,09	0,01	0,53	2,67

УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,2	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ГОЛУБЦЫ ленивые (свинина + говядина) 160 - 140 *		140	15,04	20,81	19,16	325,43
ГОВЯДИНА Б/К	40,8	36,8	6,63	5,71	0,00	77,81
СВИНИНА МЯСНАЯ	40,8	34,7	4,81	11,21	0,00	120,16
КРУПА РИСОВАЯ	17,5	17,3	1,17	0,16	12,42	55,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	140	112	1,96	0,11	5,10	30,42
МОРКОВЬ	13,13	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	7,8	0,11	0,02	0,62	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	9,3	9,3	0,22	1,36	0,32	14,43
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		150	0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,03	24,81	43,95	476,77
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *		80	10,20	14,27	4,19	186,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	7,93	7,19	0,44	98,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *		20	0,60	0,04	1,26	7,76
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30,8	20	0,60	0,04	1,26	7,76
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		150	0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *		4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,22	14,65	19,59	257,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,10	56,11	113,88	1 137,76

Утверждаю

МБОУ "Терволовская ООШ" структурное
подразделение, дошкольное отделение

Директор
МБОУ "Терволовской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	150		4,34	5,49	16,88	134,84
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,79	0,90	8,99	51,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	150		1,35	1,01	8,50	48,76
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,18	0,00	0,94	4,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,74	10,65	25,43	221,10
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	120		3,38	2,91	4,66	61,69
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	4,66	61,69
КРЕКЕР 10 - 20 *	10		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
			3,38	2,91	4,66	61,69
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	200		5,82	5,24	13,72	125,43
СВИНИНА МЯСНАЯ	12	10,2	1,42	3,30	0,00	35,32
КАРТОФЕЛЬ	44,8	33,6	0,65	0,13	5,32	25,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	15,9	3,55	0,24	7,42	46,11

МОРКОВЬ	9	7,2	0,09	0,01	0,49	2,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
УКРОП	0,3	0,2	0,01	0,00	0,01	0,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
ПЕЧЕНЬ по - строгановски 80 - 60 *	60/30		13,31	9,53	5,86	161,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	81,8	76,1	13,21	2,74	0,00	93,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,26
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	16,4	16,4	0,40	2,39	0,55	25,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,00	3,20	0,00	28,78
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *	80		3,43	2,97	21,91	128,14
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,41	0,41	21,88	104,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *	20		0,16	0,02	0,50	2,82
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	21	20,79	0,16	0,02	0,50	2,82
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	25		0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,72	17,76	47,61	440,73
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *	100		0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
АЗУ из индейки 180 - 160 *	160		15,83	17,79	15,75	286,44
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	66,7	66,7	12,62	14,23	0,00	178,57
КАРТОФЕЛЬ	124,4	93,3	1,81	0,36	14,75	69,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,4	10,7	0,15	0,02	0,85	4,26
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17,8	10,7	0,09	0,01	0,17	1,35
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,12	0,00	0,47	2,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
ЧАЙ с/с 180 - 150 *	150		0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,25	18,13	29,89	349,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,09	49,45	107,59	1 073,49

МЕНЮ

2. Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША сборная молочная с/с 200 - 150 *	150		3,87	4,85	18,26	132,79
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,4	0,50	0,07	5,32	23,90
ПШЕНО	7,5	7,4	0,82	0,19	5,05	25,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	150		1,60	1,27	7,73	49,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7	1,17	1,01	1,94	21,84
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,43	0,26	0,17	5,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,3	108,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,52	10,27	26,04	219,62
II Завтрак						
МОЛОКО кипяченое 150 - 120 *	120		3,66	3,18	6,06	67,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126,6	126	3,54	3,06	5,87	66,00
ВАТРУШКА с творогом 1/70 *	70		5,89	6,02	35,43	219,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,71	0,57	30,52	145,79
ДРОЖЖИ	1,13	1,13	0,14	0,02	0,02	0,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,05	0,75	0,68	0,04	9,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ *	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,55	9,20	41,49	286,98
Обед						

СВЕКОЛЬНИК с индейкой 250 - 200 *	250/8/10		7,98	10,80	12,91	180,88
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	25	25	4,73	5,34	0,00	66,93
КАРТОФЕЛЬ	65,33	49	0,95	0,19	7,75	36,60
СВЕКЛА	46,88	37,5	0,54	0,04	3,20	15,28
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,48	0,02	0,00	0,04	0,23
УКРОП	0,5	0,37	0,01	0,00	0,02	0,15
ЧЕСНОК	0,3	0,26	0,02	0,00	0,08	0,38
ТЕФТЕЛИ рыбные 90 - 80 *	80		2,78	3,23	11,15	84,72
САЙДА ФИЛЕ	70	70	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,23	1,12	0,07	15,23
КРУПА РИСОВАЯ	5	4,95	0,34	0,05	3,55	15,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,17	0,03	1,00	5,01
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,80	0,08	5,48	25,53
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *	80		1,71	2,48	11,65	75,98
КАРТОФЕЛЬ	93,33	70	1,36	0,27	11,07	52,28
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ИКРА кабачковая 30 - 20 *	20		0,37	1,73	1,49	23,09
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	21,1	20	0,37	1,73	1,49	23,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	150		0,00	0,00	5,62	22,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10,8	10,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	25		0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,84	18,24	42,82	387,12
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *	100		0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
КОТЛЕТА мясная (свин.+инд) 80 - 70 *	70		9,98	17,77	0,93	203,75
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	30	30	5,67	6,40	0,00	80,32
СВИНИНА МЯСНАЯ	30	25,5	3,54	8,24	0,00	88,31
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	13,1	13,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,25	0,21	0,41	4,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,5	0,43	0,39	0,02	5,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,9	0,08	0,01	0,47	2,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,52	0,00	22,67
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0,01	0,00	0,03	0,15
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *	80		4,08	2,99	18,46	116,89
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	33,6	33,3	4,07	1,07	18,44	99,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00

ЧАЙ с/с 180 - 150 *	150		0,08	0,00	5,78	23,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	5,8	5,8	0,00	0,00	5,62	22,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 4 *	4		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,48	21,10	33,53	384,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,39	58,81	143,88	1 277,89

МЕНЮ
1. Сад 12 часов

Пазухина
Марина
Сергеевна

Подписан: Пазухина Марина Сергеевна
DN: C=RU, S=Ленинградская область, L=п.
Тервелово, Т=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ТЕРВЕЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
СНИЛС=12262978259, ИНН=472004853295,
E=tervelovo9@mail.ru, G=Марина Сергеевна,
SN=Пазухина, CN=Пазухина Марина Сергеевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоопложение: место подписания
Дата: 2024.09.20 16:17:10+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША рисовая молочная с/с 200 - 150 *	200		4,75	6,30	24,67	175,18
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,35	0,19	14,21	63,95
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	200		2,21	1,70	12,25	73,59
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,97	1,70	3,26	36,67
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,04	14,64	37,00	308,77
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150 *	180		0,00	0,00	6,78	27,09
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	30		2,66	2,12	33,75	164,70
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	45	45	2,66	2,12	33,75	164,70
			2,66	2,12	40,53	191,79
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	250/8		5,58	9,22	13,58	161,71
СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,77	4,12	0,00	44,15
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
ФАСОЛЬ	10	10	2,04	0,19	4,56	28,91

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ЧЕСНОК	0,15	0,13	0,01	0,00	0,04	0,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
БИТОК мясной (гов.+свин.) 70-60 *		70	9,82	15,90	0,93	186,00
ГОВЯДИНА Б/К	32	28,8	5,20	4,47	0,00	60,90
СВИНИНА МЯСНАЯ	32	27,2	3,77	8,79	0,00	94,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,07	0,01	0,40	2,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЧЕСНОК	0,1	0,09	0,01	0,00	0,03	0,13
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *		100	4,29	3,70	27,38	160,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,27	0,50	27,35	131,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		30	0,55	2,59	2,24	34,63
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,58	30	0,55	2,59	2,24	34,63
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		200	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,24	31,41	51,87	573,46
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ФРИКАДЕЛЬКИ (свинина + индейка) в соусе 60 гр		60/10	11,29	17,28	1,68	207,85
СВИНИНА МЯСНАЯ	35	29,75	4,12	9,61	0,00	103,02
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	35	35	6,63	7,47	0,00	93,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,18	0,00	0,74	3,96
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *		100	2,15	3,12	14,55	94,99
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,70	0,34	13,83	65,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОУС томатный 40 - 30 *		40	0,40	3,17	2,49	40,29
МОРКОВЬ	5	3,75	0,05	0,00	0,25	1,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,52	0,04	0,01	0,20	1,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,16	0,02	1,09	5,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0,00	0,00	0,39	1,55
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		30	0,16	0,02	0,49	2,69
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8	0,16	0,02	0,49	2,69
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	7,94	32,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,44	23,93	35,51	418,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,38	72,10	164,91	1 492,12

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	200		5,82	6,74	21,43	170,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,42	0,63	10,97	59,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	200		2,81	2,29	11,69	79,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,71	15,67	33,20	309,97
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
ПЕЧЕНЬЕ домашнее 1/50 *	50		5,00	8,56	33,49	230,95
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,49	0,45	0,03	6,14
РАЗРЫХЛИТЕЛЬ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КОРИЦА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00

		9,22	12,20	39,31	308,07	
Обед						
СУП картофельный с вермишелью (кура) 250 - 200 *	250		4,13	6,36	11,31	119,23
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,54	2,57	0,00	33,24
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,53	0,07	3,42	16,39
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ЧЕСНОК	0,2	0,17	0,01	0,00	0,05	0,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300	300	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА под маринадом 100 - 80 *	100		9,32	2,23	5,17	78,60
РЫБА ПИКША	80	52	8,67	0,25	0,00	36,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОРКОВЬ	30	22,5	0,28	0,02	1,50	7,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *	100		2,15	3,12	14,55	94,99
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,70	0,34	13,83	65,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *	30		0,23	0,03	0,73	4,07
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,23	0,03	0,73	4,07
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *	200		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	30		0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,83	11,74	39,50	327,85
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *	100		0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
СЫРНИКИ творожные 100 - 80 *	100		4,28	6,52	24,24	172,36
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ *	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,48	1,35	0,08	18,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,10	0,25	13,56	64,80
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,70	0,07	4,79	22,34
ПОВИДЛО *	20		0,08	0,00	12,80	51,53
ПОВИДЛО	20	20	0,08	0,00	12,80	51,53
ЧАЙ с/с 180 - 150 *	180		0,10	0,00	7,94	32,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *	8		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,80	6,86	53,34	296,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,56	46,47	165,35	1 242,06

Утверждаю

Директор
МБОУ "Терволовской ООШ"
Пазухина М.С.

Утверждаю

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,32	6,36	23,02	171,34
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,92	0,25	12,56	60,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	200		2,21	1,70	12,25	73,59
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,97	1,70	3,26	36,67
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
СЫР (порциями) 1/15 *	15		3,38	4,30	0,00	52,96
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,47	15	3,38	4,30	0,00	52,96
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,99	19,00	35,35	357,89
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
СУШКА 10-20	20		2,11	0,25	13,35	64,21
СУШКИ ПРОСТЫЕ	20	20	2,11	0,25	13,35	64,21
			6,33	3,89	19,17	141,33
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	250		7,26	6,55	17,14	156,90

СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,77	4,12	0,00	44,15
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,44	0,31	9,28	57,72
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,15	0,13	0,01	0,00	0,04	0,18
КОТЛЕТА мясная (свин.+инд) 80 - 70 *		80	13,15	23,13	1,06	265,13
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	40	40	7,57	8,54	0,00	107,09
СВИНИНА МЯСНАЯ	40	34	4,71	10,98	0,00	117,74
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЧЕСНОК	0,1	0,09	0,01	0,00	0,03	0,13
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *		100	5,10	3,74	23,05	146,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	42	41,58	5,08	1,33	23,03	124,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА морковная 40 - 30 *		40	0,86	1,98	4,57	40,60
МОРКОВЬ	42	31,5	0,40	0,03	2,10	10,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,37	0,00	1,47	7,92
САХАР ПЕСОК	0,48	0,48	0,00	0,00	0,47	1,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,37	35,40	52,60	635,72
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
СУФЛЕ печеночное 100 - 80 *		100	17,32	6,24	1,63	151,92
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	100	93	16,15	3,34	0,00	114,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
СОУС сметанный 40 - 30 *		40	0,35	2,15	1,29	26,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КУКУРУЗА сладкая 30 - 20 *		30	0,90	0,06	1,89	11,64

КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	42,86	30	0,90	0,06	1,89	11,64
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	7,94	32,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,01	8,79	21,11	261,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,70	67,08	128,23	1 396,78

Утверждаю

Директор
МБОУ "Терволовской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,79	7,31	22,45	179,52
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,39	1,20	11,99	68,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 200 - 150 *	200		2,81	2,29	11,69	79,59
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,25	1,94	3,72	41,90
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,56	0,35	0,23	6,73
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,68	16,24	34,22	319,11
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
КРЕКЕР 10 - 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,22	3,64	5,82	77,12
Обед						
БОРЩ на говядине с картофелем и капустой 250--200 *	250/8		4,74	6,42	12,34	126,78
ГОВЯДИНА Б/К	15	13,5	2,43	2,10	0,00	28,55
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,63	0,04	1,64	9,78

СВЕКЛА	40	30	0,44	0,03	2,56	12,22
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
ЧЕСНОК	0,2	0,17	0,01	0,00	0,05	0,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ (свирина) 160 - 120 *		160	12,78	26,94	33,64	428,25
СВИНИНА МЯСНАЯ	80	68	9,43	21,96	0,00	235,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КРУПА РИСОВАЯ	45	44,55	3,03	0,44	31,98	143,90
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
МОРКОВЬ	16	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЧЕСНОК	0,09	0,08	0,01	0,00	0,02	0,12
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		30	0,23	0,03	0,72	4,04
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30	29,69	0,23	0,03	0,72	4,04
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,75	33,39	53,48	586,16
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *		100	12,75	17,85	5,24	233,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,91	8,98	0,54	122,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *		30	0,90	0,06	1,89	11,64
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	46,16	30	0,90	0,06	1,89	11,64
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	7,94	32,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,09	18,25	23,43	316,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,74	71,52	116,95	1 299,38

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 - 150 *	200		5,61	6,63	23,98	178,83
ПШЕНО	20	19,8	2,21	0,52	13,52	67,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 200 - 150 *	200		2,21	1,70	12,25	73,59
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,24	0,00	1,25	5,96
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70	1,97	1,70	3,26	36,67
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,90	14,97	36,31	312,42
II Завтрак						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,22	3,64	6,98	78,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	6,98	78,57
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			6,47	6,58	29,30	203,67
Обед						
СУП - рассольник на свинине 250 - 200 *	250/8		3,94	8,49	13,29	146,54
СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,77	4,12	0,00	44,15
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,62	0,08	4,50	21,18
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,31	0,04	0,66	5,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ЧЕСНОК	0,15	0,13	0,01	0,00	0,04	0,18
БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса 70 - 60 *		70	9,14	21,69	2,85	243,39
СВИНИНА МЯСНАЯ	70	59,5	8,25	19,22	0,00	206,05
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
МОРКОВЬ	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,07	0,01	0,40	2,01
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *		100	4,29	3,70	27,38	160,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,27	0,50	27,35	131,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		30	0,23	0,03	0,73	4,07
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,23	0,03	0,73	4,07
НАПИТОК из сухофруктов с/с 200 - 150 *		200	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,60	33,91	51,99	585,12
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
РАГУ овощное с мясом (индейка) 180 - 150 *		180	15,32	17,87	18,71	297,64
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	65	65	12,30	13,87	0,00	174,02
КАРТОФЕЛЬ	135	94,5	1,83	0,37	14,94	70,59
МОРКОВЬ	18	13,5	0,17	0,01	0,90	4,59
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,11	0,02	0,60	3,01
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	13,5	8,78	0,26	0,02	0,55	3,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЧЕСНОК	0,25	0,21	0,01	0,00	0,06	0,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36	0,63	0,04	1,64	9,78
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	7,94	32,16
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,76	18,21	35,01	369,92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,73	73,67	152,61	1 471,13

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША гречневая с молоком с/с 200 - 150 *	200		5,82	6,74	21,43	170,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,42	0,63	10,97	59,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	180		1,92	1,53	9,32	59,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,51	0,32	0,21	6,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	5		0,05	4,15	0,05	37,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (порциями) 1/15 *	15		3,38	4,30	0,00	52,96
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,47	15	3,38	4,30	0,00	52,96
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,17	16,72	30,80	320,29
II Завтрак						
КОМПОТ из ягод с/с 180 - 150 *	180		0,00	0,00	6,78	27,09
ЯГОДЫ ЗАМОРОЖЕННЫЕ	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРЯНИКИ 20 - 30 *	30		1,77	1,41	22,50	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
			1,77	1,41	29,28	136,89
Обед						
СУП рыбный 250 - 200 *	250		3,80	3,46	14,75	105,60
РЫБА ПИКША	15	9,75	1,63	0,05	0,00	6,91
КАРТОФЕЛЬ	70	49	0,95	0,19	7,75	36,60

КРУПА ПЕРЛОВАЯ	8	7,92	0,72	0,09	5,14	24,20
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
УКРОП	0,5	0,37	0,01	0,00	0,02	0,15
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,48	0,02	0,00	0,04	0,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,2	0,17	0,01	0,00	0,05	0,24
КОТЛЕТА рыбная 80 - 65 *		80	12,15	2,92	4,61	93,09
РЫБА ПИКША	100	65	10,84	0,32	0,00	46,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,56	0,44	0,40	0,02	5,42
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,19	0,37	4,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,07	0,01	0,40	2,01
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,50	0,05	3,42	15,96
КАПУСТА тушеная 150 - 100 *		150	2,33	3,68	6,63	70,37
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,10	0,12	5,47	32,59
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,2	0,19	0,01	0,00	0,01	0,09
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,28	10,06	32,77	296,15
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
МЯСО (индейка) тушеное 70 - 50 *		70	14,73	20,42	2,17	251,34
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	75	75	14,19	16,01	0,00	200,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
РИС отварной 130 - 100 *		130	2,91	3,62	30,59	166,53
КРУПА РИСОВАЯ	43	42,57	2,89	0,42	30,56	137,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		30	0,24	0,03	0,75	4,17
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	31	30,68	0,24	0,03	0,75	4,17
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	6,98	28,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00

БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *	8		0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,32	24,41	48,85	490,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,54	52,60	141,70	1 243,78

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША пшеничная молочная с/с 200 - 150 *	200		5,61	6,36	23,50	174,42
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20	19,8	2,21	0,25	13,04	63,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	180		1,63	1,21	10,25	58,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,22	0,00	1,14	5,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,32	14,21	33,83	293,16
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
СУШКА 10-20	20		2,11	0,25	13,35	64,21
СУШКИ ПРОСТЫЕ	20	20	2,11	0,25	13,35	64,21
			6,33	3,89	19,17	141,33
Обед						
ЩИ на свинине с квашенной капустой и фасолью 250 - 200 *	250/8		5,58	9,22	13,58	161,71
СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,77	4,12	0,00	44,15
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
ФАСОЛЬ	10	10	2,04	0,19	4,56	28,91
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	30	30	0,52	0,03	0,87	6,69
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ЧЕСНОК	0,15	0,13	0,01	0,00	0,04	0,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА из индейки 75 - 65 *		75	14,20	18,07	4,29	236,36
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	70	70	13,24	14,94	0,00	187,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	14,06	14,06	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,38	9,38	0,26	0,22	0,44	4,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,94	0,12	0,11	0,01	1,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,38	7,88	0,11	0,02	0,63	3,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,81	2,81	0,00	2,73	0,00	24,50
КРУПА МАННАЯ	4,69	4,69	0,47	0,05	3,21	14,97
КАРТОФЕЛЬ запеченый из отварного 120 - 100 *		120	1,87	2,37	15,20	89,84
КАРТОФЕЛЬ	137,14	96	1,86	0,37	15,18	71,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
ИКРА кабачковая 30 - 20 *		30	0,55	2,59	2,24	34,63
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,58	30	0,55	2,59	2,24	34,63
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,20	32,25	42,09	549,63
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ЗАПЕКАНКА творожная - морковная с/с 120 - 100 *		120	2,49	4,61	12,32	100,58
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ *	92,31	92,31	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,38	0,91	0,82	0,05	11,24
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,80	0,08	5,48	25,53
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
МОРКОВЬ	20	15	0,19	0,02	1,01	5,09
МОЛОКО сгущенное 20 - 15 *		20	1,40	1,65	10,77	63,63
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,40	1,65	10,77	63,63
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	6,98	28,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,33	6,60	38,43	232,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,18	56,95	133,52	1 216,74

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ячневая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,32	6,36	23,02	171,34
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,92	0,25	12,56	60,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	180		1,92	1,53	9,32	59,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,51	0,32	0,21	6,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,32	14,53	32,42	290,79
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
ПЕЧЕНЬЕ 20 - 30 *	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			6,47	6,58	28,14	202,22
Обед						
СУП куриный с картофелем и пшеном 250 - 200 *	250		5,01	5,01	16,99	133,25
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,54	2,57	0,00	33,24
ПШЕНО	10	9,9	1,11	0,26	6,76	33,80
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,09	0,21	8,86	41,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,2	0,17	0,01	0,00	0,05	0,24
ГОЛУБЦЫ ленивые (свинина + говядина) 160 - 140 *		160	17,21	23,82	21,93	372,36
ГОВЯДИНА Б/К	46,67	42	7,58	6,52	0,00	88,81
СВИНИНА МЯСНАЯ	46,67	39,67	5,50	12,81	0,00	137,37
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,35	0,19	14,21	63,95
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	128	2,23	0,13	5,84	34,76
МОРКОВЬ	16	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,67	8,96	0,13	0,02	0,71	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,67	2,67	0,00	2,59	0,00	23,28
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	10,67	10,67	0,26	1,55	0,36	16,56
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,22	28,83	45,70	532,70
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
ОМЛЕТ натуральный 100 - 80 *		100	12,75	17,85	5,24	233,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5	9,91	8,98	0,54	122,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ГОРОШЕК зеленый отварной 20 - 30 *		30	0,90	0,06	1,89	11,64
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	46,16	30	0,90	0,06	1,89	11,64
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	6,98	28,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,09	18,25	22,47	313,12
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,10	68,19	128,73	1 338,83

Утверждаю

Директор
МБОУ "Терволовской ООШ"
Пазухина М.С.

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША геркулесовая молочная с/с 200 - 150 *	200		5,79	7,31	22,45	179,52
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,39	1,20	11,99	68,29
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК кофейный с молоком и с/с 180 - 150 *	180		1,63	1,21	10,25	58,74
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,2	2,2	0,22	0,00	1,14	5,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,50	15,16	32,78	298,26
II Завтрак						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ продукт 150 - 120 *	150		4,22	3,64	5,82	77,12
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,22	3,64	5,82	77,12
КРЕКЕР 10 - 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
КРЕКЕР	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,22	3,64	5,82	77,12
Обед						
СУП гороховый на свинине 250 - 200 *	250		7,26	6,55	17,14	156,90
СВИНИНА МЯСНАЯ	15	12,75	1,77	4,12	0,00	44,15
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,81	0,16	6,64	31,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	19,9	4,44	0,31	9,28	57,72
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,38	0,01	0,00	0,03	0,18
УКРОП	0,4	0,3	0,01	0,00	0,02	0,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧЕСНОК	0,15	0,13	0,01	0,00	0,04	0,18
ПЕЧЕНЬ по - строгановски 80 - 60 *		80/30	16,26	11,65	7,16	197,82
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	100	93	16,15	3,34	0,00	114,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	20	20	0,49	2,91	0,68	31,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МАКАРОНЫ отварные 100 - 80 *		100	4,29	3,70	27,38	160,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,27	0,50	27,35	131,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ свежие 30 - 20 *		30	0,24	0,03	0,75	4,17
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	31	30,68	0,24	0,03	0,75	4,17
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *		180	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *		30	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,05	21,93	59,21	546,14
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассорт *		100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
АЗУ из индейки 180 - 160 *		180	17,80	20,00	17,70	322,00
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	75	75	14,19	16,01	0,00	200,79
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2,04	0,41	16,61	78,42
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	12	0,16	0,02	0,95	4,77
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	12	0,10	0,01	0,19	1,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,13	0,00	0,51	2,77
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	6,98	28,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,24	20,34	33,04	390,41
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,01	61,07	130,85	1 311,93

МЕНЮ

1. Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША сборная молочная с/с 200 - 150 *	200		5,18	6,47	24,33	177,01
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,67	0,10	7,11	31,98
ПШЕНО	10	9,9	1,11	0,26	6,76	33,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
НАПИТОК какао с молоком и сахаром 180 - 150 *	180		1,92	1,53	9,32	59,45
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,51	0,32	0,21	6,17
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО (порциями) 8 -- 5 *	8		0,08	6,64	0,08	60,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,60	0,06	59,84
БАТОН 20 *	20		0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,18	14,64	33,73	296,46
II Завтрак						
МОЛОКО кипяченое 150 - 120 *	150		4,58	3,98	7,58	84,75
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	158,25	157,5	4,43	3,82	7,33	82,50
ВАТРУШКА с творогом 1/70 *	70		5,89	6,02	35,43	219,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,71	0,57	30,52	145,79
ДРОЖЖИ	1,13	1,13	0,14	0,02	0,02	0,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,05	0,75	0,68	0,04	9,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0,00	0,00	4,36	17,42
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ *	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00

			10,47	10,00	43,01	303,93
Обед						
СВЕКОЛЬНИК с индейкой 250 - 200 *	250/8/10		7,98	10,80	12,91	180,88
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	25	25	4,73	5,34	0,00	66,93
КАРТОФЕЛЬ	70	49	0,95	0,19	7,75	36,60
СВЕКЛА	50	37,5	0,54	0,04	3,20	15,28
МОРКОВЬ	16	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	8	8	0,19	1,16	0,27	12,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,48	0,02	0,00	0,04	0,23
УКРОП	0,5	0,37	0,01	0,00	0,02	0,15
ЧЕСНОК	0,3	0,26	0,02	0,00	0,08	0,38
ТЕФТЕЛИ рыбные 90 - 80 *	90		3,14	3,68	12,58	95,95
САЙДА ФИЛЕ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,28 шт.	11,3	1,40	1,26	0,08	17,21
КРУПА РИСОВАЯ	5,6	5,6	0,38	0,06	4,02	18,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,9	14,2	0,19	0,03	1,13	5,65
КРУПА МАННАЯ	9	9	0,90	0,09	6,16	28,72
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,11	0,01	0,56	2,85
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,4	3,4	0,16	0,00	0,63	3,37
КАРТОФЕЛЬНОЕ пюре 100 - 80 *	100		2,15	3,12	14,55	94,99
КАРТОФЕЛЬ	125	87,5	1,70	0,34	13,83	65,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ИКРА кабачковая 30 - 20 *	30		0,55	2,59	2,24	34,63
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,58	30	0,55	2,59	2,24	34,63
НАПИТОК из сухофруктов с/с 180 - 150 *	180		0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13	13	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ 30 - 25 *	30		0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,82	20,19	49,06	433,54
Полдник						
ФРУКТЫ свежие в ассортимент *	100		0,34	0,34	8,36	40,12
ЯБЛОКИ	100	88	0,34	0,34	8,36	40,12
КОТЛЕТА мясная (свин.+инд) 80 - 70 *	80		11,62	20,69	1,06	237,02
ИНДЕЙКА (ГРУДКИ)	35	35	6,63	7,47	0,00	93,70
СВИНИНА МЯСНАЯ	35	29,75	4,12	9,61	0,00	103,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,49	0,45	0,03	6,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,09	0,01	0,53	2,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЧЕСНОК	0,1	0,09	0,01	0,00	0,03	0,13
КАША гречневая рассыпчатая 100 - 80 *	100		5,10	3,74	23,05	146,00

КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	42	41,58	5,08	1,33	23,03	124,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ с/с 180 - 150 *		180	0,10	0,00	6,98	28,29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН 20 *		20	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ МУКА В/С	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ 8 *		8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,16	24,77	39,45	451,43
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,63	69,60	165,25	1 485,36

