



## МЕНЮ

29 января 2024 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                                    | Выход           | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---|-----------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                    |               |   |                 | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |                 |                   |             |              |                               |                |
|                    |               | <b>КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ</b>                | <b>200</b>      | <b>5,0</b>        | <b>7,3</b>  | <b>37,9</b>  | <b>231,6</b>                  | <b>0,2</b>     |
|                    |               | САХАР ПЕСОК   | 4 / 4           | 0                 | 0           | 3,6          | 14,4                          | 0              |
|                    |               | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                                      | 40 / 40         | 2,8               | 3,2         | 20,2         | 118,1                         | 0,2            |
|                    |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 5,041 / 5,04    | 0                 | 3,9         | 0            | 33,9                          | 0              |
|                    |               | КРУПА МАННАЯ  | 22 / 22         | 2,2               | 0,2         | 14,1         | 65,2                          | 0              |
|                    |               | <b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СЛАДКИЙ</b>                       | <b>180</b>      | <b>0,1</b>        |             | <b>7,8</b>   | <b>31,5</b>                   | <b>0</b>       |
|                    |               | САХАР ПЕСОК   | 8 / 8           | 0                 | 0           | 7,3          | 28,7                          | 0              |
|                    |               | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ                          | 1,2 / 1,2       | 0,1               | 0           | 0,5          | 2,8                           | 0              |
|                    |               | <b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>                             | <b>5</b>        |                   | <b>3,9</b>  |              | <b>33,9</b>                   | <b>0</b>       |
|                    |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 5,041 / 5,04    | 0                 | 3,9         | 0            | 33,9                          | 0              |
|                    |               | <b>БАТОН</b>  | <b>30</b>       | <b>2,3</b>        | <b>0,9</b>  | <b>15,0</b>  | <b>77,7</b>                   | <b>0</b>       |
|                    |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ.                                       | 30 / 30         | 2,3               | 0,9         | 15           | 77,7                          | 0              |
|                    |               |   |                 | <b>7,4</b>        | <b>12,1</b> | <b>60,7</b>  | <b>374,7</b>                  | <b>0,2</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |   |                 |                   |             |              |                               |                |
|                    |               | <b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>                                  | <b>100</b>      | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>9,2</b>   | <b>41,4</b>                   | <b>0,8</b>     |
|                    |               | СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                          | 100 / 100       | 0,5               | 0,1         | 9,2          | 41,4                          | 0,8            |
|                    |               |   |                 | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>9,2</b>   | <b>41,4</b>                   | <b>1,0</b>     |
| <b>Обед</b>        |               |   |                 |                   |             |              |                               |                |
|                    |               | <b>ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ НА М/Б</b> | <b>200</b>      | <b>2,6</b>        | <b>7,0</b>  | <b>12,2</b>  | <b>114,8</b>                  | <b>13,8</b>    |
|                    |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 3 / 3           | 0                 | 2,4         | 0            | 17,8                          | 0              |
|                    |               | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ                                  | 60 / 48         | 0,9               | 0           | 2,1          | 12,1                          | 8,6            |
|                    |               | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ                           | 70 / 45,5       | 0,9               | 0,2         | 7,2          | 31,5                          | 3,6            |
|                    |               | ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 10 / 8,4        | 0,1               | 0           | 0,6          | 3,1                           | 0,3            |
|                    |               | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                                      | 20 / 15         | 0,2               | 0           | 0,9          | 4,8                           | 0,3            |
|                    |               | ПАСТА ТОМАТНАЯ  | 3 / 3           | 0,1               | 0           | 0,5          | 2,8                           | 0,6            |
|                    |               | СМЕТАНА   | 11 / 11         | 0,3               | 1,6         | 0,4          | 15,8                          | 0              |
|                    |               | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                     | 3 / 3           | 0                 | 2,8         | 0            | 24,3                          | 0              |
|                    |               | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ  | 1 / 1           | 0                 | 0           | 0            | 0,0                           | 0              |
|                    |               | ЗЕЛЕНЬ СУШЕНАЯ (УКРОП)                                | 1 / 0,74        | 0                 | 0           | 0            | 0,3                           | 0,3            |
|                    |               | ЛИСТ ЛАВРОВЫЙ СУШЕНЫЙ                                 | 1 / 1           | 0                 | 0           | 0            | 0,0                           | 0              |
|                    |               | ЧЕСНОК  | 2 / 1,7         | 0,1               | 0           | 0,5          | 2,3                           | 0,1            |
|                    |               | <b>СУФЛЕ ИЗ МЯСА</b>                                  | <b>80</b>       | <b>14,2</b>       | <b>16,8</b> | <b>6,6</b>   | <b>222,6</b>                  | <b>2,7</b>     |
|                    |               | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                                       | 40 / 40         | 1,1               | 1           | 1,9          | 21,6                          | 0,2            |
|                    |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 3 / 3           | 0                 | 2,4         | 0            | 17,8                          | 0              |
|                    |               | ГОВЯДИНА ОХЛАЖД.                                      | 70 / 63         | 11,1              | 9,5         | 0            | 123,6                         | 0              |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧ.  | 10 / 10         | 0,8               | 0,1         | 4,6          | 21,3                          | 0              |
|                    |               | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                    | 0,25 шт. / 9,92 | 1,2               | 1           | 0,1          | 14,0                          | 0              |
|                    |               | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                     | 3 / 3           | 0                 | 2,8         | 0            | 24,3                          | 0              |

|                |            |  |                      |             |             |             |              |             |
|----------------|------------|--|----------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
|                |            | <b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br/>ОТВАРНЫЕ</b> | <b>130</b>           | <b>5,3</b>  | <b>4,6</b>  | <b>32,8</b> | <b>189,1</b> | <b>0</b>    |
|                |            | ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ                     | 51 / 51              | 5,3         | 0,7         | 32,8        | 155,2        | 0           |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                        | 5,041 / 5,04         | 0           | 3,9         | 0           | 33,9         | 0           |
|                |            | <b>СОУС МОЛОЧНЫЙ</b>                   | <b>30</b>            | <b>1,1</b>  | <b>2,0</b>  | <b>4,1</b>  | <b>36,5</b>  | <b>0,1</b>  |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                        | 1,8 / 1,8            | 0           | 1,4         | 0           | 10,7         | 0           |
|                |            | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ              | 5 / 5                | 0,5         | 0,1         | 3,2         | 15,0         | 0           |
|                |            | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                           | 0,6 / 0,6            | 0           | 0           | 0           | 0,0          | 0           |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                        | 20 / 20              | 0,6         | 0,5         | 0,9         | 10,8         | 0,1         |
|                |            | <b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>           | <b>180</b>           | <b>0,3</b>  |             | <b>13,1</b> | <b>54,1</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                  | 11 / 11              | 0,3         | 0           | 5,8         | 25,4         | 0           |
|                |            | САХАР ПЕСОК                            | 8 / 8                | 0           | 0           | 7,3         | 28,7         | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>                     | <b>50</b>            | <b>3,1</b>  | <b>0,4</b>  | <b>19,3</b> | <b>91,8</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                         | 50 / 50              | 3,1         | 0,4         | 19,3        | 91,8         | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>                  | <b>20</b>            | <b>1,4</b>  | <b>0,1</b>  | <b>9,1</b>  | <b>42,7</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                          | 20 / 20              | 1,4         | 0,1         | 9,1         | 42,7         | 0           |
|                |            |  |                      | <b>28,0</b> | <b>30,9</b> | <b>97,2</b> | <b>751,6</b> | <b>17,6</b> |
| <b>Полдник</b> |            |  |                      |             |             |             |              |             |
|                |            | <b>МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ</b>                | <b>180</b>           | <b>5,1</b>  | <b>4,5</b>  | <b>8,9</b>  | <b>102,1</b> | <b>1</b>    |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                        | 189,008 /<br>189,008 | 5,1         | 4,5         | 8,9         | 102,1        | 1           |
|                |            | <b>ПЕЧЕНЬЕ</b>                         | <b>20</b>            | <b>1,4</b>  | <b>1,9</b>  | <b>13,6</b> | <b>75,1</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ       | 20 / 20              | 1,4         | 1,9         | 13,6        | 75,1         | 0           |
|                |            |  |                      | <b>6,5</b>  | <b>6,4</b>  | <b>22,5</b> | <b>177,2</b> | <b>18,6</b> |
| <b>Ужин 1</b>  |            |  |                      |             |             |             |              |             |
| <b>2012</b>    | <b>268</b> | <b>РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ</b>                | <b>100</b>           | <b>15,0</b> | <b>11,2</b> | <b>2,7</b>  | <b>165,7</b> | <b>0,4</b>  |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                        | 50 / 50              | 1,4         | 1,2         | 2,4         | 27,0         | 0,3         |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                        | 2,975 / 2,975        | 0           | 2,4         | 0           | 20,1         | 0           |
|                |            | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                           | 0,4 / 0,4            | 0           | 0           | 0           | 0,0          | 0           |
|                |            | РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ                    | 110 / 58,3           | 8,8         | 0,5         | 0           | 37,8         | 0,4         |
|                |            | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                     | 1 шт. / 40           | 4,8         | 4,3         | 0,3         | 56,5         | 0           |
|                |            | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ      | 3 / 3                | 0           | 2,8         | 0           | 24,3         | 0           |
| <b>2012</b>    | <b>33</b>  | <b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ</b>                 | <b>60</b>            | <b>0,9</b>  | <b>2,5</b>  | <b>5,0</b>  | <b>43,8</b>  | <b>0,1</b>  |
|                |            | СВЕКЛА СТОЛОВАЯ                        | 74,711 /<br>56,03    | 0,8         | 0,1         | 4,5         | 21,2         | 0           |
|                |            | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ      | 2,5 / 2,5            | 0           | 2,4         | 0           | 20,3         | 0           |
|                |            | ЧЕСНОК                                 | 2 / 1,7              | 0,1         | 0           | 0,5         | 2,3          | 0,1         |
|                |            | <b>ЧАЙ СЛАДКИЙ</b>                     | <b>180</b>           | <b>0,1</b>  |             | <b>7,6</b>  | <b>30,1</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | САХАР ПЕСОК                            | 8 / 8                | 0           | 0           | 7,3         | 28,7         | 0           |
|                |            | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ                             | 0,6 / 0,6            | 0,1         | 0           | 0,3         | 1,4          | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>                  | <b>20</b>            | <b>1,4</b>  | <b>0,1</b>  | <b>9,1</b>  | <b>42,7</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                          | 20 / 20              | 1,4         | 0,1         | 9,1         | 42,7         | 0           |
|                |            |  |                      | <b>17,4</b> | <b>13,8</b> | <b>24,4</b> | <b>282,3</b> | <b>19,1</b> |

**МЕНЮ**

29 января 2024 г.

**Ясли 12 часов**

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда                                    | Выход         | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |   |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |               |                   |             |              |                               |                |
|                   |               | <b>КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ</b>                | <b>150</b>    | <b>4,1</b>        | <b>6,5</b>  | <b>30,7</b>  | <b>192,3</b>                  | <b>0,1</b>     |
|                   |               | САХАР ПЕСОК   | 3 / 3         | 0                 | 0           | 2,7          | 10,8                          | 0              |
|                   |               | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                                      | 30 / 30       | 2,1               | 2,4         | 15,2         | 88,6                          | 0,1            |
|                   |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 5 / 5         | 0                 | 3,9         | 0            | 33,7                          | 0              |
|                   |               | КРУПА МАННАЯ  | 20 / 20       | 2                 | 0,2         | 12,8         | 59,2                          | 0              |
|                   |               | <b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СЛАДКИЙ</b>                       | <b>150</b>    | <b>0,1</b>        |             | <b>6,9</b>   | <b>27,4</b>                   | <b>0</b>       |
|                   |               | САХАР ПЕСОК   | 7 / 7         | 0                 | 0           | 6,4          | 25,1                          | 0              |
|                   |               | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ                          | 1 / 1         | 0,1               | 0           | 0,5          | 2,3                           | 0              |
|                   |               | <b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>                             | <b>5</b>      |                   | <b>3,9</b>  |              | <b>33,7</b>                   | <b>0</b>       |
|                   |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 5 / 5         | 0                 | 3,9         | 0            | 33,7                          | 0              |
|                   |               | <b>БАТОН</b>  | <b>20</b>     | <b>1,5</b>        | <b>0,6</b>  | <b>10,0</b>  | <b>51,8</b>                   | <b>0</b>       |
|                   |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ.                                       | 20 / 20       | 1,5               | 0,6         | 10           | 51,8                          | 0              |
|                   |               |   |               | <b>5,7</b>        | <b>11,0</b> | <b>47,6</b>  | <b>305,2</b>                  | <b>0,1</b>     |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |               |                   |             |              |                               |                |
|                   |               | <b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>                                  | <b>100</b>    | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>9,2</b>   | <b>41,4</b>                   | <b>0,8</b>     |
|                   |               | СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                          | 100 / 100     | 0,5               | 0,1         | 9,2          | 41,4                          | 0,8            |
|                   |               |   |               | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>9,2</b>   | <b>41,4</b>                   | <b>0,9</b>     |
| <b>Обед</b>       |               |   |               |                   |             |              |                               |                |
|                   |               | <b>ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФ. СО СМЕТАНОЙ НА М/Б</b> | <b>150</b>    | <b>2,1</b>        | <b>5,3</b>  | <b>10,1</b>  | <b>90,0</b>                   | <b>11,6</b>    |
|                   |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 2 / 2         | 0                 | 1,6         | 0            | 11,9                          | 0              |
|                   |               | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ                                  | 50 / 40       | 0,7               | 0           | 1,7          | 10,1                          | 7,2            |
|                   |               | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ                           | 60 / 39       | 0,8               | 0,2         | 6,1          | 27,0                          | 3,1            |
|                   |               | ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 8 / 6,72      | 0,1               | 0           | 0,5          | 2,5                           | 0,3            |
|                   |               | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                                      | 15 / 11,25    | 0,1               | 0           | 0,7          | 3,5                           | 0,2            |
|                   |               | ПАСТА ТОМАТНАЯ  | 2 / 2         | 0,1               | 0           | 0,4          | 1,8                           | 0,4            |
|                   |               | СМЕТАНА   | 9 / 9         | 0,2               | 1,3         | 0,3          | 13,0                          | 0              |
|                   |               | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                     | 2,3 / 2,3     | 0                 | 2,2         | 0            | 18,6                          | 0              |
|                   |               | ЗЕЛЕНЬ СУШЕНАЯ (УКРОП)                                | 1,5 / 1,1     | 0                 | 0           | 0,1          | 0,4                           | 0,4            |
|                   |               | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ  | 0,8 / 0,8     | 0                 | 0           | 0            | 0,0                           | 0              |
|                   |               | ЛИСТ ЛАВРОВЫЙ СУШЕНЫЙ                                 | 0,8 / 0,8     | 0                 | 0           | 0            | 0,0                           | 0              |
|                   |               | ЧЕСНОК  | 1 / 0,85      | 0,1               | 0           | 0,3          | 1,2                           | 0              |
|                   |               | <b>СУФЛЕ ИЗ МЯСА</b>                                  | <b>60</b>     | <b>12,3</b>       | <b>13,6</b> | <b>6,1</b>   | <b>185,6</b>                  | <b>2,4</b>     |
|                   |               | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                                       | 30 / 30       | 0,8               | 0,8         | 1,4          | 16,2                          | 0,2            |
|                   |               | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                       | 2 / 2         | 0                 | 1,6         | 0            | 11,9                          | 0              |
|                   |               | ГОВЯДИНА ОХЛАЖД.                                      | 60 / 54       | 9,5               | 8,1         | 0            | 105,9                         | 0              |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.   | 10 / 10       | 0,8               | 0,1         | 4,6          | 21,3                          | 0              |
|                   |               | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                                    | 0,25 шт. / 10 | 1,2               | 1,1         | 0,1          | 14,1                          | 0              |
|                   |               | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                     | 2 / 2         | 0                 | 1,9         | 0            | 16,2                          | 0              |

|                |            |                                    |                |             |             |             |              |             |
|----------------|------------|------------------------------------|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
|                |            | <b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> | <b>110</b>     | <b>3,9</b>  | <b>3,3</b>  | <b>23,9</b> | <b>137,8</b> | <b>0</b>    |
|                |            | ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ                 | 37,3 / 37,3    | 3,9         | 0,5         | 23,9        | 113,5        | 0           |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                    | 3,611 / 3,61   | 0           | 2,8         | 0           | 24,3         | 0           |
|                |            | <b>СОУС МОЛОЧНЫЙ</b>               | <b>20</b>      | <b>0,9</b>  | <b>3,2</b>  | <b>2,8</b>  | <b>41,4</b>  | <b>0,1</b>  |
|                |            | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 1,2 / 1,2      | 0           | 1,1         | 0           | 9,7          | 0           |
|                |            | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ          | 3 / 3          | 0,3         | 0           | 1,9         | 9,0          | 0           |
|                |            | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                       | 0,4 / 0,4      | 0           | 0           | 0           | 0,0          | 0           |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                    | 20 / 20        | 0,6         | 0,5         | 0,9         | 10,8         | 0,1         |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                    | 2 / 2          | 0           | 1,6         | 0           | 11,9         | 0           |
|                |            | <b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>       | <b>150</b>     | <b>0,2</b>  |             | <b>11,1</b> | <b>45,8</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ              | 9 / 9          | 0,2         | 0           | 4,7         | 20,7         | 0           |
|                |            | САХАР ПЕСОК                        | 7 / 7          | 0           | 0           | 6,4         | 25,1         | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>                 | <b>40</b>      | <b>2,5</b>  | <b>0,4</b>  | <b>15,5</b> | <b>73,4</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                     | 40 / 40        | 2,5         | 0,4         | 15,5        | 73,4         | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>              | <b>15</b>      | <b>1,0</b>  | <b>0,1</b>  | <b>6,8</b>  | <b>32,0</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                      | 15 / 15        | 1           | 0,1         | 6,8         | 32,0         | 0           |
|                |            |                                    |                | <b>22,9</b> | <b>25,9</b> | <b>76,3</b> | <b>606,0</b> | <b>15,0</b> |
| <b>Полдник</b> |            |                                    |                |             |             |             |              |             |
|                |            | <b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>            | <b>150</b>     | <b>4,2</b>  | <b>3,8</b>  | <b>7,4</b>  | <b>85,1</b>  | <b>0,8</b>  |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                    | 157,5 / 157,5  | 4,2         | 3,8         | 7,4         | 85,1         | 0,8         |
|                |            | <b>ПЕЧЕНЬЕ</b>                     | <b>15</b>      | <b>1,0</b>  | <b>1,4</b>  | <b>10,2</b> | <b>56,3</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ   | 15 / 15        | 1           | 1,4         | 10,2        | 56,3         | 0           |
|                |            |                                    |                | <b>5,2</b>  | <b>5,2</b>  | <b>17,6</b> | <b>141,4</b> | <b>15,8</b> |
| <b>Ужин 1</b>  |            |                                    |                |             |             |             |              |             |
| <b>2012</b>    | <b>268</b> | <b>РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ</b>            | <b>80</b>      | <b>10,7</b> | <b>7,0</b>  | <b>2,0</b>  | <b>110,1</b> | <b>0,3</b>  |
|                |            | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                    | 40 / 40        | 1,1         | 1           | 1,9         | 21,6         | 0,2         |
|                |            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                    | 1,944 / 1,94   | 0           | 1,5         | 0           | 13,1         | 0           |
|                |            | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                       | 0,4 / 0,4      | 0           | 0           | 0           | 0,0          | 0           |
|                |            | РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ                | 90 / 47,7      | 7,2         | 0,4         | 0           | 30,9         | 0,4         |
|                |            | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                 | 0,5 шт. / 20   | 2,4         | 2,2         | 0,1         | 28,3         | 0           |
|                |            | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 2 / 2          | 0           | 1,9         | 0           | 16,2         | 0           |
| <b>2012</b>    | <b>33</b>  | <b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ</b>             | <b>40</b>      | <b>0,8</b>  | <b>1,4</b>  | <b>4,1</b>  | <b>31,5</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | СВЕКЛА СТОЛОВАЯ                    | 63,889 / 47,92 | 0,7         | 0           | 3,8         | 18,1         | 0           |
|                |            | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ  | 1,5 / 1,5      | 0           | 1,4         | 0           | 12,2         | 0           |
|                |            | ЧЕСНОК                             | 1 / 0,85       | 0,1         | 0           | 0,3         | 1,2          | 0           |
|                |            | <b>ЧАЙ СЛАДКИЙ</b>                 | <b>150</b>     | <b>0,1</b>  |             | <b>6,6</b>  | <b>26,2</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ВОДА ПИТЬЕВАЯ                      | 142,5 / 142,5  | 0           | 0           | 0           | 0,0          | 0           |
|                |            | САХАР ПЕСОК                        | 7 / 7          | 0           | 0           | 6,4         | 25,1         | 0           |
|                |            | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ                         | 0,5 / 0,5      | 0,1         | 0           | 0,2         | 1,1          | 0           |
|                |            | <b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>              | <b>15</b>      | <b>1,0</b>  | <b>0,1</b>  | <b>6,8</b>  | <b>32,0</b>  | <b>0</b>    |
|                |            | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                      | 15 / 15        | 1           | 0,1         | 6,8         | 32,0         | 0           |
|                |            |                                    |                | <b>12,6</b> | <b>8,5</b>  | <b>19,5</b> | <b>199,8</b> | <b>16,1</b> |