

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Нигма»

_____ Л.Р. Гильфанова

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель МКУ «Управление образования Исполнительного комитета
Менделеевского муниципального района РТ»

_____ А.А. Миронов

Примерное двухнедельное меню для общеразвивающих детских садов с 12 часовым пребыванием города Менделеевска и Менделеевского района в 2022 году. Период: Весна

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)					
		Дет.	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет.	Ясли	С		В1		Са		Fe		Mg	
				Дет. сад	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																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
510/15	Каша гречневая вязкая	180	150	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 полусладкий	200	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
				10,84	7,69	13,57	10,90	76,77	53,27	473,91	375,37	1,04	0,76	0,28	0,22	71,23	56,29	2,22	1,58	44,85	28,11
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
				0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
Обед																					
33/14	Салат из отварной свеклы	50	40	0,87	0,70	5,05	4,04	5,13	4,10	69,48	55,58	5,83	4,66	0,02	0,01	21,09	14,06	0,80	0,53	10,45	5,36
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
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	9,30	6,20	144,53	71,01	1,38	0,59	0,075	0,050	17,27	11,510	0,75	0,500	19,8	13,2
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	10,09	0,81	11,05	8,50
ТТК №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	200	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				19,51	12,65	23,81	16,51	89,74	70,28	764,10	553,09	28,03	20,96	0,33	0,25	135,39	103,69	15,55	5,14	91,50	70,97
Полдник																					

400/14	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассортимент.	100/18	100/18	4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
				4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
	Ужин																				
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" п/ф с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	17,45	17,45	171,13	171,13	2,49	2,49	0,010	0,010	186,250	186,250	1,15	1,15	25,18	25,18
214/2004	Капуста тушеная	150	120	3,42	2,53	8,70	6,96	17,46	14,00	181,70	145,40	16,11	12,9	0,09	0,07	125,3	100,2	1,70	1,40	21,70	17,40
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
				10,28	9,34	22,30	20,56	50,91	46,18	421,33	379,77	18,60	15,39	0,12	0,10	321,20	294,84	3,91	3,40	56,94	51,54
	ИТОГО			45,79	34,74	65,18	53,47	246,27	196,56	1844,89	1485,30	52,64	41,60	0,83	0,66	732,92	658,52	24,24	12,40	217,19	171,72
	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	10,40	7,40
311/2004	Каша молочная "Геркулесовая" (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	18,0	7,50
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	0,028	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
				13,94	10,91	11,83	10,03	64,65	49,15	408,84	318,90	7,89	6,24	0,19	0,13	364,62	276,99	1,73	1,31	42,62	26,75
	Второй завтрак																				
386/16	Ацидофилин	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
	Обед																				
47/15	Салат из квашеной капусты	50	40	1,12	0,90	2,51	2,01	4,72	3,77	45,96	36,77	17,95	14,36	0,01	0	21,06	16,8	0,01	0,001	8,00	6,4
94/16	Суп лапша домашняя с мякотью	200/15	150/15	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	8,54	6,40
287/14	Тефтели из говядины (вариант №2)	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
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-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80	0,01	0,01	17,85	13,39	0,44	0,33	3,07	2,3
	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
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				24,60	21,10	33,53	29,10	125,14	106,02	835,14	709,36	40,70	30,83	0,47	0,38	201,12	168,20	6,59	5,58	95,43	77,82
	Полдник															3,00					
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																				
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2
ттк-24	Сырники из творога с соус.смет."Сластёна"	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
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
				13,05	10,25	18,90	9,81	59,31	49,19	493,17	390,79	8,49	8,32	0,19	0,15	389,90	296,79	2,73	2,22	34,26	26,41
	ИТОГО			59,19	48,34	70,95	54,28	260,64	213,74	1883,89	1528,96	59,75	47,62	1,00	0,78	1415,24	1111,58	11,44	9,42	202,01	153,68
	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	9,6	7,5
182/15	Каша молочная пшенная 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	17,30	6,2
ттк № 17	Кофейный напиток полусладкий	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	92,20	0,20	0,2	19,80	16,50
				12,58	9,48	12,28	10,80	74,01	56,88	457,00	362,68	4,88	3,74	0,62	0,47	124,80	100,60	1,12	0,81	46,70	30,20
	Второй завтрак																				
402/14	Напиток из сыворотки	150	100	0,84	0,56	0	0	16,17	10,78	68,04	45,36	0	0	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,5	15

				0,84	0,56	0	0	16,17	10,78	68,04	45,36	0	0	0,07	0,06	216	180	0,18	0,15	22,5	15
Обед																					
55/2016	Икра морковная	60	50	1,32	1,10	1,76	1,30	6,53	5,40	56,22	46,80	3,08	2,60	0,030	0,020	18,39	15,32	0,74	0,62	15,24	8,60
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
280/15	Тефтели 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-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130/3	100/3	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
342/15	Компот "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.	200	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				33,40	29,33	22,43	17,18	125,51	101,53	811,51	694,13	30,56	26,21	0,31	0,25	110,41	94,70	4,26	3,76	67,47	53,61
Полдник																					
400/14	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассортимент.	100/18	100/18	4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
				4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
Ужин																					
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	6,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37	0,06	0,04	16,7	10	1,66	0,98	13,50	9,00
510/04	Каша рисовая вязкая	130	100	2,00	1,54	3,58	2,75	19,91	15,31	119,85	92,19	0	0	0,03	0,01	19,00	19,00	0,90	0,90	15,00	15,00
686/04	Чай с лимоном (полусладкий)	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
				15,88	9,34	20,85	13,99	55,48	44,02	469,04	343,36	3,86	3,64	0,11	0,07	43,55	36,03	2,87	2,17	35,00	30,29
	ИТОГО			67,11	53,12	61,06	47,47	284,87	226,91	1927,54	1567,48	40,67	34,96	1,19	0,93	689,36	605,93	8,89	7,35	189,57	147,00
4 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
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 №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	0,028	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
				13,44	10,54	15,81	12,38	65,99	50,81	458,22	348,88	7,89	6,24	0,46	0,34	300,04	233,30	1,18	0,88	40,92	28,97
Второй завтрак																					
698/04	Простокваша	150	100	4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84	0,045	0,03	212	153	0,15	0,1	20	12
				4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84	0,05	0,03	212,00	153,00	0,15	0,10	20,00	12,00
Обед																					
ТТК № 65	Салат Здоровье	50	40	4,45	3,56	4,50	3,60	9,00	7,20	27,50	22,00	3,75	3,00	0,03	0,02	10,95	8,76	0,2	0,12	9,0	7,20
82/16	Рассольник 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" п/ф	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	130	100	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
ТТК №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	200	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				24,29	18,61	21,61	16,11	98,57	80,23	683,46	550,13	21,46	16,28	0,45	0,26	108,44	87,42	6,68	5,56	84,43	68,34
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																					
	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2

224/2004	Запеканка из творога с повидлом	120/15	90/15	18,00	13,50	11,92	9,62	36,45	29,28	265,07	181,22	0,95	0,87	0,08	0,06	265,7	199,5	0,84	0,63	16,10	7,10
ТТК-1	Чай полуслаский	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
				20,07	15,52	12,45	10,15	60,37	51,93	369,77	280,66	8,75	8,67	0,12	0,10	288,15	220,69	2,38	1,96	33,36	23,26
	ИТОГО			65,45	50,79	56,47	43,92	236,48	192,36	1647,60	1289,18	40,74	33,40	1,13	0,79	1098,23	884,01	10,55	8,66	193,41	147,27
5 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74	0	5,91	0	18,49	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0
1/16	Бутерброд с маслом		20/5	0	1,53	0	4,21	0	13,18	0	85,37	0	0	0	0,03	0	6,1	0	0,31	0	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	Суп 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 - 437	Чай полуслаский 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	8,8	6,7
				15,52	11,75	16,04	13,07	63,88	42,22	429,94	342,08	3,44	2,56	0,21	0,16	309,13	247,09	2,56	2,16	43,14	25,80
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
				0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
Обед																					
121/16	Винегрет "Дары осени"	50	40	0,94	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
88/15	Щи из св.капусты с карт.с фрик,со смет	200/20/5	150/20/5	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
ТТТ № 147	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84	0	0	2,72	2,04	0,20	0,15	6,18	4,63
	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				19,66	13,72	27,20	19,48	111,52	88,46	782,45	583,25	46,78	32,81	0,20	0,16	106,41	81,65	4,18	3,44	72,80	57,93
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
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
				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
Ужин																					
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2
148/2016	Рагу из овощей	150/5	100/5	2,36	1,57	10,96	7,31	24,41	16,27	166,00	110,70	8,19	5,50	0,07	0,05	34,60	23,10	0,98	0,65	28,60	19,1
ТТК-1	Чай полуслаский	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
				4,43	3,59	11,49	7,84	48,33	38,92	270,70	210,14	16,09	13,38	0,11	0,09	57,05	44,29	2,52	1,98	45,86	35,26
				45,58	34,93	61,47	47,13	262,42	206,27	1722,38	1366,28	71,28	53,24	0,64	0,52	676,87	575,91	11,81	9,85	192,20	146,59
	Итого			283,12	221,92	315,13	246,27	1290,68	1035,84	9026,30	7237,20	265,08	210,82	4,79	3,69	4612,62	3835,95	66,92	47,68	994,38	548,70
Итого за неделю:																					
В среднем в день:																					
		Масса	Масса	Пищев	Пищев	Пищев	Пищевы	Пищевы	Пищевы	Энерг.	Энерг.	Витамины (мг)				Минер.вещества (мг)					
		Дет. сад	Ясли	Белки	Белки	Жиры	Жиры	Углевод	Углевод	Дет. сад	Ясли	С		В1		Са		Fe		Mg	
				Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				283,1	221,92	315,1	246,3	1290,7	1035,8	9026,3	7237,2	265,1	210,8	4,8	3,7	4612,6	3836,0	66,9	47,7	994,4	548,7
				56,60	44,40	63,00	49,00	258,14	207,00	1 805,26	1 447,40	53,00	42,20	0,96	0,74	922,50	767,20	13,45	9,60	199,00	109,70

№ рец	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	С		В1		Са		Fe		Mg	
				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																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
219/16	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	150/5	6,40	5,34	5,75	4,79	46,08	38,40	261,66	218,05	0	0	0,08	0,06	47,06	43,15	0,60	0,46	29,00	21,8
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
				11,79	8,49	12,99	10,41	69,63	54,52	430,60	337,83	0,08	0,04	0,13	0,09	60,71	53,04	1,90	1,40	46,80	34,00
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
				0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
Обед																					
55/2016	Икра свекольная	60	50	1,41	1,17	1,76	1,30	7,40	6,20	60,06	50,05	4,04	3,40	0,02	0,02	22,95	19,12	1,07	0,90	10,45	5,36
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	1,92	1,47	3,79	3,03	9,64	5,78	92,33	69,25	20,14	18,86	0,058	0,043	67,64	59,58	1,14	0,87	20,82	14,77
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" п/ф 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
591/14	Кисель из концентрата полусладкий	200	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	10,94	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				14,08	12,77	16,87	14,74	106,06	82,00	691,28	581,48	32,75	29,19	0,29	0,24	192,17	166,88	6,39	5,37	84,95	68,26
Полдник																					
400/14	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассортименте	100/18	100/18	4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
				4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
Ужин																					
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2
224/2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/15	90/15	19,00	14,25	13,92	11,62	38,45	31,28	281,37	197,52	0,95	0,87	0,08	0,06	265,7	199,5	0,84	0,63	16,1	7,1
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
				21,07	16,27	14,45	12,15	62,37	53,93	386,07	296,96	8,75	8,67	0,12	0,10	288,15	220,69	2,38	1,96	33,36	23,26
				52,10	42,59	49,81	42,80	266,91	217,28	1693,50	1393,34	46,55	42,39	0,64	0,52	746,13	644,31	13,23	11,01	189,01	146,62
2 день																					
Завтрак																					
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74	0	5,91	0	16,43	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0
1/04	Бутерброд с маслом		20/5	0	1,51	0	4,71	0	13,18	0	89,69	0	0	0	0,03	0	6,1	0	0,31	0	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
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	6,89
тТК№343н	Кофейный напиток полусладкий	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
				15,58	11,98	17,48	14,92	49,30	36,00	408,13	315,73	4,79	3,62	0,14	0,13	310,76	247,47	1,88	1,68	50,52	34,39
Второй завтрак																					
698/04	Простокваша	150	100	4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84	0,045	0,03	212	153	0,15	0,1	20	12

				4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84	0,05	0,03	212,00	153,00	0,15	0,10	20,00	12,00
	Обед																				
55/2016	Икра морковная	60	50	1,32	1,10	1,76	1,30	6,53	5,40	56,22	46,80	3,08	2,60	0,030	0,020	18,39	15,32	0,74	0,62	15,24	8,60
ттк-425	Суп "Гречишное 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	14,00
ТТК-15	Зразы "На здоровье" из сырья	75	75	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
214/2004	Капуста тушеная	150	120	3,42	2,53	8,70	6,96	17,46	14,00	181,70	145,40	16,11	12,9	0,09	0,07	125,3	100,2	1,70	1,40	21,70	17,40
ттк№271н	Компот "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.	200	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				18,94	17,21	30,74	27,88	103,92	91,42	758,94	660,57	30,43	23,25	0,45	0,41	235,63	204,21	6,75	6,00	100,26	79,92
	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
453/16	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06	0	0	0,070	0,070	19,76	19,76	0,070	0,070	8,100	8,100
				6,42	6,42	10,01	10,01	33,88	33,88	251,29	251,29	1,37	1,37	0,13	0,13	209,36	209,36	0,23	0,23	22,80	22,80
	Ужин																				
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
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	11
686/04	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	0,63
386/16	Десерт фруктовый Яблоко-	150	150	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
	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
				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
				56,16	48,64	70,52	62,93	267,21	230,72	1886,16	1624,39	56,30	47,49	0,93	0,83	1022,45	864,92	12,36	11,07	244,03	192,35
	3 день																				
	Завтрак																				
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74	0	5,91	0	16,43	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0
3/04	Бутерброд с сыром		20/5	0	2,95	0	2,00	0	13,16	0	70,90	0	0,04	0	0,03	0	42,79	0	0,34	0	7,4
311/04	Каша молочная пшенная 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
ттк №198н	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
				14,62	11,38	14,63	9,37	70,89	55,32	469,98	339,60	7,70	6,09	0,40	0,30	127,04	138,99	1,48	1,11	52,92	33,25
	Второй завтрак																				
402/14	Напиток из сыворотки	150	100	0,84	0,56	0	0	16,17	10,78	68,04	45,36	0	0	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,5	15
				0,84	0,56	0	0	16,17	10,78	68,04	45,36	0	0	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,5	15
	Обед																				
25/2004	Салат Степной	50	40	1,08	0,86	4,13	3,31	5,93	4,75	65,25	52,20	8,67	6,93	0,08	0,07	20,2	16,16	0,51	0,41	11,70	9,36
108/04	Суп карт.клецками с мясн.фрик	200/20	150/20	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
ТТК-649к	Биточки "Рябушка" п/ф	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
165/2016	Запеканка капустная с соусом сметанным с томатом	180	115	7,36	4,24	10,42	7,14	27,03	15,71	231,00	144,00	13,25	6,15	0,08	0,05	100,5	62,2	1,66	1,07	34,1	21,8
ТТК №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	200	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				22,32	17,55	31,20	24,43	129,43	94,81	775,20	607,63	34,37	22,61	0,39	0,31	184,69	129,08	8,06	6,21	104,84	79,69
	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																				
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2
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

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
				13,05	10,25	18,90	9,81	59,31	49,19	493,17	390,79	8,49	8,32	0,19	0,15	389,90	296,79	2,73	2,22	34,26	26,41
				53,89	42,80	67,37	46,25	280,86	215,16	1862,62	1439,61	51,93	38,39	1,11	0,88	1107,23	934,46	12,61	9,85	229,22	169,05
4 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
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 - 437	Чай полусладкий 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
				12,03	9,22	14,49	11,18	57,78	43,35	407,92	302,95	6,36	4,79	0,45	0,33	267,10	199,47	1,29	0,93	35,50	23,82
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
				0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
Обед																					
12/2016	Салат из кукурузы (консервированной)	50	30	1,44	0,86	3,09	1,85	4,02	2,41	49,65	29,79	4,67	2,80	0,05	0,03	9,30	5,60	0,3	0,20	9,8	5,86
87/16	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	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-738к	Котлеты "Крестьянские" п/ф	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	1,35	0,90	6,27	3,27
183/15	Каша гречневая вязкая	130	100	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	2,57	1,98	23,45	16,12
ттк№-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84	0	0	2,72	2,04	0,20	0,15	6,18	4,63
	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	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				31,09	22,67	30,23	20,10	103,67	78,51	780,10	601,65	16,21	11,41	0,54	0,43	127,76	97,43	7,98	6,35	90,97	70,12
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																					
280/15	Тефтели 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
136/2016	Картофель отварной	130	100	2,70	2,05	5,15	3,96	21,00	16,12	140,40	108,00	19,11	14,70	0,14	0,11	14,60	11,20	1,20	0,91	19,11	14,70
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
				15,98	15,28	14,10	12,91	55,03	48,88	382,24	344,58	22,08	17,67	0,20	0,17	47,88	43,22	2,77	2,27	37,77	32,26
				62,91	50,88	61,46	46,83	236,69	188,93	1690,09	1360,53	49,62	38,36	1,27	1,01	642,84	538,82	14,30	11,53	184,94	144,10
5 день																					
Завтрак																					
2/04	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№343н	Кофейный напиток полусладкий	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
				12,78	9,63	13,46	10,11	72,80	55,97	445,56	353,45	2,16	1,70	0,12	0,09	257,88	202,20	0,53	0,39	53,73	35,25
Второй завтрак																					
386/16	Ацидофилин	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
Обед																					
10/04	Зеленый горошек порциями	50	30	3,40	2,04	0,25	0,15	9,70	5,82	54,80	32,90	5,40	3,24	0,25	0,15	18,50	11,10	0,80	0,48	24,25	14,55
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
ттк-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80	0,04	0,01	17,85	13,39	0,44	0,33	3,07	2,3

	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
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				26,42	15,20	18,11	10,81	102,62	69,02	658,27	492,91	39,95	30,72	0,46	0,29	116,50	87,54	4,23	3,41	85,68	60,41
	Полдник																				
400/14	Молоко кипяченое с печеньем сах. в асорт.	100/18	100/18	4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
				4,41	4,41	5,50	5,50	13,70	13,70	121,95	121,95	1,37	1,37	0,08	0,08	194,60	194,60	0,46	0,46	17,90	17,90
	Ужин																				
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	80	80	0,35	0,35	0,35	0,35	7,92	7,92	36,20	36,20	7,80	7,80	0,02	0,02	12,80	12,80	0,48	0,48	7,2	7,2
222/16	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	3,69	3,69	14,08	14,08	33,02	33,02	262,53	262,53	1,00	1,00	0,13	0,13	47,1	47,1	1,4	1,4	8,1	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
	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	5,71	14,61	14,61	56,94	55,67	367,23	361,97	8,80	8,80	0,17	0,17	69,55	68,29	2,94	2,73	25,36	24,26
				53,91	37,97	55,73	43,73	252,54	198,68	1683,52	1383,96	53,58	43,45	0,92	0,69	908,53	732,63	8,39	7,14	197,67	145,82
	Итого			278,97	222,88	304,89	242,54	1304,21	1050,77	8815,89	7201,83	257,98	210,08	4,87	3,93	4427,18	3715,14	60,88	50,60	1044,87	557,40

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (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)					
											С	С	В1		Ca		Fe		Mg	
													Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
	Дет. сад	Ясли	Белки	Белки	Жиры	Жиры	Углевод	Углевод	Дет. сад	Ясли	С	С	В1	Ca	Fe	Mg				
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			278,82	223,0	304,9	242,5	1304,2	1050,8	8815,9	7201,8	258,0	210,1	4,9	3,9	4472,6	3715,1	60,7	50,5	1044,9	557,4
В среднем в день:			55,80	44,60	61,00	48,51	260,84	210,15	1 763,19	1 440,40	51,60	42,00	0,98	0,77	885,44	743,00	12,00	10,10	209,00	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. Техничко-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"
- конт.тел.:8(8552) 707107