



СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образования



Приложение № 2  
от « » 2022г.

# Двухнедельное меню для общеразвивающих детских садов с 12 часовым пребыванием города Менделеевска и Менделеевского района в 2024 году.

Период: ЗИМА

| № рец     | Примем пищи, Наименование блюда                 | Масса порции, гр |       | Пищевые вещества (гр) |       |          |       |          |       | Энерг. ценность (ккал) |        | Витамины (мг) |       |       |       | Минер. вещества (мг) |        |          |       |          |       |          |      |
|-----------|-------------------------------------------------|------------------|-------|-----------------------|-------|----------|-------|----------|-------|------------------------|--------|---------------|-------|-------|-------|----------------------|--------|----------|-------|----------|-------|----------|------|
|           |                                                 | Дет. сад         | Ясли  | Белки                 |       | Жиры     |       | Углеводы |       | Дет. сад               | Ясли   | С             | Ясли  | В1    | Ясли  | Дет. сад             | Ясли   | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад | Ясли |
|           |                                                 |                  |       | Дет. сад              | Ясли  | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад | Ясли  |                        |        |               |       |       |       |                      |        |          |       |          |       |          |      |
|           | I неделя                                        |                  |       |                       |       |          |       |          |       |                        |        |               |       |       |       |                      |        |          |       |          |       |          |      |
|           | 1 день                                          |                  |       |                       |       |          |       |          |       |                        |        |               |       |       |       |                      |        |          |       |          |       |          |      |
|           | Завтрак                                         |                  |       |                       |       |          |       |          |       |                        |        |               |       |       |       |                      |        |          |       |          |       |          |      |
| 1/16      | Бутерброд с маслом                              | 30/5             | 20/5  | 2,25                  | 1,51  | 4,99     | 4,71  | 18,46    | 13,18 | 115,82                 | 89,69  | 0,00          | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,60                 | 6      | 0,46     | 0,31  | 8,70     | 6,2   |          |      |
| 510/15    | Каша гречневая вязкая с маслом                  | 180/3            | 150/3 | 5,55                  | 4,62  | 6,33     | 5,28  | 29,80    | 24,83 | 239,71                 | 206,64 | 0             | 0     | 0,23  | 0,19  | 38,63                | 32,19  | 0,56     | 0,37  | 19,45    | 10,21 |          |      |
| 591/14    | Кисель из концентрата полуспадакий              | 180              | 150   | 0,10                  | 0,07  | 0        | 0     | 28,48    | 16,11 | 86,30                  | 64,73  | 0,96          | 0,72  | 0     | 0     | 24,00                | 18,00  | 1,20     | 0,90  | 12,00    | 9,00  |          |      |
|           | Второй завтрак                                  |                  |       | 7,90                  | 6,20  | 11,32    | 9,99  | 76,74    | 54,12 | 441,83                 | 361,06 | 0,96          | 0,72  | 0,28  | 0,22  | 71,23                | 56,29  | 2,22     | 1,58  | 40,15    | 25,41 |          |      |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                         | 100              | 100   | 0,50                  | 0,50  | 0        | 0     | 10,10    | 10,10 | 42,40                  | 42,40  | 2,40          | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,0                  | 7,00   | 1,40     | 1,40  | 4,00     | 4,00  |          |      |
|           | Обед                                            |                  |       | 0,50                  | 0,50  | 0        | 0     | 10,10    | 10,10 | 42,40                  | 42,40  | 2,40          | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,00                 | 7,00   | 1,40     | 1,40  | 4,00     | 4,00  |          |      |
| ТТК № 310 | Салат Метелка                                   | 50               | 40    | 0,95                  | 0,76  | 5,05     | 4,04  | 3,57     | 2,86  | 63,55                  | 50,84  | 21,50         | 17,20 | 0,03  | 0,02  | 21,1                 | 14,06  | 0,80     | 0,53  | 10,45    | 8,36  |          |      |
| 134/04    | Суп крестьянский со сметаной                    | 200/5            | 150/5 | 1,74                  | 1,34  | 4,96     | 3,91  | 9,58     | 5,74  | 111,96                 | 63,49  | 14,79         | 11,09 | 0,03  | 0,02  | 28,7                 | 21,5   | 0,46     | 0,34  | 11,34    | 8,50  |          |      |
| 272/16    | Котлета рыбная любительская с соусом            | 75/30            | 50/30 | 10,46                 | 7,09  | 4,47     | 3,42  | 10,41    | 7,74  | 123,60                 | 89,85  | 3,31          | 2,44  | 0,080 | 0,060 | 44,00                | 31,000 | 1,24     | 0,860 | 33,2     | 23,2  |          |      |
| 321/14    | Пюре картофельное                               | 130              | 100   | 2,57                  | 1,98  | 3,96     | 3,05  | 15,42    | 8,79  | 225,61                 | 170,47 | 6,00          | 4,60  | 0,14  | 0,11  | 36,98                | 29,58  | 1,09     | 0,81  | 11,05    | 8,50  |          |      |
| ТТК №3    | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полуспадакий | 180              | 150   | 0,50                  | 0,37  | 0,02     | 0,02  | 19,43    | 14,57 | 79,92                  | 59,94  | 0,03          | 0,02  | 0     | 0     | 17,25                | 12,94  | 1,95     | 1,46  | 13,80    | 10,35 |          |      |
|           | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20             | 1/20  | 1,52                  | 1,52  | 0,18     | 0,18  | 10,94    | 10,94 | 47,46                  | 47,46  | 0             | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6                  | 4,6    | 0,22     | 0,22  | 5,66     | 5,66  |          |      |
|           | Хлеб Ржаной                                     | 1/30             | 1/20  | 1,68                  | 1,12  | 0,33     | 0,22  | 14,44    | 9,62  | 61,65                  | 41,40  | 0             | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9                  | 4,59   | 0,93     | 0,62  | 8,25     | 9,36  |          |      |
|           |                                                 |                  |       | 19,42                 | 14,18 | 18,97    | 14,84 | 83,79    | 60,26 | 713,75                 | 523,45 | 45,63         | 35,35 | 0,33  | 0,25  | 159,52               | 118,27 | 6,69     | 4,84  | 93,75    | 73,93 |          |      |
|           | Полдник                                         |                  |       |                       |       |          |       |          |       |                        |        |               |       |       |       |                      |        |          |       |          |       |          |      |
| 400/14    | Молоко кипяченое                                | 100              | 100   | 3,06                  | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 5,06     | 5,06  | 56,23                  | 56,23  | 1,37          | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60               | 189,60 | 0,16     | 0,16  | 14,7     | 14,7  |          |      |
|           | Ужин                                            |                  |       | 3,06                  | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 5,06     | 5,06  | 56,23                  | 56,23  | 1,37          | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60               | 189,60 | 0,16     | 0,16  | 14,70    | 14,70 |          |      |

|          |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
|----------|---------------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК-652  | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным            | 25/25   | 25/25   | 2,57  | 2,57  | 6,71  | 6,71  | 8,72   | 8,72   | 85,56   | 85,56   | 1,24  | 1,24  | 0,005 | 0,005 | 93,120 | 93,120 | 1,15  | 1,15  | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
| 214/2004 | Капуста тушеная                                   | 130     | 100     | 3,83  | 2,95  | 7,52  | 4,70  | 15,13  | 11,64  | 157,50  | 121,15  | 13,96 | 10,74 | 0,10  | 0,08  | 130,3  | 108,6  | 1,80  | 1,50  | 1,80  | 1,40  | 7,40   | 7,40   |
| ТТК-1    | Чай полуспадкий                                   | 200     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 0,84  | 0,70  | 9,6    | 7,5    |
|          | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 4,80   | 4,80   |
|          |                                                   |         |         | 8,12  | 7,19  | 14,41 | 11,59 | 39,85  | 35,09  | 311,56  | 269,56  | 15,20 | 11,98 | 0,13  | 0,11  | 233,07 | 210,11 | 4,01  | 3,50  | 4,01  | 3,50  | 5,66   | 5,66   |
|          |                                                   |         |         | 39,00 | 31,13 | 47,34 | 39,06 | 215,54 | 164,63 | 1565,77 | 1253,09 | 65,56 | 51,82 | 0,81  | 0,65  | 660,42 | 581,27 | 14,48 | 11,48 | 14,48 | 11,48 | 214,44 | 170,98 |
|          | ИТОГО                                             |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
|          | 2 день                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
|          | Завтрак                                           |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 3/16     | Бутерброд с сыром                                 | 30/5    | 20/5    | 3,68  | 2,95  | 2,24  | 2,00  | 18,42  | 13,16  | 96,59   | 70,90   | 0,04  | 0,04  | 0,05  | 0,03  | 64,18  | 42,79  | 0,51  | 0,34  | 0,51  | 0,34  | 10,40  | 7,40   |
| 199/2016 | Каша молочная "Ермуловская" (жидкая) с маслом     | 200/3   | 150/3   | 7,17  | 5,38  | 7,02  | 5,89  | 30,49  | 22,88  | 213,86  | 166,01  | 4,22  | 3,17  | 0,11  | 0,08  | 191    | 143    | 0,9   | 0,70  | 0,9   | 0,70  | 18,0   | 7,50   |
| ТТК №18  | Какао с молоком полуспадкий                       | 180     | 150     | 3,09  | 2,58  | 2,57  | 2,14  | 15,74  | 13,11  | 98,39   | 81,99   | 3,63  | 3,03  | 0,028 | 0,024 | 109,44 | 91,2   | 0,32  | 0,27  | 0,32  | 0,27  | 14,22  | 11,85  |
|          |                                                   |         |         | 13,94 | 10,91 | 11,83 | 10,03 | 64,65  | 49,15  | 408,94  | 318,90  | 7,89  | 6,24  | 0,19  | 0,13  | 364,62 | 276,99 | 1,73  | 1,31  | 1,73  | 1,31  | 42,62  | 26,75  |
|          | Второй завтрак                                    |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 707/04   | Сок фруктовый разливной                           | 100     | 100     | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,0    | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|          | Печенье                                           | 25      | 25      | 2,05  | 2,05  | 2,68  | 2,68  | 25,43  | 25,43  | 114,10  | 114,10  | 0,00  | 0,00  | 0,02  | 0,02  | 7,9    | 7,93   | 0,57  | 0,57  | 0,57  | 0,57  | 3,50   | 3,50   |
|          |                                                   |         |         | 2,55  | 2,55  | 2,68  | 2,68  | 35,53  | 35,53  | 156,50  | 156,50  | 2,40  | 2,40  | 0,03  | 0,03  | 14,93  | 14,93  | 1,97  | 1,97  | 1,97  | 1,97  | 7,50   | 7,50   |
|          | Обед                                              |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 21/16    | Салат из свежей капусты                           | 50      | 40      | 0,97  | 0,78  | 2,55  | 2,04  | 5,25   | 4,20   | 47,85   | 38,30   | 24,96 | 19,90 | 0,04  | 0,03  | 22,42  | 17,94  | 0,31  | 0,25  | 0,31  | 0,25  | 9,10   | 7,3    |
| 11/1/16  | Суп с макаронными изделиями                       | 200     | 150     | 8,05  | 6,00  | 7,18  | 6,67  | 21,12  | 18,34  | 141,33  | 123,35  | 2,19  | 1,83  | 0,18  | 0,14  | 33,62  | 26,22  | 1,82  | 1,47  | 1,82  | 1,47  | 8,54   | 6,40   |
| 289/2017 | Рыбу из птицы                                     | 50/150  | 50/100  | 12,30 | 8,20  | 17,66 | 11,80 | 29,85  | 20,00  | 313,00  | 208,70  | 8,08  | 5,40  | 0,21  | 0,14  | 57,66  | 38,44  | 0,11  | 0,07  | 0,11  | 0,07  | 26,40  | 17,6   |
| 342/15   | Компот "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.             | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|          | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          | Хлеб Ржаной                                       | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|          |                                                   |         |         | 24,70 | 17,76 | 28,08 | 21,05 | 100,66 | 77,39  | 689,87  | 518,15  | 39,77 | 30,54 | 0,59  | 0,43  | 131,60 | 96,59  | 3,57  | 2,76  | 3,57  | 2,76  | 61,55  | 49,02  |
|          | Полдник                                           |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 386/16   | Ацидофилн                                         | 150     | 100     | 4,54  | 3,02  | 4,05  | 2,70  | 6,48   | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30  | 0,66  | 0,09  | 0,06  | 270,00 | 180,00 | 0,225 | 0,15  | 0,225 | 0,15  | 15,0   | 8      |
|          |                                                   |         |         | 4,54  | 3,02  | 4,05  | 2,70  | 6,48   | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30  | 0,66  | 0,09  | 0,06  | 270,00 | 180,00 | 0,23  | 0,15  | 0,23  | 0,15  | 15,00  | 8,00   |
|          | Ужин                                              |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 386/16   | Десерт фруктовый Яблоко                           | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 252/16   | Запеканка из творога с морковью с соусом молочным | 100/30  | 75/30   | 12,24 | 9,33  | 11,65 | 9,08  | 27,78  | 21,83  | 264,45  | 205,95  | 0,81  | 0,63  | 0,20  | 0,02  | 132,40 | 205,95 | 0,74  | 0,6   | 0,74  | 0,6   | 22,7   | 17,0   |
| ТТК-1    | Чай полуспадкий                                   | 200     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|          | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          |                                                   |         |         | 14,39 | 11,41 | 12,26 | 9,67  | 53,68  | 45,96  | 378,20  | 312,19  | 11,81 | 11,08 | 0,24  | 0,06  | 158,05 | 229,54 | 2,40  | 1,99  | 2,40  | 1,99  | 41,76  | 34,46  |
|          |                                                   |         |         | 60,12 | 45,65 | 58,90 | 46,13 | 261,00 | 212,35 | 1723,92 | 1359,42 | 63,17 | 51,12 | 1,14  | 0,71  | 939,20 | 789,05 | 9,90  | 8,18  | 9,90  | 8,18  | 168,43 | 125,73 |
|          | ИТОГО                                             |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
|          | 3 день                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
|          | Завтрак                                           |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 2/16     | Бутерброд с повидлом                              | 30/10/5 | 20/10/5 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 16,21  | 134,93  | 108,80  | 0,10  | 0,10  | 0,02  | 0,01  | 5,2    | 3,4    | 0,22  | 0,11  | 0,22  | 0,11  | 9,6    | 7,5    |
| 182/15   | Каша молочная пшеница с маслом                    | 200/3   | 150/3   | 7,79  | 5,85  | 6,15  | 5,23  | 38,72  | 29,05  | 241,46  | 186,71  | 4,03  | 3,02  | 0,57  | 0,43  | 9,00   | 5,00   | 0,70  | 0,50  | 0,70  | 0,50  | 17,30  | 6,2    |
| 227/16   | Рйю вареное                                       | 1 шт    | 1 шт    | 5,52  | 5,52  | 5,04  | 5,04  | 0      | 0      | 67,44   | 67,44   | 0     | 0     | 0,03  | 0,03  | 22,00  | 22,00  | 1,00  | 1,00  | 1,00  | 1,00  | 4,80   | 4,80   |
| ТТК -437 | Чай полуспадкий с молоком                         | 200     | 150     | 1,68  | 1,26  | 1,25  | 0,94  | 7,53   | 5,65   | 48,09   | 36,06   | 2,10  | 1,58  | 0,015 | 0,011 | 76,5   | 57,37  | 0,43  | 0,32  | 0,43  | 0,32  | 8,8    | 6,7    |
|          |                                                   |         |         | 17,26 | 14,16 | 16,93 | 15,41 | 67,60  | 50,91  | 491,92  | 399,01  | 6,23  | 4,70  | 0,64  | 0,48  | 112,70 | 87,77  | 2,35  | 1,93  | 2,35  | 1,93  | 40,50  | 25,20  |
|          | Второй завтрак                                    |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |
| 707/04   | Сок фруктовый разливной                           | 100     | 100     | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,0    | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|          |                                                   |         |         | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,4   | 2,4   | 0,01  | 0,01  | 7      | 7      | 1,4   | 1,4   | 1,4   | 1,4   | 4      | 4      |
|          | Обед                                              |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |       |       |        |        |

|           |                                               |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|-----------|-----------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 63/16     | Салат Стелной                                 | 50     | 40    | 1,08  | 0,86  | 4,13  | 3,31  | 15,93  | 14,75  | 65,25   | 52,20   | 8,67  | 6,93  | 0,080 | 0,070 | 20,20  | 16,16  | 0,51  | 0,41  | 11,70  | 9,36   |
| 280/15    | Борщ с капустой и карт. со сметаной           | 200/5  | 150/5 | 1,80  | 1,38  | 6,76  | 3,01  | 18,59  | 7,99   | 143,43  | 107,57  | 19,97 | 17,23 | 0,07  | 0,05  | 47,22  | 36,40  | 1,32  | 0,99  | 14,90  | 8,60   |
| ТТК-446   | Тедтели из птицы с соусом сметанным с томатом | 60/30  | 60/30 | 11,56 | 11,56 | 8,77  | 8,77  | 18,03  | 18,03  | 173,34  | 173,34  | 2,97  | 2,97  | 0,04  | 0,04  | 23,63  | 23,63  | 0,51  | 0,51  | 8,60   | 8,60   |
| ТТК №3    | Пюре из бобовых "Янтарное"                    | 130    | 100   | 14,70 | 11,31 | 4,32  | 3,32  | 32,42  | 24,94  | 227,34  | 174,88  | 0     | 0     | 0     | 0     | 0,67   | 0,45   | 0,01  | 0,01  | 0,07   | 0,05   |
|           | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов            | 180    | 150   | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 59,94   | 0,03  | 0,02  | 0     | 0     | 17,25  | 12,94  | 1,95  | 1,46  | 13,80  | 10,35  |
|           | Хлеб Пшеничный                                | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Пшеничный                                | 1/30   | 1/20  | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|           | Хлеб Ржаной                                   |        |       | 32,84 | 28,12 | 24,51 | 18,83 | 129,78 | 100,84 | 798,39  | 656,79  | 31,64 | 27,15 | 0,24  | 0,20  | 120,47 | 98,77  | 5,45  | 4,22  | 62,98  | 51,98  |
| 400/14    | Полдник                                       |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 452/16    | Молоко кипяченое                              | 100    | 100   | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23   | 56,23   | 1,37  | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60 | 189,60 | 0,16  | 0,16  | 14,7   | 14,7   |
|           | Булочка домашняя                              | 30     | 30    | 2,16  | 2,16  | 4,10  | 4,10  | 18,48  | 18,48  | 119,46  | 119,46  | 0     | 0     | 0,04  | 0,04  | 4,18   | 4,18   | 0,29  | 0,29  | 9,7    | 9,7    |
|           | Ужин                                          |        |       | 2,16  | 2,16  | 4,10  | 4,10  | 18,48  | 18,48  | 119,46  | 119,46  | 0,00  | 0,00  | 0,04  | 0,04  | 4,18   | 4,18   | 0,29  | 0,29  | 9,70   | 9,70   |
| 163/2016  | Картофель, запеченный в сметанном соусе       | 150    | 100   | 3,59  | 2,41  | 6,10  | 4,07  | 19,36  | 13,01  | 330,75  | 220,50  | 4,29  | 2,89  | 0,11  | 0,08  | 49,80  | 33,20  | 0,82  | 0,55  | 26,00  | 17,50  |
| 686/04    | Чай с лимоном (полуспадкий)                   | 200/7  | 150/7 | 0,27  | 0,22  | 0     | 0     | 15,33  | 11,57  | 62,40   | 47,16   | 3,30  | 3,27  | 0,003 | 0,002 | 3,25   | 2,43   | 0,087 | 0,065 | 0,840  | 0,630  |
|           | Хлеб Пшеничный                                | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | ИТОГО                                         |        |       | 58,14 | 49,09 | 51,82 | 42,59 | 271,59 | 215,85 | 1892,78 | 1532,78 | 47,86 | 40,41 | 1,06  | 0,83  | 302,00 | 237,95 | 10,62 | 8,68  | 149,68 | 114,67 |
| 4 День    | Завтрак                                       |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 1/16      | Бутерброд с маслом                            | 30/5   | 20/5  | 2,25  | 1,51  | 4,99  | 4,71  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00  | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,60   | 6      | 0,46  | 0,31  | 8,70   | 6,2    |
| 181/16    | Каша молочная манная (жидкая) с маслом        | 200/3  | 150/3 | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 162,89  | 4,22  | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 182,00 | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   |
| ТТК № 17  | Кофейный напиток полуспадкий                  | 180    | 150   | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61   | 67,17   | 0,75  | 0,62  | 0,03  | 0,03  | 110,60 | 92,2   | 0,20  | 0,2   | 19,80  | 16,50  |
|           | Второй завтрак                                |        |       | 11,38 | 8,57  | 13,96 | 10,70 | 66,22  | 50,17  | 426,13  | 319,75  | 4,97  | 3,79  | 0,46  | 0,35  | 301,20 | 234,30 | 1,06  | 0,81  | 41,80  | 30,92  |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                       | 100    | 100   | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,0    | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|           | Обед                                          |        |       | 0,50  | 0,50  | 0,00  | 0,00  | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,00   | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
| 12/1/2016 | Винегрет "Дары осени"                         | 50     | 40    | 0,98  | 0,76  | 3,55  | 2,84  | 13,94  | 13,15  | 51,49   | 41,19   | 9,35  | 7,48  | 0,04  | 0,03  | 11,60  | 9,30   | 0,40  | 0,34  | 10,06  | 8,04   |
| 82/16     | Рассолы Ленинградский со смет                 | 200/5  | 150/5 | 2,16  | 1,65  | 3,79  | 3,03  | 9,97   | 7,51   | 117,67  | 98,93   | 17,68 | 13,26 | 0,20  | 0,06  | 30,40  | 23,42  | 1,31  | 0,98  | 18,26  | 12,43  |
| ТТК-331   | Котлеты "Любимые"                             | 75     | 50    | 10,5  | 7,00  | 9,00  | 6,00  | 11,00  | 6,00   | 167,00  | 105,00  | 0     | 0     | 0,083 | 0,056 | 12,74  | 10,2   | 1,27  | 1,1   | 11,1   | 7,4    |
| 182/16    | Каша ячневая вязкая с маслом                  | 130/5  | 100/3 | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0     | 0     | 0,08  | 0,06  | 23     | 18     | 0,5   | 0,4   | 7,21   | 5,9    |
| 342/15    | Компот "Плодово-ягодный" из свеж. ябл.        | 180    | 150   | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|           | Хлеб Пшеничный                                | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Ржаной                                   | 1/30   | 1/20  | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|           | Полдник                                       |        |       | 19,86 | 14,38 | 20,59 | 15,23 | 97,64  | 75,58  | 682,62  | 524,58  | 31,57 | 24,15 | 0,56  | 0,33  | 95,64  | 74,91  | 4,81  | 3,79  | 64,14  | 51,49  |
| 386/16    | Кефир с сахаром                               | 150/5  | 100/3 | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180,00 | 120,00 | 20    | 12    | 0,15   | 0,1    |
|           | Ужин                                          |        |       | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,50  | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,70  | 0,06  | 0,04  | 180,00 | 120,00 | 20,00 | 12,00 | 0,15   | 0,10   |
| 386/16    | Десерт фруктовый Яблоко                       | 100    | 95    | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 203/16    | Запеканка рисовая с творогом с повидлом       | 120/15 | 90/15 | 12,50 | 9,38  | 17,92 | 9,62  | 36,45  | 29,28  | 366,07  | 281,22  | 0,95  | 0,87  | 0,08  | 0,06  | 265,7  | 199,5  | 0,84  | 0,63  | 16,10  | 7,10   |
| ТТК-1     | Чай полуспадкий                               | 200    | 150   | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |

|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|----------|---------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|---------|---------|--------|--------|------|------|---------|---------|-------|-------|--------|--------|
|          | Хлеб Пшеничный                  | 1/20   | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02 | 0,02 | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,96   |        |
|          | ИТОГО                           |        |        | 14,65  | 11,46  | 18,53  | 10,21  | 62,35   | 53,41  | 478,82  | 387,46  | 11,95  | 11,32  | 0,12 | 0,10 | 291,35  | 223,09  | 2,50  | 2,05  | 35,16  |        |
|          | 5 день                          |        |        | 50,74  | 37,81  | 56,93  | 38,64  | 242,31  | 193,26 | 1704,97 | 1324,19 | 51,94  | 42,36  | 1,21 | 0,83 | 875,19  | 659,30  | 29,77 | 20,05 | 145,25 | 111,3  |
|          | Завтрак                         |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
| 1/16     | Бутерброд с маслом              | 30/5   | 20/5   | 2,25   | 1,51   | 4,99   | 4,71   | 18,46   | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00   | 0      | 0,05 | 0,03 | 8,60    | 6       | 0,46  | 0,31  | 8,70   | 6,2    |
| 227/16   | Яйцо вареное                    | 1 шт   | 1 шт   | 5,52   | 5,52   | 5,04   | 5,04   | 0       | 0      | 67,44   | 67,44   | 0      | 0      | 0,03 | 0,03 | 22,00   | 22,00   | 1,00  | 1,00  | 4,80   | 4,80   |
| 93/04    | Сул молочный с макаронными изд  | 200    | 150    | 4,58   | 3,44   | 3,84   | 2,88   | 37,86   | 23,39  | 184,28  | 153,21  | 1,30   | 0,98   | 0,11 | 0,09 | 202,03  | 161,62  | 0,67  | 0,53  | 16,14  | 8,10   |
| ТТК-1    | Чай полусладкий                 | 200    | 150    | 0,20   | 0,15   | 0      | 0      | 5,06    | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00   | 0,00   | 0    | 0    | 5,05    | 3,79    | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|          | Второй завтрак                  |        |        | 12,55  | 10,62  | 13,87  | 12,63  | 61,38   | 40,36  | 388,58  | 326,12  | 1,30   | 0,98   | 0,19 | 0,15 | 237,68  | 193,51  | 2,97  | 2,47  | 34,04  | 22,40  |
| 707/04   | Сок фруктовый разливной         | 100    | 100    | 0,50   | 0,50   | 0      | 0      | 10,10   | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40   | 2,40   | 0,01 | 0,01 | 7,0     | 7,00    | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|          | Обед                            |        |        | 0,50   | 0,50   | 0      | 0      | 10,10   | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40   | 2,40   | 0,01 | 0,01 | 7,00    | 7,00    | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
| ТТК-65   | Салат "Здоровье"                | 50     | 40     | 4,45   | 3,56   | 4,50   | 3,60   | 19,00   | 17,20  | 47,50   | 42,00   | 3,75   | 3,00   | 0,03 | 0,02 | 10,95   | 8,76    | 0,15  | 0,12  | 9,0    | 7,0    |
| 88/15    | Щи из св.капусты с карт со смет | 200/5  | 150/5  | 6,62   | 4,96   | 8,23   | 7,84   | 9,76    | 5,16   | 137,57  | 126,02  | 28,89  | 19,22  | 0,04 | 0,03 | 39,4    | 29,5    | 0,66  | 0,49  | 17,80  | 13,35  |
| 321/16   | Плов "Золотой петушок"          | 50/150 | 25/100 | 8,14   | 4,07   | 14,74  | 8,13   | 40,39   | 26,86  | 393,73  | 233,15  | 3,41   | 2,27   | 0,06 | 0,04 | 38,59   | 26,71   | 1,42  | 0,96  | 13,70  | 6,85   |
| ТТК-№ 2  | Компот полусладкий из изюма     | 180    | 150    | 0,27   | 0,20   | 0,00   | 0,00   | 15,63   | 11,72  | 63,58   | 47,69   | 0,00   | 0,00   | 0    | 0    | 12,10   | 9,10    | 0,47  | 0,35  | 6,30   | 4,73   |
|          | Хлеб Пшеничный                  | 1/20   | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02 | 0,02 | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          | Хлеб Ржаной                     | 1/30   | 1/20   | 1,68   | 1,12   | 0,33   | 0,22   | 14,44   | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03 | 0,02 | 6,9     | 4,59    | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|          | Полдник                         |        |        | 22,68  | 15,43  | 27,98  | 19,97  | 110,16  | 81,50  | 751,49  | 537,72  | 36,05  | 24,49  | 0,20 | 0,15 | 112,54  | 83,26   | 3,85  | 2,76  | 60,71  | 46,95  |
| 400/14   | Молоко кипяченое                | 100    | 100    | 3,06   | 3,06   | 2,64   | 2,64   | 5,06    | 5,06   | 56,23   | 56,23   | 1,37   | 1,37   | 0,06 | 0,06 | 189,60  | 189,60  | 0,16  | 0,16  | 14,7   | 14,7   |
| 452/16   | Булочка домашняя                | 30     | 30     | 2,16   | 2,16   | 4,10   | 4,10   | 18,48   | 18,48  | 119,46  | 119,46  | 0      | 0      | 0,04 | 0,04 | 4,18    | 4,18    | 0,29  | 0,29  | 9,7    | 9,7    |
|          | Ужин                            |        |        | 5,22   | 5,22   | 6,74   | 6,74   | 23,54   | 23,54  | 175,69  | 175,69  | 1,37   | 1,37   | 0,10 | 0,10 | 193,78  | 193,78  | 0,45  | 0,45  | 24,40  | 24,40  |
| 386/16   | Десерт фруктовый Яблоко         | 100    | 95     | 0,43   | 0,41   | 0,43   | 0,41   | 9,90    | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00  | 10,45  | 0,02 | 0,02 | 16,00   | 15,20   | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 169/2016 | Запеканка овощная               | 150    | 100    | 3,61   | 2,41   | 10,21  | 6,80   | 26,56   | 17,28  | 239,00  | 165,00  | 12,92  | 8,6    | 0,13 | 0,09 | 51,3    | 34,5    | 1,59  | 1,05  | 38,6   | 25,5   |
| ТТК-1    | Чай полусладкий                 | 200    | 150    | 0,20   | 0,15   | 0      | 0      | 5,06    | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,10   | 0,08   | 0    | 0    | 5,05    | 3,79    | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|          | Хлеб Пшеничный                  | 1/20   | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02 | 0,02 | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          |                                 |        |        | 5,76   | 4,49   | 10,82  | 7,39   | 52,46   | 41,41  | 352,75  | 271,24  | 24,02  | 19,13  | 0,17 | 0,13 | 76,95   | 58,09   | 3,25  | 2,47  | 57,66  | 42,96  |
|          |                                 |        |        | 46,71  | 36,26  | 59,41  | 46,73  | 257,64  | 196,91 | 1710,91 | 1353,17 | 65,14  | 48,37  | 0,67 | 0,54 | 627,95  | 535,64  | 11,92 | 9,55  | 180,81 | 140,71 |
|          | Итого                           |        |        | 254,71 | 199,94 | 274,40 | 213,15 | 1248,08 | 983,00 | 8598,35 | 6622,65 | 293,67 | 234,08 | 4,88 | 3,55 | 3404,76 | 2812,21 | 76,68 | 57,94 | 858,61 | 548,70 |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|          |                                 |        |        |        |        |        |        |         | </     |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции, гр |         | Пищевые вещества (гр) |       |          |       |          |        |          |         |          |       | Энерг. ценность (ккал) |       | Витамины (мг) |        |          |       | Минер. вещества (мг) |       |          |      |          |      |
|----------------|-------------------------------------------------|------------------|---------|-----------------------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|---------|----------|-------|------------------------|-------|---------------|--------|----------|-------|----------------------|-------|----------|------|----------|------|
|                |                                                 | Дет. сад         | Ясли    | Белки                 |       | Жиры     |       | Углеводы |        | Дет. сад | Ясли    | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад               | Ясли  | Дет. сад      | Ясли   | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад             | Ясли  |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | Дет. сад              | Ясли  | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад | Ясли   |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       | Дет. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли |
| II неделя      |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 1 день         |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| Завтрак        |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 1/16           | Бутерброд с маслом                              | 30/5             | 20/5    | 2,25                  | 1,51  | 4,99     | 4,71  | 18,46    | 13,18  | 115,82   | 89,69   | 0,00     | 0     | 0,05                   | 0,03  | 8,60          | 6      | 0,46     | 0,31  | 8,70                 | 6,2   |          |      |          |      |
| 222/16         | Макароны запеченные с яйцом с маслом            | 180/5            | 150/5   | 4,43                  | 3,69  | 16,90    | 14,08 | 39,60    | 33,02  | 315,00   | 262,53  | 3,60     | 3,00  | 0,16                   | 0,13  | 56,5          | 47,1   | 1,7      | 1,4   | 9,7                  | 8,1   |          |      |          |      |
| ТТК-1          | Чай полусладкий                                 | 200              | 150     | 0,20                  | 0,15  | 0        | 0     | 5,06     | 3,79   | 21,04    | 15,78   | 0,00     | 0,00  | 0                      | 0     | 5,05          | 3,79   | 0,84     | 0,63  | 4,4                  | 3,3   |          |      |          |      |
| Второй завтрак |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 707/04         | Сок фруктовый разливной                         | 100              | 100     | 0,50                  | 0,50  | 0        | 0     | 10,10    | 10,10  | 42,40    | 42,40   | 2,40     | 2,40  | 0,01                   | 0,01  | 7,0           | 7,00   | 1,40     | 1,40  | 4,00                 | 4,00  |          |      |          |      |
| Обед           |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 21/16          | Салат из свежей капусты                         | 50               | 40      | 0,97                  | 0,78  | 2,55     | 2,04  | 5,25     | 4,20   | 47,85    | 38,30   | 24,96    | 19,90 | 0,04                   | 0,03  | 22,42         | 17,94  | 0,31     | 0,25  | 9,10                 | 7,3   |          |      |          |      |
| 134/04         | Суп крестьянский со сметаной                    | 200/5            | 150/5   | 1,74                  | 1,34  | 4,96     | 3,91  | 9,58     | 5,74   | 111,96   | 63,49   | 14,79    | 11,09 | 0,03                   | 0,02  | 28,7          | 21,5   | 0,46     | 0,34  | 11,34                | 8,50  |          |      |          |      |
| ТТК-730        | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным | 50/30            | 50/30   | 4,24                  | 4,24  | 6,72     | 6,72  | 14,24    | 14,24  | 94,38    | 94,38   | 1,61     | 1,61  | 0,01                   | 0,01  | 26,50         | 26,50  | 0,39     | 0,39  | 5,57                 | 5,57  |          |      |          |      |
| 321/14         | Пюре картофельное                               | 130              | 100     | 2,57                  | 1,98  | 3,96     | 3,05  | 15,42    | 8,79   | 225,61   | 170,47  | 6,00     | 4,60  | 0,14                   | 0,11  | 36,98         | 29,58  | 1,09     | 0,81  | 11,05                | 8,50  |          |      |          |      |
| ТТК №3         | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий  | 180              | 150     | 0,50                  | 0,37  | 0,02     | 0,02  | 19,43    | 14,57  | 79,92    | 59,94   | 0,03     | 0,02  | 0                      | 0     | 17,25         | 12,94  | 1,95     | 1,46  | 13,80                | 10,35 |          |      |          |      |
|                | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20             | 1/20    | 1,52                  | 1,52  | 0,18     | 0,18  | 10,94    | 10,94  | 47,46    | 47,46   | 0        | 0     | 0,02                   | 0,02  | 4,6           | 4,6    | 0,22     | 0,22  | 5,66                 | 5,66  |          |      |          |      |
|                | Хлеб Ржаной                                     | 1/30             | 1/20    | 1,68                  | 1,12  | 0,33     | 0,22  | 14,44    | 9,62   | 61,65    | 41,40   | 0        | 0     | 0,03                   | 0,02  | 6,9           | 4,59   | 0,93     | 0,62  | 8,25                 | 9,36  |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 13,22                 | 11,35 | 18,72    | 16,14 | 89,30    | 68,10  | 668,83   | 515,44  | 47,39    | 37,22 | 0,27                   | 0,21  | 143,35        | 117,65 | 5,35     | 4,09  | 64,77                | 55,24 |          |      |          |      |
| Полдник        |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 386/16         | Раженка                                         | 150              | 100     | 4,35                  | 2,90  | 3,75     | 2,5   | 6,00     | 4,00   | 75,00    | 50,00   | 1,05     | 0,7   | 0,06                   | 0,04  | 180,00        | 120,00 | 0        | 0     | 0,15                 | 0,1   |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 4,35                  | 2,90  | 3,75     | 2,50  | 6,00     | 4,00   | 75,00    | 50,00   | 1,05     | 0,70  | 0,06                   | 0,04  | 180,00        | 120,00 | 0,00     | 0,00  | 0,15                 | 0,10  |          |      |          |      |
| Ужин           |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 386/16         | Десерт фруктовый Яблоко                         | 100              | 95      | 0,43                  | 0,41  | 0,43     | 0,41  | 9,90     | 9,40   | 45,25    | 43,00   | 11,00    | 10,45 | 0,02                   | 0,02  | 16,00         | 15,20  | 0,60     | 0,57  | 9,0                  | 8,5   |          |      |          |      |
| 196/17         | Плов сладкий                                    | 130              | 100     | 3,42                  | 2,63  | 5,10     | 3,92  | 54,02    | 41,56  | 278,20   | 214,00  | 0,61     | 0,47  | 0,04                   | 0,03  | 47,3          | 36,4   | 1,34     | 1,03  | 44,3                 | 34,1  |          |      |          |      |
| ТТК-1          | Чай полусладкий                                 | 200              | 150     | 0,20                  | 0,15  | 0        | 0     | 5,06     | 3,79   | 21,04    | 15,78   | 0,00     | 0,00  | 0                      | 0     | 5,05          | 3,79   | 0,84     | 0,63  | 4,4                  | 3,3   |          |      |          |      |
|                | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20             | 1/20    | 1,52                  | 1,52  | 0,18     | 0,18  | 10,94    | 10,94  | 47,46    | 47,46   | 0        | 0     | 0,02                   | 0,02  | 4,6           | 4,6    | 0,22     | 0,22  | 5,66                 | 5,66  |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 5,57                  | 4,71  | 5,71     | 4,51  | 79,92    | 65,69  | 391,95   | 320,24  | 11,61    | 10,92 | 0,08                   | 0,07  | 72,97         | 59,99  | 3,00     | 2,45  | 63,36                | 51,5  |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 30,52                 | 24,81 | 50,07    | 41,94 | 248,44   | 197,88 | 1630,04  | 1296,08 | 66,05    | 54,24 | 0,63                   | 0,49  | 473,47        | 361,63 | 12,75    | 10,28 | 155,10               | 128,4 |          |      |          |      |
| 2 день         |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| Завтрак        |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 2/16           | Бутерброд с повидлом                            | 30/10/5          | 20/10/5 | 2,27                  | 1,53  | 4,49     | 4,20  | 21,35    | 16,21  | 134,93   | 108,80  | 0,10     | 0,10  | 0,02                   | 0,01  | 5,2           | 3,4    | 0,22     | 0,11  | 9,6                  | 7,4   |          |      |          |      |
| 97/16          | Суп Молочный с рисом                            | 200              | 150     | 3,80                  | 2,85  | 4,89     | 3,80  | 18,93    | 11,20  | 129,95   | 91,43   | 4,00     | 3,00  | 0,027                  | 0,036 | 169,56        | 127,17 | 0,222    | 0,166 | 12,52                | 6,8   |          |      |          |      |
| 591/14         | Кисель из концентрата полусладкий               | 180              | 150     | 0,10                  | 0,07  | 0        | 0     | 28,48    | 16,11  | 86,30    | 64,73   | 0,96     | 0,72  | 0                      | 0     | 24,00         | 18,00  | 1,20     | 0,90  | 12,00                | 9,0   |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 6,17                  | 4,45  | 9,38     | 8,00  | 68,76    | 43,52  | 351,18   | 264,96  | 5,06     | 3,82  | 0,05                   | 0,05  | 198,76        | 148,57 | 1,64     | 1,18  | 34,12                | 23,1  |          |      |          |      |
| Второй завтрак |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 707/04         | Сок фруктовый разливной                         | 100              | 100     | 0,50                  | 0,50  | 0        | 0     | 10,10    | 10,10  | 42,40    | 42,40   | 2,40     | 2,40  | 0,01                   | 0,01  | 7,0           | 7,00   | 1,40     | 1,40  | 4,00                 | 4,00  |          |      |          |      |
|                |                                                 |                  |         | 0,50                  | 0,50  | 0,00     | 0,00  | 10,10    | 10,10  | 42,40    | 42,40   | 2,40     | 2,40  | 0,01                   | 0,01  | 7,00          | 7,00   | 1,40     | 1,40  | 4,00                 | 4,00  |          |      |          |      |
| Обед           |                                                 |                  |         |                       |       |          |       |          |        |          |         |          |       |                        |       |               |        |          |       |                      |       |          |      |          |      |
| 34/2016        | Салат из отварной свеклы                        | 50               | 40      | 0,87                  | 0,70  | 5,05     | 4,04  | 9,13     | 4,10   | 69,48    | 55,58   | 5,83     | 4,66  | 0,020                  | 0,010 | 21,09         | 14,06  | 0,8      | 0,53  | 10,5                 | 5,1   |          |      |          |      |
| ТТК-425        | Суп "Речинское зернышко"                        | 200              | 150     | 2,34                  | 1,76  | 6,49     | 5,87  | 12,56    | 9,42   | 132,04   | 99,03   | 5,46     | 3,10  | 0,08                   | 0,10  | 8,25          | 6,60   | 1,4      | 1,12  | 22,5                 | 14,1  |          |      |          |      |
| 287/14         | Тедтели мясные (2 вариант)                      | 50/30            | 50/30   | 7,84                  | 7,84  | 12,97    | 12,97 | 17,43    | 17,43  | 177,80   | 177,80  | 1,24     | 1,24  | 0,079                  | 0,079 | 63,19         | 63,19  | 1,23     | 1,23  | 12,16                | 12,16 |          |      |          |      |

|           |                                                |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |        |
|-----------|------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|
| 21/4/2004 | Капуста тушеная                                | 130    | 100   | 3,83  | 2,95  | 7,52  | 4,70  | 15,13  | 11,64  | 157,50  | 121,15  | 13,96 | 10,74 | 0,10  | 0,08  | 130,3  | 108,6  | 1,80  | 1,50  | 26,60  | 14,7   | 15,45  |
| 34/2/15   | Компот "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.          | 180    | 150   | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 8,70   | 6,2    |
|           | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 11,0   | 11,0   |
|           | Хлеб Ржаной                                    | 1/30   | 1/20  | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 19,21  | 19,21  |
|           |                                                |        |       | 18,26 | 16,03 | 32,72 | 28,12 | 98,69  | 77,44  | 724,51  | 601,36  | 31,03 | 23,15 | 0,44  | 0,39  | 240,73 | 206,44 | 6,56  | 5,35  | 89,22  | 146,23 | 109,11 |
|           | Полдник                                        |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |        |
| 400/14    | Молоко кипяченое                               | 100    | 100   | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23   | 56,23   | 1,37  | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60 | 189,60 | 0,16  | 0,16  | 14,7   | 14,7   | 14,7   |
| 453/16    | Булочка дорожная                               | 30     | 30    | 2,02  | 2,02  | 4,42  | 4,42  | 17,30  | 17,30  | 117,04  | 117,04  | 0     | 0     | 0,040 | 0,040 | 11,86  | 11,86  | 0,040 | 0,400 | 8,100  | 8,100  | 8,100  |
|           | Ужин                                           |        |       | 5,08  | 5,08  | 7,06  | 7,06  | 22,36  | 22,36  | 173,27  | 173,27  | 1,37  | 1,37  | 0,10  | 0,10  | 201,46 | 201,46 | 0,20  | 0,56  | 22,80  | 22,80  | 22,80  |
| ТТК-53к   | Мякоть птицы тушеная в соусе                   | 25/25  | 25/25 | 5,54  | 5,54  | 3,82  | 3,82  | 11,89  | 11,89  | 84,10   | 84,10   | 0,64  | 0,64  | 0,065 | 0,065 | 9,85   | 9,85   | 1,01  | 1,01  | 15,45  | 15,45  | 15,45  |
| 510/04    | Каша перловая вязкая                           | 130    | 100   | 2,64  | 2,03  | 3,61  | 2,77  | 20,66  | 15,89  | 125,69  | 96,68   | 0     | 0     | 0,04  | 0,01  | 13,0   | 10,0   | 1,13  | 0,87  | 18     | 18     | 11     |
| 666/04    | Чай с лимоном (полусладкий)                    | 200/7  | 150/7 | 0,27  | 0,22  | 0,06  | 0,05  | 15,28  | 11,52  | 62,73   | 47,38   | 3,30  | 3,27  | 0,003 | 0,002 | 3,25   | 2,43   | 0,087 | 0,065 | 0,84   | 0,83   | 0,83   |
| 386/16    | Десерт фруктовый Яблоко-Хлеб Пшеничный         | 130    | 130   | 0,66  | 0,66  | 0,66  | 0,66  | 14,85  | 14,85  | 67,90   | 67,90   | 14,50 | 14,50 | 0,04  | 0,04  | 24,00  | 24,00  | 0,90  | 0,90  | 10,50  | 10,50  | 10,50  |
|           |                                                | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   | 5,66   |
|           |                                                |        |       | 10,63 | 9,97  | 8,33  | 7,48  | 73,62  | 65,09  | 387,88  | 343,52  | 18,44 | 18,41 | 0,17  | 0,14  | 54,70  | 50,88  | 3,35  | 3,07  | 50,45  | 43,24  | 43,24  |
|           |                                                |        |       | 40,64 | 36,03 | 57,49 | 50,66 | 273,53 | 218,51 | 1679,24 | 1425,51 | 58,30 | 49,15 | 0,76  | 0,68  | 702,65 | 614,35 | 13,15 | 11,55 | 200,59 | 161,47 | 161,47 |
|           | Завтрак                                        |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |        |
| 1/16      | Бутерброд с маслом                             | 30/5   | 20/5  | 2,25  | 1,51  | 4,99  | 4,71  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00  | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,60   | 6      | 0,46  | 0,31  | 8,70   | 6,2    | 6,2    |
| 182/15    | Каша молочная пшеница с маслом                 | 200/3  | 150/3 | 7,79  | 5,85  | 6,15  | 5,23  | 38,72  | 29,05  | 241,46  | 186,71  | 4,03  | 3,02  | 0,07  | 0,03  | 9,00   | 5,00   | 0,70  | 0,50  | 25,30  | 14,00  | 14,00  |
| ТТК №18   | Какао с молоком полусладкий                    | 180    | 150   | 3,09  | 2,58  | 2,57  | 2,14  | 15,74  | 13,11  | 98,39   | 81,99   | 3,63  | 3,03  | 0,28  | 0,24  | 109,44 | 91,2   | 0,32  | 0,27  | 14,22  | 11,85  | 11,85  |
|           | Второй завтрак                                 |        |       | 13,13 | 9,94  | 13,71 | 12,08 | 72,92  | 55,34  | 455,67  | 358,39  | 7,66  | 6,05  | 0,40  | 0,30  | 127,04 | 102,30 | 1,48  | 1,08  | 48,22  | 32,05  | 32,05  |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                        | 100    | 100   | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,0    | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   | 4,00   |
|           | Обед                                           |        |       | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,4   | 2,4   | 0,01  | 0,01  | 7,00   | 7,00   | 1,4   | 1,4   | 4      | 4      | 4      |
| 25/2004   | Салат Стелной                                  | 50     | 40    | 1,08  | 0,86  | 4,13  | 3,31  | 15,93  | 14,75  | 65,25   | 52,20   | 8,67  | 6,93  | 0,080 | 0,070 | 20,20  | 16,16  | 0,51  | 0,41  | 11,70  | 9,36   | 9,36   |
| 108/04    | Суп картофельный с клецками                    | 200    | 150   | 7,96  | 7,18  | 9,41  | 8,54  | 26,71  | 22,60  | 183,36  | 155,97  | 12,40 | 9,37  | 0,09  | 0,07  | 22,3   | 16,7   | 1,3   | 1,00  | 13,96  | 8,97   | 8,97   |
| ТТК-649к  | Биточки "Рагушка"                              | 75     | 50    | 1,58  | 1,06  | 6,58  | 4,78  | 19,45  | 6,30   | 83,07   | 62,92   | 0,02  | 0,14  | 0,082 | 0,055 | 10,34  | 6,98   | 1,14  | 0,77  | 6,22   | 4,15   | 4,15   |
| 182/16    | Каша ячневая вязкая с маслом                   | 130/5  | 100/3 | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0     | 0     | 0,08  | 0,06  | 23     | 18     | 0,5   | 0,4   | 7,21   | 5,9    | 5,9    |
| ТТК №3    | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий | 180    | 150   | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 59,94   | 0,03  | 0,02  | 0     | 0     | 17,25  | 12,94  | 1,95  | 1,46  | 13,80  | 10,35  | 10,35  |
|           | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Ржаной                                    | 1/30   | 1/20  | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   | 9,36   |
|           | Полдник                                        |        |       | 17,16 | 14,30 | 24,31 | 19,87 | 125,19 | 92,85  | 679,48  | 551,55  | 21,12 | 16,46 | 0,38  | 0,30  | 104,59 | 79,97  | 6,55  | 4,88  | 66,80  | 53,75  | 53,75  |
| 400/14    | Кефир с сахаром                                | 150/5  | 100/3 | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180,00 | 120,00 | 20    | 12    | 0,15   | 0,1    | 0,1    |
|           | Ужин                                           |        |       | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,50  | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,70  | 0,06  | 0,04  | 180,00 | 120,00 | 20,00 | 12,00 | 0,15   | 0,10   | 0,10   |
| ТТК-24    | Сырники из творога с повидлом                  | 100/15 | 75/15 | 10,98 | 8,23  | 18,37 | 9,28  | 35,39  | 26,54  | 388,47  | 291,35  | 0,69  | 0,52  | 0,15  | 0,11  | 367,45 | 275,60 | 1,19  | 0,9   | 17,0   | 10,3   | 10,3   |
| ТТК-1     | Чай полусладкий                                | 200    | 150   | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    | 3,3    |
|           | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20   | 1/20  | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   | 5,66   |
|           |                                                |        |       | 12,70 | 9,90  | 18,55 | 9,46  | 51,39  | 41,27  | 456,97  | 354,59  | 0,69  | 0,52  | 0,17  | 0,13  | 377,10 | 283,99 | 2,25  | 1,74  | 27,06  | 19,21  | 19,21  |
|           |                                                |        |       | 47,84 | 37,54 | 60,32 | 43,91 | 265,60 | 203,56 | 1709,52 | 1356,93 | 32,92 | 26,13 | 1,02  | 0,78  | 795,73 | 593,26 | 31,68 | 21,10 | 146,23 | 109,11 | 109,11 |
|           | 4 День                                         |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |        |
|           | Завтрак                                        |        |       |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |        |
| 1/16      | Бутерброд с маслом                             | 30/5   | 20/5  | 2,25  | 1,51  | 4,99  | 4,71  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00  | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,60   | 6      | 0,46  | 0,31  | 8,70   | 6,2    | 6,2    |
| 181/16    | Каша молочная манная (жидкая) с маслом         | 200/3  | 150/3 | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 162,89  | 4,22  | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 182,00 | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   | 8,22   |

|           |                                        |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|-----------|----------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 17        | Кофейный напиток полуслизкий           | 180     | 150     | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61   | 67,17   | 0,75  | 0,62  | 0,03  | 0,03  | 110,60 | 92,2   | 0,20  | 0,2   | 19,80  | 16,50  |
|           |                                        |         |         | 11,38 | 8,57  | 13,96 | 10,70 | 66,22  | 50,17  | 426,13  | 319,75  | 4,97  | 3,79  | 0,46  | 0,35  | 301,20 | 234,30 | 1,06  | 0,81  | 41,80  | 30,92  |
|           | Второй завтрак                         |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                | 100     | 100     | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,00   | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|           |                                        |         |         | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  |        |        |       |       |        |        |
|           | Обед                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 12/12/016 | Винегрет "Дары осени"                  | 50      | 40      | 0,98  | 0,76  | 3,55  | 2,84  | 13,94  | 13,15  | 51,49   | 41,19   | 9,35  | 7,48  | 0,04  | 0,03  | 11,60  | 9,30   | 0,40  | 0,34  | 10,06  | 8,04   |
| 87/16     | Суп картофельный с бобовыми            | 200     | 150     | 10,50 | 7,34  | 9,90  | 6,45  | 13,38  | 10,04  | 177,67  | 135,60  | 5,85  | 4,40  | 0,18  | 0,16  | 38,08  | 30,46  | 2,03  | 1,62  | 20,24  | 15,18  |
| ТТК-738/  | Котлеты "Крестьянские"                 | 75      | 50      | 11,16 | 7,44  | 12,44 | 7,96  | 17,30  | 6,20   | 213,76  | 146,17  | 0,56  | 0,37  | 0,08  | 0,054 | 35,66  | 23,77  | 2,57  | 0,90  | 6,27   | 3,27   |
| 183/15    | Каша гречневая вязкая с маслом         | 130/5   | 100/3   | 4,03  | 3,10  | 4,12  | 3,17  | 21,54  | 16,57  | 139,36  | 107,20  | 0     | 0     | 0,17  | 0,13  | 27,90  | 21,46  | 1,35  | 1,98  | 23,45  | 16,12  |
| 59/1/4    | Кисель из концентрата полуслизкий      | 180     | 150     | 0,10  | 0,07  | 0     | 0     | 28,48  | 16,11  | 86,30   | 64,73   | 0,96  | 0,72  | 0     | 0     | 24,00  | 18,00  | 1,20  | 0,90  | 12,00  | 9,00   |
|           | Хлеб Пшеничный                         | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,44  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Ржаной                            | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|           |                                        |         |         | 29,97 | 21,35 | 30,52 | 20,82 | 120,02 | 82,63  | 777,69  | 583,75  | 16,72 | 12,97 | 0,52  | 0,41  | 148,74 | 112,18 | 8,70  | 6,58  | 85,93  | 66,63  |
|           | Полдник                                |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 400/14    | Молоко кипяченое                       | 100     | 100     | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23   | 56,23   | 1,37  | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60 | 189,60 | 0,16  | 0,16  | 14,7   | 14,7   |
|           |                                        |         |         | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23   | 56,23   | 1,37  | 1,37  | 0,06  | 0,06  | 189,60 | 189,60 | 0,16  | 0,16  | 14,70  | 14,70  |
|           | Ужин                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 272/16    | Котлета рыбная любительская с соусом   | 50/30   | 50/30   | 7,09  | 7,09  | 3,42  | 3,42  | 7,74   | 7,74   | 89,85   | 89,85   | 2,44  | 2,44  | 0,060 | 0,060 | 31,00  | 31,000 | 0,86  | 0,860 | 23,2   | 23,2   |
| 32/1/4    | Пюре картофельное                      | 130     | 100     | 2,57  | 1,98  | 3,96  | 3,05  | 15,42  | 8,79   | 225,61  | 170,47  | 6,00  | 4,60  | 0,14  | 0,11  | 36,98  | 29,58  | 1,09  | 0,81  | 11,05  | 8,50   |
| ТТК-1     | Чай полуслизкий                        | 200     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|           | Хлеб Пшеничный                         | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           |                                        |         |         | 11,38 | 10,74 | 7,56  | 6,65  | 39,16  | 31,26  | 383,96  | 323,56  | 8,44  | 7,04  | 0,22  | 0,19  | 77,63  | 68,97  | 3,01  | 2,52  | 44,31  | 40,66  |
|           |                                        |         |         | 56,29 | 44,22 | 54,68 | 40,81 | 240,56 | 179,22 | 1686,41 | 1325,69 | 33,90 | 27,57 | 1,27  | 1,02  | 724,17 | 612,05 | 14,33 | 11,47 | 190,74 | 156,91 |
|           | 5 день                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|           | Завтрак                                |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 2/0/4     | Бутерброд с повидлом                   | 30/10/5 | 20/10/5 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 16,21  | 134,93  | 108,80  | 0,10  | 0,10  | 0,02  | 0,01  | 5,2    | 3,4    | 0,22  | 0,11  | 9,60   | 7,50   |
| 173/16    | Каша молочная пшеничная с маслом       | 200/3   | 150/3   | 7,99  | 6,00  | 7,33  | 4,54  | 37,51  | 28,14  | 230,02  | 177,48  | 1,31  | 0,98  | 0,07  | 0,05  | 142,08 | 106,6  | 0,110 | 0,08  | 24,33  | 11,25  |
| ТТК - 437 | Чай полуслизкий с молоком              | 200     | 150     | 1,68  | 1,26  | 1,25  | 0,94  | 7,53   | 5,65   | 48,09   | 36,06   | 2,10  | 1,58  | 0,015 | 0,011 | 76,5   | 57,37  | 0,43  | 0,32  | 8,80   | 6,70   |
|           |                                        |         |         | 11,94 | 8,79  | 13,07 | 9,68  | 66,39  | 50,00  | 413,04  | 322,34  | 3,51  | 2,66  | 0,11  | 0,07  | 223,78 | 167,37 | 0,76  | 0,51  | 42,73  | 25,45  |
|           | Второй завтрак                         |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                | 100     | 100     | 0,50  | 0,50  | 0     | 0     | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,01  | 7,00   | 7,00   | 1,40  | 1,40  | 4,00   | 4,00   |
|           |                                        |         |         | 0,50  | 0,50  | 0,00  | 0,00  | 10,10  | 10,10  | 42,40   | 42,40   | 2,40  | 2,40  | 0,01  | 0,06  |        |        |       |       |        |        |
|           | Обед                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК- 65   | Салат "Здоровье"                       | 50      | 40      | 4,45  | 3,56  | 4,50  | 3,60  | 19,00  | 17,20  | 47,50   | 42,00   | 3,75  | 3,00  | 0,03  | 0,02  | 10,95  | 8,76   | 0,15  | 0,12  | 9,0    | 7,0    |
| 63/16     | Борщ с капустой и карт. со сметаной    | 200/5   | 150/5   | 1,80  | 1,38  | 6,76  | 3,01  | 18,59  | 7,99   | 143,43  | 107,57  | 19,97 | 17,23 | 0,07  | 0,05  | 47,22  | 36,40  | 1,32  | 0,99  | 14,90  | 8,60   |
| 259/14    | Жаркое из мякоти птицы                 | 50/100  | 25/75   | 17,24 | 7,83  | 10,44 | 7,00  | 19,02  | 6,01   | 228,99  | 146,00  | 8,18  | 5,45  | 0,04  | 0,02  | 18,83  | 12,55  | 0,17  | 0,11  | 18,40  | 9,90   |
| 342/15    | Компот "Глодовое-ягодный" из свеж.ябл. | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|           | Хлеб Пшеничный                         | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Ржаной                            | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|           |                                        |         |         | 26,87 | 15,55 | 22,39 | 14,15 | 101,05 | 66,05  | 607,61  | 443,37  | 36,44 | 29,09 | 0,30  | 0,21  | 94,90  | 71,70  | 2,97  | 2,19  | 59,81  | 43,22  |
|           | Полдник                                |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 386/16    | Ацидофильн                             | 150     | 100     | 4,54  | 3,02  | 4,05  | 2,70  | 6,48   | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30  | 0,86  | 0,09  | 0,06  | 270,00 | 180,00 | 0,225 | 0,15  | 15,0   | 8      |
|           |                                        |         |         | 4,54  | 3,02  | 4,05  | 2,70  | 6,48   | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30  | 0,86  | 0,09  | 0,06  | 270,00 | 180,00 | 0,23  | 0,15  | 15,00  | 8,00   |
|           | Ужин                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 386/16    | Десерт фруктовый Яблоко                | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 222/16    | Макарона запеченные с сыром с Маслом   | 150/5   | 150/5   | 3,69  | 3,69  | 14,08 | 14,08 | 33,02  | 33,02  | 262,53  | 262,53  | 3,00  | 3,00  | 0,13  | 0,13  | 47,1   | 47,1   | 1,4   | 1,4   | 8,1    | 8,1    |
| ТТК-1     | Чай полуслизкий                        | 200     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00  | 0,00  | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|           | Хлеб Пшеничный                         | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |

|       |  |  |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |      |      |         |         |       |       |        |        |
|-------|--|--|--------|--------|--------|--------|---------|--------|---------|---------|--------|--------|------|------|---------|---------|-------|-------|--------|--------|
|       |  |  | 5,84   | 5,77   | 14,69  | 14,67  | 58,92   | 57,15  | 376,28  | 368,77  | 14,00  | 13,45  | 0,17 | 0,17 | 72,75   | 70,69   | 3,06  | 2,82  | 27,16  | 25,56  |
|       |  |  | 49,69  | 33,63  | 54,20  | 41,20  | 242,94  | 187,62 | 1529,84 | 1230,56 | 57,65  | 48,46  | 0,67 | 0,57 | 668,43  | 669,76  | 8,42  | 7,07  | 148,70 | 106,23 |
| Итого |  |  | 224,98 | 176,23 | 276,76 | 218,52 | 1271,07 | 986,79 | 8235,05 | 6634,77 | 248,82 | 205,55 | 4,36 | 3,54 | 3364,45 | 2851,05 | 80,32 | 61,47 | 841,36 | 557,40 |

|                   | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Энерг. ценность (ккал) | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |       |      | Минер. вещества (мг) |        |        |       |       |        |        |
|-------------------|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|---------------|-------|-------|------|----------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
|                   |                  |                  | Белки                 | Белки                 | Жиры                  | Жиры                  | Углеводы              | Углеводы               | Дет. сад               | Ясли          | С     | С     | В1   | Са                   | Fe     | Mg     |       |       |        |        |
|                   |                  |                  | Дет. сад              | Ясли                  | Дет. сад              | Ясли                  | Дет. сад              | Ясли                   |                        |               |       |       |      |                      |        |        |       |       |        |        |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                  |                  | 270,42                | 217,8                 | 312,2                 | 249,8                 | 1296,6                | 1046,2                 | 8821,5                 | 7246,8        | 262,8 | 221,2 | 4,7  | 3,9                  | 4467,3 | 3758,7 | 60,7  | 50,7  | 986,6  | 557,4  |
| В среднем в день: |                  |                  | 54,10                 | 43,50                 | 62,40                 | 49,90                 | 259,30                | 209,20                 | 1764,31                | 1449,30       | 52,50 | 44,20 | 0,94 | 0,77                 | 893,45 | 751,73 | 12,00 | 10,00 | 197,30 | 111,48 |

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под общей редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016.

3. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2004.

4. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2014 г.

5. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2015 г.

6. Технико-технологические карты разрабатываемые ООО "Школьное питание"

конт. тел.: 8(8552) 707107