

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Хэлф Фуд»

СОГЛАСОВАНО:

Дирктор МБОУ "Атясевская ООШ"

Э.В. Крюкова

Ганиева Г.М.

**Примерное десятидневное меню для общеразвивающих детских садов города Актаныш и  
Актанышского муниципального района в 2022 году.**

**Период: Лето  
ДОУ "Атясевский детский сад"**

| № 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. сад               | Ясли          | С             |             | В1          |             | Са                  |              | Fe          |             | Mg           |              |
|                       |   |                  |         | Дет.                  | Ясли        | Дет.         | Ясли         | Дет. сад     | Ясли         |                        |               | Дет.          | Ясли        | Дет.        | Ясли        | Дет.                | Ясли         | Дет. сад    | Ясли        |              |              |
| <b>I неделя</b>       |   |                  |         |                       |             |              |              |              |              |                        |               |               |             |             |             |                     |              |             |             |              |              |
| <b>1 день</b>         |   |                  |         |                       |             |              |              |              |              |                        |               |               |             |             |             |                     |              |             |             |              |              |
| <b>Завтрак</b>        |   |                  |         |                       |             |              |              |              |              |                        |               |               |             |             |             |                     |              |             |             |              |              |
| 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 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 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         |
|                       |   |                  |         | <b>10,84</b>          | <b>7,69</b> | <b>13,57</b> | <b>10,90</b> | <b>76,77</b> | <b>53,27</b> | <b>473,91</b>          | <b>375,37</b> | <b>1,04</b>   | <b>0,76</b> | <b>0,28</b> | <b>0,22</b> | <b>71,23</b>        | <b>56,29</b> | <b>2,22</b> | <b>1,58</b> | <b>44,85</b> | <b>28,11</b> |
| <b>Второй завтрак</b> |   |                  |         |                       |             |              |              |              |              |                        |               |               |             |             |             |                     |              |             |             |              |              |
| 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         |
|                       |   |                  |         | <b>0,75</b>           | <b>0,65</b> | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>15,15</b> | <b>13,13</b> | <b>63,60</b>           | <b>55,12</b>  | <b>3,60</b>   | <b>3,12</b> | <b>0,02</b> | <b>0,01</b> | <b>10,50</b>        | <b>9,10</b>  | <b>2,10</b> | <b>1,82</b> | <b>6,00</b>  | <b>3,20</b>  |
| <b>Обед</b>           |   |                  |         |                       |             |              |              |              |              |                        |               |               |             |             |             |                     |              |             |             |              |              |
| ТТК -19               | Салат из свежей капусты с помидорами                          | 50               | 40      | 0,80                  | 0,64        | 2,25         | 1,80         | 2,40         | 1,90         | 32,70                  | 26,16         | 21,70         | 17,36       | 0,00        | 0,00        | 19,60               | 15,70        | 0,60        | 0,50        | 8,80         | 7,04         |
| 134/04                | Суп крестьянский со сметаной на мясокостном бульене (говяжий) | 200/5            | 150/5   | 1,74                  | 1,34        | 4,96         | 3,91         | 9,58         | 5,74         | 111,96                 | 63,49         | 24,79         | 18,60       | 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 с маслом                                    | 130/3            | 100/3   | 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         |

|                          |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
|--------------------------|--|---------|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
|                          |  |         |         | 19,44        | 12,59        | 21,01        | 14,27        | 87,01         | 68,08         | 727,32         | 523,67         | 53,90        | 41,17        | 0,31        | 0,24        | 133,90         | 105,33         | 15,35        | 5,11         | 89,85         | 72,65         |
| <b>Усиленный полдник</b> |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 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         |
| 219/16                   | Макаронные изделия отварные с маслом           | 130/3   | 100/3   | 4,64         | 3,57         | 3,78         | 2,91         | 31,67         | 24,36         | 179,30         | 137,92         | 0            | 0            | 0,08        | 0,06        | 47,09          | 43,15          | 0,60         | 0,46         | 29,00         | 21,80         |
| 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          |
|                          |  |         |         | <b>11,50</b> | <b>10,38</b> | <b>17,38</b> | <b>16,51</b> | <b>65,12</b>  | <b>56,54</b>  | <b>418,93</b>  | <b>372,29</b>  | <b>2,49</b>  | <b>2,49</b>  | <b>0,11</b> | <b>0,09</b> | <b>242,99</b>  | <b>237,79</b>  | <b>2,81</b>  | <b>2,46</b>  | <b>64,24</b>  | <b>55,94</b>  |
|                          | <b>ИТОГО</b>                                   |         |         | <b>42,53</b> | <b>31,31</b> | <b>51,96</b> | <b>41,68</b> | <b>244,05</b> | <b>191,02</b> | <b>1683,76</b> | <b>1326,45</b> | <b>61,03</b> | <b>47,54</b> | <b>0,72</b> | <b>0,56</b> | <b>458,62</b>  | <b>408,51</b>  | <b>22,48</b> | <b>10,97</b> | <b>204,94</b> | <b>159,90</b> |
| <b>2 день</b>            |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 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          |
| 199/16                   | 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         |
|                          |  |         |         | <b>13,94</b> | <b>10,91</b> | <b>11,83</b> | <b>10,03</b> | <b>64,65</b>  | <b>49,15</b>  | <b>408,84</b>  | <b>318,90</b>  | <b>7,89</b>  | <b>6,24</b>  | <b>0,19</b> | <b>0,13</b> | <b>364,62</b>  | <b>276,99</b>  | <b>1,73</b>  | <b>1,31</b>  | <b>42,62</b>  | <b>26,75</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>    |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 420/16                   | Кефир  | 100     | 100     | 2,90         | 2,90         | 2,50         | 2,50         | 4,00          | 4,00          | 50,00          | 50,00          | 0,70         | 0,70         | 0,04        | 0,04        | 120,00         | 120,00         | 0,10         | 0,10         | 14,00         | 14,00         |
| 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           |
|                          |  |         |         | <b>3,33</b>  | <b>3,31</b>  | <b>2,93</b>  | <b>2,91</b>  | <b>13,90</b>  | <b>13,40</b>  | <b>95,25</b>   | <b>93,00</b>   | <b>11,70</b> | <b>11,15</b> | <b>0,06</b> | <b>0,06</b> | <b>136,00</b>  | <b>135,20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,67</b>  | <b>23,00</b>  | <b>22,50</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 13/2010                  | Салат из свежих огурцов                        | 50      | 40      | 0,37         | 0,30         | 3,00         | 2,40         | 1,18          | 0,94          | 33,30          | 26,60          | 4,64         | 3,70         | 0,02        | 0,02        | 10,7           | 8,54           | 0,03         | 0,02         | 6,50          | 5,20          |
| 94/16                    | Суп лапша домашняя с мякотью птицы             | 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          |
| 293/2016                 | Гуляш из говядины                              | 50/50   | 25/25   | 16,02        | 8,01         | 6,25         | 3,13         | 3,78          | 1,89          | 135,43         | 67,72          | 2,64         | 1,32         | 0,08        | 0,054       | 18,37          | 9,18           | 1,07         | 0,53         | 22,77         | 11,38         |
| 510/04                   | Каша перловая вязкая с маслом                  | 130/3   | 100/3   | 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            |
| 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          |
|                          |  |         |         | <b>31,06</b> | <b>20,29</b> | <b>20,70</b> | <b>15,62</b> | <b>102,05</b> | <b>86,26</b>  | <b>666,80</b>  | <b>520,79</b>  | <b>15,87</b> | <b>11,65</b> | <b>0,39</b> | <b>0,29</b> | <b>107,61</b>  | <b>81,43</b>   | <b>5,99</b>  | <b>4,72</b>  | <b>83,94</b>  | <b>61,34</b>  |
| <b>Усиленный полдник</b> |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 400/14                   | Молоко кипяченое                               | 130     | 130     | 4,00         | 4,00         | 3,43         | 3,43         | 6,60          | 6,60          | 73,10          | 73,10          | 1,80         | 1,80         | 0,10        | 0,10        | 246,50         | 246,50         | 0,21         | 0,21         | 19,10         | 19,10         |
| ттк-24                   | Сырники из творога с соус. смет."Сластёна      | 100/15  | 75/10   | 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          |
|                          | 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          |
|                          |  |         |         | <b>16,50</b> | <b>13,75</b> | <b>21,98</b> | <b>12,89</b> | <b>52,93</b>  | <b>44,08</b>  | <b>509,03</b>  | <b>411,91</b>  | <b>2,49</b>  | <b>2,32</b>  | <b>0,27</b> | <b>0,23</b> | <b>618,55</b>  | <b>526,70</b>  | <b>1,62</b>  | <b>1,32</b>  | <b>41,76</b>  | <b>35,01</b>  |
|                          | <b>ИТОГО</b>                                   |         |         | <b>64,83</b> | <b>48,26</b> | <b>57,44</b> | <b>41,45</b> | <b>233,53</b> | <b>192,89</b> | <b>1679,92</b> | <b>1344,60</b> | <b>37,95</b> | <b>31,36</b> | <b>0,91</b> | <b>0,71</b> | <b>1226,78</b> | <b>1020,32</b> | <b>10,04</b> | <b>8,02</b>  | <b>191,32</b> | <b>145,60</b> |
| <b>3 день</b>            |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 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 пшеничная 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         |
|                          |  |         |         | <b>12,58</b> | <b>9,48</b>  | <b>12,28</b> | <b>10,80</b> | <b>74,01</b>  | <b>56,88</b>  | <b>457,00</b>  | <b>362,68</b>  | <b>4,88</b>  | <b>3,74</b>  | <b>0,62</b> | <b>0,47</b> | <b>124,80</b>  | <b>100,60</b>  | <b>1,12</b>  | <b>0,81</b>  | <b>46,70</b>  | <b>30,20</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>    |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 402/14                   | Ряженка  | 150     | 100     | 4,35         | 2,90         | 3,75         | 2,5          | 6,30          | 4,20          | 76,50          | 51,00          | 0,45         | 0,3          | 0,03        | 0,02        | 186            | 124            | 0,15         | 0,10         | 21,00         | 14,00         |
| 386/16                   | Десерт фруктовый Апельсины                     | 100     | 95      | 0,90         | 0,85         | 0,2          | 0,19         | 8,10          | 7,70          | 43,00          | 41,00          | 60,25        | 57,2         | 0,06        | 0,06        | 34,1           | 32,4           | 0,30         | 0,28         | 13,05         | 12,40         |

|                          |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
|--------------------------|--|---------|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|---------------|---------------|
|                          |  |         |         | 5,25         | 3,75         | 3,95         | 2,69         | 14,40         | 11,90         | 119,50         | 92,00          | 60,70        | 57,50        | 0,09        | 0,08        | 220,10        | 156,40        | 0,45        | 0,38        | 34,05         | 26,40         |
| <b>Обед</b>              |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| 71/17                    | Помидоры свежие порционно  | 30      | 30      | 0,18         | 0,18         | 0,00         | 0,00         | 1,14          | 1,14          | 4,20           | 4,20           | 3,65         | 3,65         | 0,020       | 0,020       | 4,28          | 4,28          | 0,08        | 0,08        | 6,12          | 6,12          |
| 63/16                    | Борщ с капустой и карт. со сметаной на мясокостном бульене (говяжий) | 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          |
| 287/14                   | Тефтели из говядины (вариант №2)                                     | 50/30   | 50/30   | 5,92         | 5,92         | 6,60         | 6,60         | 7,50          | 7,50          | 113,45         | 113,45         | 0,33         | 0,33         | 0,04        | 0,04        | 18,76         | 18,76         | 0,54        | 0,54        | 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          |
| ТТК № 2                  | Компот полусладкий из изюма  | 200     | 150     | 0,27         | 0,20         | 0,00         | 0,00         | 15,63         | 11,72         | 63,58          | 47,69          | 0,00         | 0,00         | 0,020       | 0,015       | 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  | 1/41,43 | 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          |
|                          |  |         |         | <b>26,71</b> | <b>22,83</b> | <b>18,32</b> | <b>13,57</b> | <b>106,16</b> | <b>84,17</b>  | <b>684,60</b>  | <b>580,39</b>  | <b>23,95</b> | <b>21,21</b> | <b>0,21</b> | <b>0,19</b> | <b>97,13</b>  | <b>83,09</b>  | <b>3,92</b> | <b>3,47</b> | <b>61,05</b>  | <b>53,16</b>  |
| <b>Усиленный полдник</b> |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| ТТК-739к                 | Котлеты "Татарские"  | 50      | 50      | 6,06         | 6,06         | 11,06        | 11,06        | 6,20          | 6,20          | 156,55         | 156,55         | 0,37         | 0,37         | 0,04        | 0,04        | 10,0          | 10            | 0,98        | 0,98        | 9,00          | 9,00          |
| 180/15                   | Каша пшеничная вязкая  | 130/3   | 100/3   | 4,03         | 3,10         | 3,80         | 2,93         | 21,10         | 16,23         | 134,75         | 103,66         | 0            | 0            | 0,09        | 0,07        | 23            | 18            | 0,5         | 0,4         | 18,5          | 14,2          |
| 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          |
|                          |  |         |         | <b>11,81</b> | <b>10,83</b> | <b>15,04</b> | <b>14,17</b> | <b>43,30</b>  | <b>37,16</b>  | <b>359,80</b>  | <b>323,45</b>  | <b>0,37</b>  | <b>0,37</b>  | <b>0,15</b> | <b>0,13</b> | <b>42,65</b>  | <b>36,39</b>  | <b>2,54</b> | <b>2,23</b> | <b>37,56</b>  | <b>32,16</b>  |
|                          | <b>ИТОГО</b>   |         |         | <b>56,35</b> | <b>46,89</b> | <b>49,59</b> | <b>41,23</b> | <b>237,87</b> | <b>190,11</b> | <b>1620,90</b> | <b>1358,52</b> | <b>89,90</b> | <b>82,82</b> | <b>1,07</b> | <b>0,87</b> | <b>484,68</b> | <b>376,48</b> | <b>8,03</b> | <b>6,89</b> | <b>179,36</b> | <b>141,92</b> |
| <b>4 день</b>            |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| 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         |
|                          |  |         |         | <b>13,44</b> | <b>10,54</b> | <b>15,81</b> | <b>12,38</b> | <b>65,99</b>  | <b>50,81</b>  | <b>458,22</b>  | <b>348,88</b>  | <b>7,89</b>  | <b>6,24</b>  | <b>0,46</b> | <b>0,34</b> | <b>300,04</b> | <b>233,30</b> | <b>1,18</b> | <b>0,88</b> | <b>40,92</b>  | <b>28,97</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>    |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| 420/16                   | Кефир  | 100     | 100     | 2,90         | 2,90         | 2,50         | 2,50         | 4,00          | 4,00          | 50,00          | 50,00          | 0,70         | 0,70         | 0,04        | 0,04        | 120,00        | 120,00        | 0,10        | 0,10        | 14,00         | 14,00         |
| 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           |
|                          |  |         |         | <b>3,33</b>  | <b>3,31</b>  | <b>2,93</b>  | <b>2,91</b>  | <b>13,90</b>  | <b>13,40</b>  | <b>95,25</b>   | <b>93,00</b>   | <b>11,70</b> | <b>11,15</b> | <b>0,06</b> | <b>0,06</b> | <b>136,00</b> | <b>135,20</b> | <b>0,70</b> | <b>0,67</b> | <b>23,00</b>  | <b>22,50</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| ТТК -19                  | Салат из свежей капусты с огурцом                                    | 50      | 40      | 0,70         | 0,56         | 2,25         | 1,80         | 2,20          | 1,80          | 32,00          | 25,60          | 19,30        | 15,40        | 0,004       | 0,003       | 19,70         | 15,80         | 0,4         | 0,32        | 8,1           | 6,50          |
| 82/16                    | Рассольник Ленинградский со смет на мясокостном бульене (говяжий)    | 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           |
| 180/15                   | Каша ячневая вязкая  | 130/3   | 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           |
| 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          |
|                          |  |         |         | <b>20,54</b> | <b>15,61</b> | <b>19,36</b> | <b>14,31</b> | <b>91,77</b>  | <b>74,83</b>  | <b>687,96</b>  | <b>553,73</b>  | <b>37,01</b> | <b>28,68</b> | <b>0,43</b> | <b>0,24</b> | <b>117,19</b> | <b>94,46</b>  | <b>6,93</b> | <b>5,76</b> | <b>83,53</b>  | <b>67,64</b>  |
| <b>Усиленный полдник</b> |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |             |             |               |               |
| 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        | 8,8           | 6,7           |
| 203/16                   | Запеканка рисовая с творогом с повидлом                              | 120/15  | 90/10   | 12,50        | 9,38         | 17,92        | 9,62         | 36,45         | 29,28         | 365,07         | 281,22         | 0,95         | 0,87         | 0,08        | 0,06        | 265,7         | 199,5         | 0,84        | 0,63        | 16,10         | 7,10          |
|                          | 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          |
|                          |  |         |         | <b>15,70</b> | <b>12,16</b> | <b>19,35</b> | <b>10,74</b> | <b>54,92</b>  | <b>45,87</b>  | <b>460,62</b>  | <b>364,74</b>  | <b>3,05</b>  | <b>2,45</b>  | <b>0,12</b> | <b>0,09</b> | <b>346,80</b> | <b>261,47</b> | <b>1,49</b> | <b>0,85</b> | <b>30,56</b>  | <b>19,46</b>  |



|                          |  |         |         | Дет. сад     | Ясли         | Дет. сад     | Ясли         | Дет. сад      | Ясли          |                |                | Дет. сад     | Ясли         | Дет. сад    | Ясли        | Дет. сад      | Ясли          | Дет. сад     | Ясли        | Дет. сад      | Ясли          |
|--------------------------|--|---------|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|
| <b>II неделя</b>         |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| <b>1 день</b>            |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 3/04                     | 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          |
| 182/15                   | Каша кукурузная молочная                                   | 200/3   | 150/3   | 5,85         | 4,40         | 5,50         | 4,10         | 25,77         | 19,40         | 241,83         | 182,85         | 0,21         | 0,16         | 0,09        | 0,05        | 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           |
|                          |  |         |         | <b>11,24</b> | <b>7,55</b>  | <b>12,74</b> | <b>9,72</b>  | <b>49,32</b>  | <b>35,52</b>  | <b>410,77</b>  | <b>302,63</b>  | <b>0,29</b>  | <b>0,20</b>  | <b>0,14</b> | <b>0,08</b> | <b>60,71</b>  | <b>53,04</b>  | <b>1,90</b>  | <b>1,40</b> | <b>46,80</b>  | <b>34,00</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>    |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 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          |
| 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           |
|                          |  |         |         | <b>1,18</b>  | <b>1,06</b>  | <b>0,43</b>  | <b>0,41</b>  | <b>25,05</b>  | <b>22,53</b>  | <b>108,85</b>  | <b>98,12</b>   | <b>14,60</b> | <b>13,57</b> | <b>0,04</b> | <b>0,03</b> | <b>26,50</b>  | <b>24,30</b>  | <b>2,70</b>  | <b>2,39</b> | <b>15,00</b>  | <b>11,70</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 71/17                    | Помидоры свежие порционно                                  | 30      | 30      | 0,18         | 0,18         | 0,00         | 0,00         | 1,14          | 1,14          | 4,20           | 4,20           | 3,65         | 3,65         | 0,020       | 0,020       | 4,28          | 4,28          | 0,08         | 0,08        | 6,12          | 6,12          |
| 135/04                   | Суп из овощей со сметаной на мясокостном бульене (говяжий) | 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" 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 с маслом                                 | 130/3   | 100/3   | 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          |
|                          |  |         |         | <b>12,85</b> | <b>11,78</b> | <b>15,11</b> | <b>13,44</b> | <b>99,80</b>  | <b>76,94</b>  | <b>635,42</b>  | <b>535,63</b>  | <b>32,36</b> | <b>29,44</b> | <b>0,29</b> | <b>0,24</b> | <b>173,50</b> | <b>152,04</b> | <b>5,40</b>  | <b>4,55</b> | <b>80,62</b>  | <b>69,02</b>  |
| <b>Усиленный полдник</b> |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 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        | 8,8           | 6,7           |
| 203/16                   | Запеканка рисовая с творогом с соусом сметанным "Сластена" | 120/15  | 90/10   | 18,00        | 9,38         | 17,92        | 9,62         | 36,45         | 29,28         | 365,07         | 281,22         | 0,95         | 0,87         | 0,08        | 0,06        | 265,7         | 199,5         | 0,84         | 0,63        | 16,1          | 7,1           |
|                          | 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          |
|                          |  |         |         | <b>21,20</b> | <b>12,16</b> | <b>19,35</b> | <b>10,74</b> | <b>54,92</b>  | <b>45,87</b>  | <b>460,62</b>  | <b>364,74</b>  | <b>3,05</b>  | <b>2,45</b>  | <b>0,12</b> | <b>0,09</b> | <b>346,80</b> | <b>261,47</b> | <b>1,49</b>  | <b>0,85</b> | <b>30,56</b>  | <b>19,46</b>  |
|                          |  |         |         | <b>46,47</b> | <b>32,55</b> | <b>47,63</b> | <b>34,31</b> | <b>229,09</b> | <b>180,86</b> | <b>1615,66</b> | <b>1301,12</b> | <b>50,30</b> | <b>45,66</b> | <b>0,58</b> | <b>0,44</b> | <b>607,51</b> | <b>490,85</b> | <b>11,49</b> | <b>9,19</b> | <b>172,98</b> | <b>134,18</b> |
| <b>2 день</b>            |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 3/16                     | 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             |
| 1/16                     | 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 № 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        | 92,2          | 0,20         | 0,2         | 19,80         | 16,50         |
|                          |  |         |         | <b>15,58</b> | <b>11,98</b> | <b>17,48</b> | <b>14,92</b> | <b>49,30</b>  | <b>36,00</b>  | <b>408,13</b>  | <b>315,73</b>  | <b>4,79</b>  | <b>3,62</b>  | <b>0,14</b> | <b>0,13</b> | <b>310,76</b> | <b>247,47</b> | <b>1,88</b>  | <b>1,68</b> | <b>50,52</b>  | <b>34,39</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>    |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 402/14                   | Ряженка  | 150     | 100     | 4,35         | 2,90         | 3,75         | 2,5          | 6,30          | 4,20          | 76,50          | 51,00          | 0,45         | 0,3          | 0,03        | 0,02        | 186           | 124           | 0,15         | 0,10        | 21,00         | 14,00         |
| 386/16                   | Десерт фруктовый Мандарины                                 | 80      | 80      | 0,56         | 0,56         | 0,15         | 0,15         | 15,22         | 15,22         | 64,00          | 64,00          | 26,60        | 26,60        | 0,04        | 0,04        | 24,70         | 24,70         | 0,10         | 0,10        | 7,65          | 7,65          |
|                          |  |         |         | <b>4,91</b>  | <b>3,46</b>  | <b>3,90</b>  | <b>2,65</b>  | <b>21,52</b>  | <b>19,42</b>  | <b>140,50</b>  | <b>115,00</b>  | <b>27,05</b> | <b>26,90</b> | <b>0,07</b> | <b>0,06</b> | <b>210,70</b> | <b>148,70</b> | <b>0,25</b>  | <b>0,20</b> | <b>28,65</b>  | <b>21,65</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 13/2010                  | Салат из свежих огурцов                                    | 50      | 40      | 0,37         | 0,30         | 3,00         | 2,40         | 1,18          | 0,94          | 33,30          | 26,60          | 4,64         | 3,70         | 0,02        | 0,02        | 10,7          | 8,54          | 0,03         | 0,02        | 6,50          | 5,20          |
| тТК-425                  | Суп "Гречишное зернышко" на мясокостном бульене (говяжий)  | 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         |
| 293/2016                 | Гуляш из говядины  | 50/50   | 25/25   | 16,02        | 8,01         | 6,25         | 3,13         | 3,78          | 1,89          | 135,43         | 67,72          | 2,64         | 1,32         | 0,08        | 0,054       | 18,37         | 9,18          | 1,07         | 0,53        | 22,77         | 11,38         |
| 214/04                   | Капуста тушеная  | 130     | 100     | 3,83         | 2,95         | 7,52         | 4,70         | 15,13         | 11,64         | 157,50         | 121,15         | 13,96        | 10,74        | 0,08        | 0,1         | 130,3         | 108,6         | 1,8          | 1,5         | 26,6          | 18,8          |
| 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          |
|           |  |         |         | <b>26,54</b> | <b>16,97</b> | <b>23,92</b> | <b>16,75</b> | <b>87,96</b>  | <b>73,09</b>  | <b>689,32</b>  | <b>520,94</b>  | <b>33,10</b> | <b>23,66</b> | <b>0,33</b> | <b>0,34</b> | <b>199,54</b> | <b>160,41</b> | <b>6,24</b>  | <b>5,00</b> | <b>106,50</b> | <b>76,74</b>  |
|           | <b>Усиленный полдник</b>                       |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 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 с маслом                  | 130/3   | 100/3   | 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            |
| 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          |
|           |  |         |         | <b>9,90</b>  | <b>9,24</b>  | <b>7,61</b>  | <b>6,77</b>  | <b>48,55</b>  | <b>42,51</b>  | <b>278,29</b>  | <b>244,02</b>  | <b>0,64</b>  | <b>0,64</b>  | <b>0,13</b> | <b>0,10</b> | <b>32,50</b>  | <b>28,24</b>  | <b>3,20</b>  | <b>2,73</b> | <b>43,51</b>  | <b>35,41</b>  |
|           |  |         |         | <b>56,93</b> | <b>41,65</b> | <b>52,91</b> | <b>41,09</b> | <b>207,33</b> | <b>171,02</b> | <b>1516,24</b> | <b>1195,69</b> | <b>65,58</b> | <b>54,82</b> | <b>0,66</b> | <b>0,62</b> | <b>753,50</b> | <b>584,82</b> | <b>11,57</b> | <b>9,61</b> | <b>229,18</b> | <b>168,19</b> |
|           | <b>3 день</b>                                  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
|           | <b>Завтрак</b>                                 |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 3/16      | 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           |
| 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         | 0,07        | 0,03        | 9,00          | 5,00          | 0,70         | 0,50        | 25,30         | 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         |
|           |  |         |         | <b>14,62</b> | <b>11,38</b> | <b>14,63</b> | <b>9,37</b>  | <b>70,89</b>  | <b>55,32</b>  | <b>469,98</b>  | <b>339,60</b>  | <b>7,70</b>  | <b>6,09</b>  | <b>0,40</b> | <b>0,30</b> | <b>127,04</b> | <b>138,99</b> | <b>1,48</b>  | <b>1,11</b> | <b>52,92</b>  | <b>33,25</b>  |
|           | <b>Второй завтрак</b>                          |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 420/16    | Кефир  | 150     | 100     | 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        | 0,15         | 0,10        | 21,00         | 14,00         |
| 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           |
|           |  |         |         | <b>4,78</b>  | <b>3,31</b>  | <b>4,18</b>  | <b>2,91</b>  | <b>15,90</b>  | <b>13,40</b>  | <b>120,25</b>  | <b>93,00</b>   | <b>12,05</b> | <b>11,15</b> | <b>0,08</b> | <b>0,06</b> | <b>196,00</b> | <b>135,20</b> | <b>0,75</b>  | <b>0,67</b> | <b>30,00</b>  | <b>22,50</b>  |
|           | <b>Обед</b>                                    |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| ТТК - 23  | Салат из свежей капусты с яблоками             | 50      | 40      | 0,70         | 0,56         | 2,50         | 2,00         | 2,20          | 1,76          | 34,10          | 27,30          | 19,70        | 15,80        | 0,004       | 0,003       | 19,70         | 15,80         | 0,4          | 0,30        | 8,1           | 6,50          |
| 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"                              | 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          |
| 180/15    | Каша ячневая вязкая                            | 130/3   | 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           |
| 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          |
|           |  |         |         | <b>17,42</b> | <b>15,20</b> | <b>22,81</b> | <b>18,80</b> | <b>116,96</b> | <b>90,18</b>  | <b>671,82</b>  | <b>570,39</b>  | <b>32,15</b> | <b>25,33</b> | <b>0,32</b> | <b>0,25</b> | <b>106,69</b> | <b>84,52</b>  | <b>6,79</b>  | <b>5,43</b> | <b>74,35</b>  | <b>60,93</b>  |
|           | <b>Усиленный полдник</b>                       |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 686/04    | Чай с лимоном (полусладкий)                    | 200     | 150     | 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          |
| ттк-24    | Сырники из творога с повидлом                  | 100/15  | 75/10   | 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          |
|           | 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          |
|           |  |         |         | <b>12,77</b> | <b>9,97</b>  | <b>18,61</b> | <b>9,51</b>  | <b>61,61</b>  | <b>49,00</b>  | <b>498,66</b>  | <b>386,19</b>  | <b>3,99</b>  | <b>3,79</b>  | <b>0,17</b> | <b>0,13</b> | <b>375,30</b> | <b>282,63</b> | <b>1,50</b>  | <b>1,18</b> | <b>23,50</b>  | <b>16,54</b>  |
|           |  |         |         | <b>49,59</b> | <b>39,86</b> | <b>60,23</b> | <b>40,59</b> | <b>265,36</b> | <b>207,90</b> | <b>1760,71</b> | <b>1389,18</b> | <b>55,89</b> | <b>46,36</b> | <b>0,97</b> | <b>0,74</b> | <b>805,03</b> | <b>641,34</b> | <b>10,52</b> | <b>8,39</b> | <b>180,77</b> | <b>133,22</b> |
|           | <b>4 день</b>                                  |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
|           | <b>Завтрак</b>                                 |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 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          |
|           |  |         |         | <b>12,03</b> | <b>9,22</b>  | <b>14,49</b> | <b>11,18</b> | <b>57,78</b>  | <b>43,35</b>  | <b>407,92</b>  | <b>302,95</b>  | <b>6,36</b>  | <b>4,79</b>  | <b>0,45</b> | <b>0,33</b> | <b>267,10</b> | <b>199,47</b> | <b>1,29</b>  | <b>0,93</b> | <b>35,50</b>  | <b>23,82</b>  |
|           | <b>Второй завтрак</b>                          |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 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          |
|           |  |         |         | <b>0,75</b>  | <b>0,65</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>15,15</b>  | <b>13,13</b>  | <b>63,60</b>   | <b>55,12</b>   | <b>3,60</b>  | <b>3,12</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,01</b> | <b>10,50</b>  | <b>9,10</b>   | <b>2,10</b>  | <b>1,82</b> | <b>6,00</b>   | <b>3,20</b>   |
|           | <b>Обед</b>                                    |         |         |              |              |              |              |               |               |                |                |              |              |             |             |               |               |              |             |               |               |
| 20/04     | Салат из свежих помидоров и огурцов            | 50      | 40      | 0,45         | 0,36         | 4,20         | 3,30         | 1,30          | 1,00          | 44,50          | 42,80          | 8,50         | 6,80         | 0,03        | 0,02        | 8,46          | 8,12          | 0,36         | 0,34        | 8,10          | 7,8           |
| 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         | 12,85        | 9,82         | 0,18        | 0,16        | 38,08         | 30,46         | 2,03         | 1,62        | 20,24         | 15,18         |
| ТТК-738к  | 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         | 1,35         | 0,90        | 6,27          | 3,27          |

|          |  |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
|----------|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|-------------|-------------|----------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 183/15   | Каша гречневая вязкая с маслом                                       | 130/3   | 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          | 2,57         | 1,98         | 23,45         | 16,12         |
| ТТК № 2  | Компот полусладкий из изюма  | 200     | 150     | 0,27          | 0,20          | 0,00          | 0,00          | 15,63          | 11,72          | 63,58          | 47,69          | 0,00          | 0,00          | 0,020       | 0,015       | 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  | 1/41,43 | 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          |
|          | <b>Усиленный полдник</b>   |         |         | <b>30,25</b>  | <b>22,28</b>  | <b>31,30</b>  | <b>21,52</b>  | <b>100,03</b>  | <b>76,41</b>   | <b>771,47</b>  | <b>612,06</b>  | <b>21,91</b>  | <b>16,99</b>  | <b>0,54</b> | <b>0,44</b> | <b>136,30</b>  | <b>107,01</b>  | <b>8,28</b>  | <b>6,69</b>  | <b>89,42</b>  | <b>72,11</b>  |
| 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          |
| 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          |
| 321/14   | Пюре картофельное с маслом   | 130/3   | 100/3   | 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 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          |
|          |  |         |         | <b>18,91</b>  | <b>18,27</b>  | <b>15,55</b>  | <b>14,64</b>  | <b>54,51</b>   | <b>46,61</b>   | <b>523,68</b>  | <b>463,28</b>  | <b>10,34</b>  | <b>8,94</b>   | <b>0,26</b> | <b>0,23</b> | <b>259,86</b>  | <b>251,20</b>  | <b>2,82</b>  | <b>2,33</b>  | <b>44,41</b>  | <b>40,76</b>  |
|          |  |         |         | <b>61,94</b>  | <b>50,42</b>  | <b>61,34</b>  | <b>47,34</b>  | <b>227,47</b>  | <b>179,50</b>  | <b>1766,67</b> | <b>1433,41</b> | <b>42,21</b>  | <b>33,84</b>  | <b>1,26</b> | <b>1,01</b> | <b>673,76</b>  | <b>566,78</b>  | <b>14,49</b> | <b>11,77</b> | <b>175,33</b> | <b>139,89</b> |
|          | <b>5 день</b>  |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
|          | <b>Завтрак</b>   |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 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         | 9,60          | 7,50          |
| 173/16   | Каша молочная пшеничная (житкая) 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 № 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         | 92,2           | 0,20         | 0,2          | 19,80         | 16,50         |
|          |  |         |         | <b>12,78</b>  | <b>9,63</b>   | <b>13,46</b>  | <b>10,11</b>  | <b>72,80</b>   | <b>55,97</b>   | <b>445,56</b>  | <b>353,45</b>  | <b>2,16</b>   | <b>1,70</b>   | <b>0,12</b> | <b>0,09</b> | <b>257,88</b>  | <b>202,20</b>  | <b>0,53</b>  | <b>0,39</b>  | <b>53,73</b>  | <b>35,25</b>  |
|          | <b>Второй завтрак</b>  |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 420/16   | Кефир  | 150     | 100     | 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         | 0,15         | 0,10         | 21,00         | 14,00         |
| 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           |
|          |  |         |         | <b>4,78</b>   | <b>3,31</b>   | <b>4,18</b>   | <b>2,91</b>   | <b>15,90</b>   | <b>13,40</b>   | <b>120,25</b>  | <b>93,00</b>   | <b>12,05</b>  | <b>11,15</b>  | <b>0,08</b> | <b>0,06</b> | <b>196,00</b>  | <b>135,20</b>  | <b>0,75</b>  | <b>0,67</b>  | <b>30,00</b>  | <b>22,50</b>  |
|          | <b>Обед</b>  |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 10/04    | Зеленый горошек порциями   | 15      | 10      | 1,02          | 0,68          | 0,08          | 0,05          | 2,91           | 1,94           | 16,44          | 10,96          | 2,22          | 1,48          | 0,01        | 0,05        | 7,40           | 3,70           | 0,32         | 0,16         | 9,70          | 4,85          |
| 63/16    | Борщ с капустой и карт. со сметаной на мясокостном бульене (говяжий) | 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          |
| 291/14   | Запеканка картофельная с мясом                                       | 180/3   | 130/3   | 12,13         | 8,91          | 9,50          | 6,59          | 25,70          | 20,43          | 237,00         | 177,00         | 3,80          | 2,85          | 0,17        | 0,08        | 24,80          | 18,20          | 1,82         | 1,38         | 16,50         | 8,20          |
| 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          |
|          |  |         |         | <b>18,89</b>  | <b>14,88</b>  | <b>16,98</b>  | <b>10,29</b>  | <b>106,56</b>  | <b>77,35</b>   | <b>615,77</b>  | <b>492,86</b>  | <b>26,95</b>  | <b>22,28</b>  | <b>0,31</b> | <b>0,24</b> | <b>117,52</b>  | <b>90,40</b>   | <b>6,16</b>  | <b>4,93</b>  | <b>78,16</b>  | <b>55,71</b>  |
|          | <b>Усиленный полдник</b>   |         |         |               |               |               |               |                |                |                |                |               |               |             |             |                |                |              |              |               |               |
| 400/14   | Молоко кипяченое   | 150     | 130     | 4,59          | 4,00          | 3,96          | 3,43          | 7,59           | 6,60           | 84,35          | 73,10          | 2,05          | 1,80          | 0,11        | 0,10        | 284,40         | 246,50         | 0,24         | 0,21         | 22,04         | 19,10         |
| 222/16   | Макароны запеченные с яйцом с маслом                                 | 150/3   | 150/3   | 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           |
|          | 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          |
|          |  |         |         | <b>9,80</b>   | <b>9,21</b>   | <b>18,22</b>  | <b>17,69</b>  | <b>51,55</b>   | <b>50,56</b>   | <b>394,34</b>  | <b>383,09</b>  | <b>3,05</b>   | <b>2,80</b>   | <b>0,26</b> | <b>0,25</b> | <b>336,10</b>  | <b>298,20</b>  | <b>1,86</b>  | <b>1,83</b>  | <b>35,80</b>  | <b>32,86</b>  |
|          |  |         |         | <b>46,25</b>  | <b>37,03</b>  | <b>52,84</b>  | <b>41,00</b>  | <b>246,81</b>  | <b>197,28</b>  | <b>1575,92</b> | <b>1322,40</b> | <b>44,21</b>  | <b>37,93</b>  | <b>0,77</b> | <b>0,64</b> | <b>907,50</b>  | <b>726,00</b>  | <b>9,30</b>  | <b>7,82</b>  | <b>197,69</b> | <b>146,32</b> |
|          | <b>Итого</b>   |         |         | <b>269,63</b> | <b>213,78</b> | <b>310,20</b> | <b>242,02</b> | <b>1295,01</b> | <b>1043,89</b> | <b>8864,63</b> | <b>7309,54</b> | <b>265,94</b> | <b>222,68</b> | <b>4,52</b> | <b>3,83</b> | <b>4334,43</b> | <b>3667,43</b> | <b>57,32</b> | <b>48,36</b> | <b>986,90</b> | <b>557,40</b> |

| Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (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) |  |  |  |
|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|---------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|
|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|---------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|

|                   | Дет. сад | Ясли | Белки    | Белки  | Жиры     | Жиры   | Угледо<br>ды | Углевод<br>ы | 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  | Дет. сад | Ясли   |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |          |      | 269,63   | 213,80 | 310,20   | 242,50 | 1295,40      | 1043,20      | 8864,60  | 7309,50  | 265,94   | 222,70 | 4,50     | 3,80 | 4334,40  | 3667,40 | 56,70    | 47,80 | 986,90   | 557,40 |
| В среднем в день: |          |      | 53,90    | 42,75  | 62,04    | 48,50  | 259,10       | 208,60       | 1 772,90 | 1 461,90 | 53,20    | 44,50  | 0,90     | 0,76 | 866,90   | 733,49  | 11,30    | 9,55  | 197,40   | 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 рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под общей редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016.

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

4. Сборник технических нормативов –Сборник рецептур 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 рецептур 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"

конг.тел.:8(8552) 707107