

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|---|---------|---------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|----------|---------|--------|--------|-------|-------|---------|---------|-------|-------|---------|--------|
| | | | | 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 | 12,00 | 12,00 | 0,10 | 0,10 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21/21 | Салат из моркови | 50 | 40 | 0,60 | 0,48 | 3,00 | 2,40 | 5,60 | 4,48 | 52,00 | 41,60 | 1,50 | 1,20 | 0,03 | 0,02 | 12,00 | 9,60 | 0,32 | 0,26 | 17,00 | 13,6 |
| 82/16 | Рассольник Ленинградский со сметаной на м/к бульоне (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 |
| 375/21 | Плов из мяса птицы | 50/150 | 25/100 | 8,14 | 4,07 | 14,74 | 8,13 | 40,39 | 26,86 | 393,73 | 233,15 | 3,41 | 2,27 | 0,06 | 0,04 | 38,59 | 26,71 | 1,42 | 0,96 | 13,70 | 6,85 |
| ТТК №91 | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий | 180 | 150 | 0,50 | 0,37 | 0,02 | 0,02 | 19,43 | 14,57 | 79,92 | 59,94 | 0,03 | 0,02 | 0 | 0 | 17,25 | 12,94 | 1,95 | 1,46 | 13,80 | 10,35 |
| | Хлеб Пшеничный | 1/20 | 1/20 | 1,52 | 1,52 | 0,18 | 0,18 | 10,94 | 10,94 | 47,46 | 47,46 | 0 | 0 | 0,02 | 0,02 | 4,6 | 4,6 | 0,22 | 0,22 | 5,66 | 5,66 |
| | Хлеб Ржаной | 1/41,43 | 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 |
| | | | | 15,24 | 10,41 | 22,19 | 14,22 | 106,27 | 84,30 | 775,92 | 566,22 | 22,62 | 16,75 | 0,35 | 0,18 | 112,34 | 86,77 | 6,50 | 5,16 | 87,82 | 68,29 |
| | Усиленный полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 469/21 | 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 |
| 260/21 | 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 |
| | Печенье | 20 | 20 | 1,50 | 1,50 | 1,96 | 1,96 | 14,88 | 14,88 | 83,00 | 83,00 | 0 | 0 | 0,02 | 0,02 | 5,80 | 5,80 | 0,42 | 0,42 | 4,00 | 4,00 |
| 82/21 | Десерт фруктовый | 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 |
| | Хлеб Пшеничный | 1/20 | 1/20 | 1,52 | 1,52 | 0,18 | 0,18 | 10,94 | 10,94 | 47,46 | 47,46 | 0 | 0 | 0,02 | 0,02 | 4,6 | 4,6 | 0,22 | 0,22 | 5,66 | 5,66 |
| | | | | 11,73 | 11,12 | 20,61 | 20,06 | 76,33 | 74,84 | 522,59 | 509,09 | 14,05 | 13,25 | 0,30 | 0,29 | 357,90 | 319,20 | 2,88 | 2,82 | 48,80 | 45,36 |
| | | | | 40,21 | 32,03 | 57,62 | 45,53 | 271,05 | 220,57 | 1780,65 | 1452,89 | 39,64 | 32,40 | 0,80 | 0,59 | 764,92 | 656,67 | 23,15 | 21,27 | 181,75 | 140,20 |
| | 6 день | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2/16 | Бутерброд с повидлом | 30/5/10 | 20/5/10 | 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 |
| 234/21 | 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 |
| 460/21 | Чай полусладкий с молоком | 180 | 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 |
| | | | | 11,12 | 8,17 | 12,76 | 11,03 | 59,37 | 44,74 | 396,88 | 310,87 | 6,42 | 4,85 | 0,15 | 0,10 | 272,70 | 203,77 | 1,55 | 0,81 | 36,40 | 21,70 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 501/21 | 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 | 0,00 | 0,00 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21/21 | Салат витаминный | 50 | 40 | 0,60 | 0,48 | 2,55 | 2,04 | 2,75 | 2,20 | 36,50 | 29,20 | 6,50 | 5,20 | 0,02 | 0,02 | 17,0 | 13,60 | 0,47 | 0,38 | 9,00 | 7,20 |
| 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 |
| 225/21 | Каша пшеничная вязкая | 130 | 100 | 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-75 | Котлеты "Любимые" | 75 | 75 | 10,5 | 10,50 | 9,00 | 9,00 | 11,00 | 11,00 | 167,00 | 167,00 | 0 | 0 | 0,083 | 0,083 | 12,74 | 12,74 | 1,27 | 1,27 | 11,1 | 11,1 |
| ТТК №91 | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий | 180 | 150 | 0,50 | 0,37 | 0,02 | 0,02 | 19,43 | 14,57 | 79,92 | 59,94 | 0,03 | 0,02 | 0 | 0 | 17,25 | 12,94 | 1,95 | 1,46 | 13,80 | 10,35 |
| | Хлеб Пшеничный | 1/20 | 1/20 | 1,52 | 1,52 | 0,18 | 0,18 | 10,94 | 10,94 | 47,46 | 47,46 | 0 | 0 | 0,02 | 0,02 | 4,6 | 4,6 | 0,22 | 0,22 | 5,66 | 5,66 |
| | Хлеб Ржаной | 1/41,43 | 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 |
| | | | | 27,52 | 24,29 | 23,19 | 21,30 | 106,28 | 93,22 | 692,10 | 615,75 | 8,72 | 7,05 | 0,43 | 0,37 | 117,71 | 97,60 | 7,51 | 6,48 | 86,00 | 74,31 |
| | Усиленный полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 227/21 | Каша вязкая ячневая молочная | 200/3 | 150/3 | 7,31 | 5,48 | 10,98 | 8,23 | 39,20 | 29,40 | 286,00 | 214,50 | 0,00 | 0,00 | 0,14 | 0,10 | 160,16 | 120,12 | 0,94 | 0,70 | 36,51 | 27,40 |
| 484/21 | Кисель из концентрата полусладкий | 180 | 150 | 0,10 | 0,07 | 0 | 0 | 28,48 | 16,11 | 86,30 | 64,73 | 0,96 | 0,72 | 0 | 0 | 24,00 | 18,00 | 1,20 | 0,90 | 12,00 | 9,00 |
| Пром | Вафли | 20 | 20 | 0,90 | 0,90 | 6,16 | 6,16 | 19,00 | 19,00 | 105,00 | 105,00 | 0 | 0 | 0,03 | 0,03 | 26,36 | 26,36 | 0,28 | 0,28 | 4,84 | 4,84 |
| | 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 |
| | | | | 9,83 | 7,97 | 17,32 | 14,57 | 97,62 | 75,45 | 524,76 | 431,69 | 0,96 | 0,72 | 0,19 | 0,15 | 215,12 | 169,08 | 2,64 | 2,10 | 59,01 | 46,90 |
| | | | | 49,22 | 41,08 | 53,27 | 46,90 | 278,42 | 226,54 | 1677,34 | 1413,43 | 19,70 | 15,74 | 0,78 | 0,63 | 616,03 | 479,55 | 13,80 | 11,21 | 187,41 | 146,11 |
| | Итого | | | 323,53 | 256,55 | 372,24 | 291,00 | 1554,50 | 1251,80 | 10637,50 | 8771,40 | 319,14 | 267,20 | 5,40 | 4,56 | 5201,30 | 4400,89 | 68,00 | 57,35 | 1184,30 | 668,88 |

| | Масса порции, гр | Масса, 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 | Углеводы | Углеводы | Дет. сад | Ясли | C | B1 | Ca | Fe | Mg |