

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Нитма»



Л.Р. Гильфанова

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования _____

Двухнедельное меню для общеразвивающих детских садов с 12 часовым пребыванием города Менделеевска и Менделеевского района в 2026 году. Период: Зимний

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)					
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С		В1		Ca		Fe		Mg	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
	I неделя																				
	1 день																				
	Завтрак																				
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
164/14	Каша молочная Дружба с маслом	180/3	150/3	5,47	4,56	10,06	8,38	30,13	25,11	234,00	195,00	0,86	0,72	0,1	0,08	120	100,00	0,73	0,61	33,5	27,90
591/14	Кисель из концентрата полусладкий	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
				10,76	7,63	17,30	14,00	77,10	53,55	468,20	363,73	1,90	1,48	0,15	0,11	152,60	124,10	2,39	1,82	58,90	45,80
	Второй завтрак																				
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
	Обед																				
21/16	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,25	4,20	47,85	38,30	16,22	12,98	0,04	0,03	22,4	17,94	0,31	0,25	9,10	7,30
134/04	Суп крестьянский со сметаной на говяжьем бульоне	200/5	150/5	1,74	1,34	4,96	3,91	9,58	5,74	111,96	63,49	14,79	11,09	0,03	0,02	28,7	21,5	0,46	0,34	11,34	8,50
259/16	Рыба припущенная (минтай)	80	60	13,40	10,07	0,52	0,39	0,21	0,16	58,70	44,00	0,44	0,33	0,050	0,040	11,47	8,600	0,41	0,310	8,9	6,7
339/16	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 №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	180	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,80	10,35
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				22,38	17,18	12,52	9,81	75,27	54,02	633,15	465,06	37,48	29,02	0,31	0,24	128,32	99,75	5,37	4,01	68,10	56,37
	Полдник																				
419/16	Молоко кипяченое	140	130	4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1
				4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,60	19,11

Ужин																					
ТТК №652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	25/25	25/25	2,57	2,57	6,71	6,71	8,72	8,72	85,56	85,56	1,24	1,24	0,005	0,005	93,120	93,120	1,15	1,15	25,18	25,18
182/16	Каша гречневая вязкая	130	100	4,00	3,10	4,57	3,52	21,52	16,55	173,12	133,20	0	0	0,1	0,08	27,9	21,46	2,11	1,62	23,45	16,12
ТТК №1	Чай полусладкий	180	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
				8,29	7,34	11,46	10,41	46,24	40,00	327,18	282,00	1,24	1,24	0,13	0,11	130,67	122,97	4,32	3,62	58,69	50,26
	ИТОГО			46,21	36,65	44,98	37,65	215,79	164,24	1549,65	1226,28	44,93	35,92	0,68	0,54	683,99	600,32	13,70	11,05	210,29	175,54
2 день																					
Завтрак																					
1/16	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,25	1,51	4,99	4,71	18,46	13,18	115,82	89,69	0,00	0	0,05	0,03	8,60	6	0,46	0,31	8,70	6,2
173/16	Каша молочная пшеничная с маслом	180/3	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 №18	Какао с молоком полусладкий	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03	0,028	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
				13,33	10,09	14,89	11,39	71,71	54,43	444,23	349,16	4,94	4,01	0,15	0,10	260,12	203,90	0,89	0,66	47,25	29,30
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
Пром.	Печенье	23	23	2,05	2,05	2,68	2,68	25,43	25,43	114,10	114,10	0,00	0,00	0,02	0,02	7,9	7,93	0,57	0,57	3,50	3,50
				2,55	2,55	2,68	2,68	35,53	35,53	156,50	156,50	2,40	2,40	0,03	0,03	14,93	14,93	1,97	1,97	7,50	7,50
Обед																					
ТТК №65	Салат "Здоровье"	50	40	4,45	3,56	4,50	3,60	19,00	17,20	47,50	42,00	3,75	3,00	0,03	0,02	10,95	8,76	0,15	0,12	9,0	7,0
111/16	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	150	8,05	6,00	7,18	6,67	21,12	18,34	141,33	123,35	2,19	1,83	0,18	0,14	33,62	26,22	1,82	1,47	8,54	6,40
289/2017	Рагу из филе куриной грудки	50/150	50/100	12,30	8,20	17,66	11,80	29,85	20,00	313,00	208,70	8,08	5,40	0,21	0,14	57,66	38,44	0,11	0,07	26,40	17,6
342/15	Напиток из свеж.ябл.	180	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41	0,11	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60	2,70
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				28,18	20,54	30,03	22,61	114,41	90,39	689,52	521,85	18,56	13,64	0,58	0,42	120,13	87,41	3,41	2,63	61,45	48,72
Полдник																3,00					
420/16	Ацидофилин	150	100	4,54	3,02	4,05	2,70	6,48	4,32	90,51	53,68	1,30	0,86	0,09	0,06	270,00	180,00	0,225	0,15	15,0	8
				4,54	3,02	4,05	2,70	6,48	4,32	90,51	53,68	1,30	0,86	0,09	0,06	270,00	180,00	0,23	0,15	15,00	8,00
Ужин																					
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,43	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
254/16	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	120/15	90/15	14,39	10,79	11,90	8,90	32,10	24,00	319,84	239,90	0,09	0,08	5,00	3,74	137,38	125,90	1,50	1,4	22,2	20,4
ТТК №1	Чай полусладкий	180	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
				16,64	12,87	12,51	9,49	58,00	48,13	433,59	346,14	11,09	10,53	5,04	3,78	163,03	149,49	3,16	2,82	41,26	37,81
	ИТОГО			65,14	49,07	64,16	48,67	286,13	232,80	1814,35	1427,33	38,29	31,44	5,88	4,39	828,21	635,73	9,66	8,23	172,46	131,33
3 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
229/16	Омлет натуральный	130/5	120/5	11,89	11,01	22,93	21,23	2,29	2,12	263,77	244,23	0,22	0,20	0,09	0,08	96,37	89,23	2,50	2,30	16,20	15,0
ТТК №437	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,080	0,070	96,0	88,60	2,40	2,20	16,0	14,7
				17,09	15,27	29,96	27,79	25,18	20,10	436,90	384,29	2,15	1,82	0,22	0,18	200,97	183,93	5,36	4,81	45,60	38,60
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,60	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,4	2,4	0,01	0,01	7	7	1,4	1,4	4	4
Обед																					

25/04	Салат "Степной"	50	40	1,08	0,86	4,13	3,31	15,93	14,75	65,25	52,20	6,93	8,67	0,08	0,08	20,20	16,16	0,51	0,41	11,7	9,4
63/16	Борщ с капустой и карт. со сметаной на говяжьем бульоне	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
260/17	Гуляш из говядины	50/50	50/50	14,55	14,55	16,79	16,79	2,89	2,89	221,00	221,00	0,92	0,92	0,030	0,030	21,81	21,81	2,34	2,34	22,03	22,03
182/16	Каша пшенная вязкая	130	100	3,70	2,85	4,21	3,24	21,17	16,29	137,80	106,00	0	0	0,09	0,07	10,23	7,9	0,9	0,7	26,43	20,33
ТТК №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	180	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,80	10,35
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				24,83	22,65	32,42	26,77	103,39	77,05	756,51	635,57	27,85	26,84	0,32	0,27	128,21	104,40	8,17	6,74	102,77	85,69
Полдник																					
419/16	Молоко кипяченое	140	130	4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1
452/16	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46	0	0	0,04	0,04	4,18	4,18	0,29	0,29	9,7	9,7
				2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46	0,00	0,00	0,04	0,04	4,18	4,18	0,29	0,29	9,70	9,70
Ужин																					
219/2016	Макаронные изделия отварные	130	100	4,62	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92	0,00	0,00	0,08	0,06	17,09	13,15	0,60	0,46	18,80	14,50
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	14,24	14,24	94,38	94,38	1,61	1,61	0,01	0,01	26,50	26,50	0,39	0,39	5,57	5,57
686/04	Чай с лимоном (полусладкий)	180/7	150/7	0,27	0,22	0	0	15,33	11,57	62,40	47,16	3,30	3,27	0,003	0,002	3,25	2,43	0,087	0,065	0,340	0,630
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
				10,65	9,55	10,68	9,81	72,18	61,11	383,54	326,92	4,91	4,88	0,11	0,09	51,44	46,68	1,30	1,14	30,87	26,36
	ИТОГО			55,23	50,13	77,16	68,47	229,33	186,84	1737,81	1508,64	37,31	35,94	0,70	0,59	391,80	346,19	16,52	14,38	192,94	164,35
4 день																					
Завтрак																					
1/16	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,25	1,51	4,99	4,71	18,46	13,18	115,82	89,69	0,00	0	0,05	0,03	8,60	6	0,46	0,31	8,70	6,2
182/16	Каша молочная манная вязкая с маслом	180/3	150/3	6,61	4,96	7,33	4,62	33,82	25,37	229,70	162,89	4,22	3,17	0,38	0,29	182,00	136,00	0,40	0,30	13,30	8,22
ттк № 17	Кофейный напиток 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
				11,38	8,57	13,96	10,70	66,22	50,17	426,13	319,75	4,97	3,79	0,46	0,35	301,20	234,30	1,06	0,81	41,80	30,92
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,50	0,50	0,00	0,00	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
Обед																					
ТТК № 976	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	50	40	0,95	0,76	4,16	3,33	5,61	4,49	52,03	41,62	8,65	6,92	0,03	0,02	15,4	12,28	0,29	0,24	7,35	5,88
82/16	Рассольник Ленинградский со сметаной на говяжьем бульоне	200/5	150/5	2,16	1,65	4,09	3,07	13,27	9,95	117,67	98,93	6,03	4,52	0,08	0,06	21,16	15,87	0,80	0,60	20,70	15,53
ТТК №22	Биточки куриные "Рябушка" с соусом томатным	70/30	50/30	8,00	6,40	9,74	7,79	12,20	9,76	174,52	139,62	0,93	0,74	0,070	0,060	21,70	17,36	1,13	0,90	21,64	17,31
182/16	Каша пшеничная вязкая	130	100	4,03	3,10	3,80	2,93	21,10	16,23	134,75	103,66	0	0	0,07	0,05	23	18	1,5	1,14	18,5	14,2
417/16	Напиток из шиповника	180	150	0,68	0,51	0,28	0,21	18,97	14,23	81,30	61,00	100,00	75,00	0,01	0,01	21,30	16,00	0,63	0,47	3,50	2,60
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				19,02	16,06	22,68	17,73	96,53	75,22	669,38	533,69	115,61	87,18	0,31	0,24	114,01	88,70	5,50	4,19	85,60	70,54
Полдник																					
420/16	Кефир с сахаром	150/5	100/3	4,35	2,90	3,75	2,5	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,7	0,06	0,04	180,00	120,00	20	12	0,15	0,1
				4,35	2,90	3,75	2,50	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,70	0,06	0,04	180,00	120,00	20,00	12,00	0,15	0,10
Ужин																					
386/16	Десерт фруктовый мандарин	80	80	0,56	0,56	0,14	0,14	15,23	15,23	64,00	64,00	26,60	26,60	0,04	0,04	24,80	24,80	0,10	0,10	7,50	7,50

25/116	Заменили с теоретом со ступенным	120/15	90/15	22,41	17,1	15,82	12,20	30,34	24,83	351,60	275,70	0,49	0,42	0,07	0,05	223,7	179,3	0,96	0,72	29,28	4,4	3,3	5,96	5,96	38,42	143,98
ТТК-1	Чай полуспайный	180	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	4,4	5,66	5,96	38,42	143,98	
	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	5,96	38,42	143,98			
				24,69	2,23	16,14	12,52	61,57	54,79	484,10	402,94	27,09	27,02	0,13	0,11	258,15	212,49	2,12	1,57	46,34	38,42	143,98				
	ИТОГО			59,94	29,26	56,43	43,45	240,42	194,28	1697,01	1348,78	151,12	121,09	0,97	0,75	860,36	662,49	30,08	20,07	178,29	143,98					
5 день																										
Завтрак																										
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90					
100/116	Ом молочный с макаронными изд.	180	150	4,58	3,44	3,84	2,88	37,86	23,39	184,28	153,21	1,30	0,98	0,11	0,09	202,03	161,62	0,67	0,53	16,14	8,10					
ТТК-1	Чай полуспайный	180	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					
				8,52	6,59	9,75	8,50	59,35	39,51	335,45	272,99	1,34	1,02	0,16	0,12	215,68	171,51	1,97	1,47	33,94	20,30					
Второй завтрак																										
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00					
				0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00					
Обед																										
4/1/16	Салат из моркови с яблоками	50	40	0,64	0,51	2,61	2,10	5,11	4,10	40,95	32,76	3,47	2,80	0,04	0,03	10,60	8,50	0,66	0,53	12,0	9,6					
73/16	Шир со свежей капустой с картошкой со сметаной на курином бульоне	200/5	150/5	1,39	1,04	3,91	2,93	6,79	5,09	137,57	103,20	14,80	11,10	0,05	0,03	34,7	26,0	0,64	0,48	17,80	13,35					
32/1/16	Пюре "Золотой пепел" из филе куриной грудки	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					
59/1/14	Кисель из концентрата полуспайный	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00					
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66					
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,55	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	5,36					
				13,47	8,33	21,77	13,56	106,15	72,72	767,66	522,70	22,64	16,89	0,20	0,14	119,35	88,40	5,07	3,71	69,41	53,82					
Полдник																										
4/19/16	Молоко впитанное	140	130	4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1					
ТТК	Печенье	23	23	2,05	2,05	2,68	2,68	25,43	25,43	114,10	114,10	0,00	0,00	0,02	0,02	7,9	7,93	0,57	0,57	3,50	3,50					
				6,33	6,05	6,38	6,11	32,61	32,00	192,82	187,19	1,91	1,78	0,10	0,09	273,33	254,43	0,79	0,77	24,10	22,61					
Ужин																										
386/16	Рис с фруктовым яблоком	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					
ТТК №236	Картофель запеченный	150	100	4,40	2,90	14,60	9,71	35,40	23,60	290,10	193,39	23,03	15,32	0,21	0,14	23,02	15,35	1,55	1	41,34	27,6					
264/2016	Судак из рыбы	80/3	60/3	12,81	9,70	6,41	4,63	3,29	2,44	122,00	90,00	0,26	0,19	0,06	0,05	39	29,5	0,64	0,49	20,6	15,5					
686/04	Чай с лимонной (полуспайный)	180/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	10,94	11,52	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66					
	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					
				19,43	14,76	21,68	14,98	74,81	57,90	567,54	421,23	37,59	29,23	0,31	0,23	85,87	67,08	3,10	2,35	77,44	57,89					
				48,25	36,22	59,58	43,15	282,92	212,23	1905,87	1446,51	65,88	51,32	0,78	0,59	701,23	588,42	12,33	9,70	208,89	158,62					
	ИТОГО			274,77	201,33	302,31	241,59	1254,59	990,39	8704,69	6957,54	337,53	275,71	9,01	6,86	3465,59	2833,15	82,28	63,42	962,97	548,70					
Витамины (мг)																										
Минер вещества (мг)																										
C																										
B1																										
Ca																										
Fe																										
Mg																										

ИТОГ
В сд

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:

В среднем в день:

270,6	213,82	292,6	228,1	1314,8	1047,2	9105,1	7244,6	280,1	222,1	5,0	3,8	4689,5	3867,8	56,7	46,7	994,4	548,7
54,12	42,76	58,51	45,62	262,90	209,40	1 821,00	1 448,90	56,00	44,40	0,99	0,80	937,90	773,55	11,30	9,34	199,00	109,70

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)					
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С		В1		Са		Fe		Mg	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
II неделя																					
1 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
182/16	Каша молочная "Геркулесовая" вязкая с маслом	180/3	150/3	8,14	6,78	12,10	10,08	36,14	30,12	286,20	238,50	0,86	0,72	0,19	0,16	143	119	1,9	1,57	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
				16,42	12,36	21,91	17,84	70,37	55,56	532,49	424,49	4,57	3,79	0,27	0,21	260,84	216,30	2,68	2,15	45,62	28,25
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
Обед																					
47/16	Салат из квашеной капусты	50	40	0,85	0,68	2,51	2,01	4,23	3,38	45,96	36,77	9,91	7,90	0,01	0,01	26,1	20,90	0,33	0,27	8,00	6,40
ттк-425	Суп "Трещинное зернышко" на говяжьем бульоне	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
261/16	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	80	60	7,66	5,74	3,85	2,89	2,20	1,54	74,00	55,00	1,96	1,25	0,05	0,04	22,10	16,80	0,47	0,34	23,50	17,30
339/16	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
417/16	Напиток из шиповника	180	150	0,68	0,51	0,28	0,21	18,97	14,23	81,30	61,00	100,00	75,00	0,01	0,01	21,30	16,00	0,63	0,47	3,50	2,60
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				17,30	13,31	17,80	14,43	78,76	57,92	668,02	511,13	123,33	91,85	0,34	0,31	126,23	99,07	5,07	3,85	82,46	63,82
Полдник																					
420/16	Ряженка	150	100	4,35	2,90	3,75	2,5	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,7	0,06	0,04	180,00	120,00	0	0	0,15	0,1
Пром.	Печенье	23	23	2,05	2,05	2,68	2,68	25,43	25,43	114,10	114,10	0,00	0,00	0,02	0,02	7,9	7,93	0,57	0,57	3,50	3,50
				4,35	2,90	3,75	2,50	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,70	0,06	0,04	180,00	120,00	0,00	0,00	0,15	0,10
Ужин																					
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,43	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
196/17	Плов сладкий	130	100	3,42	2,63	5,10	3,92	54,02	41,56	278,20	214,00	0,61	0,47	0,04	0,03	47,3	36,4	1,34	1,03	44,3	34,1
ТТК-1	Чай полусладкий	180	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
				5,57	4,71	5,71	4,51	79,92	65,69	391,95	320,24	11,61	10,92	0,08	0,07	72,97	59,99	3,00	2,45	63,36	51,55
				44,14	33,78	48,97	39,28	245,15	193,27	1709,86	1348,26	142,96	109,66	0,76	0,64	647,04	502,36	12,15	9,85	195,59	147,72
2 день																					
Завтрак																					
2/04	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	9,6	7,5
97/16	Суп молочный с рисом	180	150	3,80	2,85	4,89	3,80	18,93	11,20	129,95	91,43	0,88	0,73	0,027	0,036	169,56	127,17	0,222	0,166	12,52	6,89
227/16	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	0,00	0,00	67,44	67,44	0,00	0,00	0,030	0,030	22,00	22,00	1,000	1,000	4,80	4,80
591/14	Кисель из концентрата полусладкий	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
				11,69	9,97	14,42	13,04	68,76	43,52	418,62	332,40	1,94	1,55	0,08	0,08	220,76	170,57	2,84	2,18	38,92	28,19
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00

Обед				0,50	0,50	0,00	0,00	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,96
46/16	Викерет "Дары осени"	50	40	0,98	0,76	3,55	2,84	13,94	13,15	51,49	41,19	9,35	7,48	0,04	0,03	11,60	9,30	0,40	0,34	10,06
91/16	Ом карповый с огурцами на томате брынзе	200	150	7,96	7,18	9,41	8,54	26,71	22,60	183,36	155,97	12,40	9,37	0,09	0,07	22,3	16,7	1,3	1,00	13,96
304/16	Тортени яичные (2 варианта)	50/30	50/30	7,84	7,84	12,97	12,97	17,43	17,43	177,80	177,80	1,24	1,24	0,079	0,079	63,19	63,19	1,23	1,23	12,16
218/2016	Макароны из твердых сортов пшеницы (2 варианта)	130	100	4,62	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92	0,00	0,00	0,08	0,06	17,09	13,15	0,60	0,46	18,90
342/15	Наливки из свеж. ябл.	180	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41	0,11	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60
	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
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25
				24,78	22,13	30,40	27,80	134,19	112,39	779,64	660,68	27,53	21,50	0,45	0,36	132,08	116,33	4,86	4,00	72,49
Полдник																				
419/16	Молоко впитанное	140	130	4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6
453/16	Булочка дорожная	30	30	2,02	2,02	4,42	4,42	17,30	17,30	117,04	117,04	0	0	0,040	0,040	11,86	11,86	0,040	0,400	8,100
				6,30	6,02	8,12	7,85	24,38	23,87	195,76	190,13	1,91	1,78	0,12	0,11	277,26	258,36	0,26	0,60	28,70
Ужин																				
ТТК-53к	Мясной суп с тушенкой в соусе из фрикадельки	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
182/16	Каша гречневая вязкая	130	100	4,00	3,10	4,57	3,52	21,52	16,55	173,12	133,20	0	0	0,1	0,08	27,9	21,46	2,11	1,62	23,45
686/04	Чай с лимоном (полуфабрикат)	180/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27	0,003	0,002	3,25	2,43	0,087	0,085	0,84
386/16	Десерт фруктовый мандарины	80	80	0,56	0,56	0,14	0,14	15,23	15,23	64,00	64,00	26,60	26,60	0,04	0,04	24,80	24,80	0,10	0,10	7,50
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66
				11,89	10,94	8,77	7,71	74,86	66,13	431,41	376,14	30,54	30,51	0,23	0,21	70,40	63,14	3,53	3,02	52,90
				65,16	49,56	61,71	56,40	312,29	256,01	1867,83	1601,75	64,32	57,74	0,88	0,76	707,50	615,40	12,69	11,19	197,01
3 день																				
Завтрак																				
9/16	Булочка 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
182/16	Каша молочная пшенная с маслом	180/3	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
ТТК №437	Чай полуфабрикат с лимоном	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9
				12,99	10,11	13,18	11,79	61,61	47,03	413,59	326,77	5,96	4,64	0,13	0,07	86,40	64,47	1,55	1,13	46,60
Второй завтрак																				
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00
				0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,4	2,4	0,01	0,01	7,00	7,00	1,4	1,4	4
Обед																				
ТТК №473	Салат Сайка	50	40	1,01	0,80	4,02	3,22	3,53	2,83	54,34	43,47	2,90	2,30	0,03	0,02	20,2	16,16	0,51	0,41	11,70
94/16	Суп-лапша домашняя с мясом говядины	200/15	150/15	5,40	4,90	5,90	5,10	12,70	9,50	141,47	123,45	0,40	0,30	0,07	0,05	15,76	11,82	0,47	0,35	8,36
ТТК-331	Котлеты "Лисички"	75	50	10,50	7,00	9,00	6,00	11,00	6,00	167,00	105,00	0,00	0,00	0,083	0,056	12,74	10,20	1,27	1,10	11,10
148/16	Рис отварной	130	100	2,04	1,57	9,50	7,31	21,15	16,27	143,90	110,70	7,1	5,5	0,06	0,05	30	23,1	0,85	0,65	24,3
ТТК №2	Наливки "Черушный" из сорбифруктоза	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
	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
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25
				22,66	17,28	28,96	22,06	83,19	68,73	686,74	631,42	10,43	8,12	0,29	0,22	107,45	83,41	6,20	4,81	83,67
Полдник																				
420/16	Кефир с сахаром	150/5	100/3	4,35	2,90	3,75	2,5	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,7	0,06	0,04	180,00	120,00	20	12	0,15
				4,35	2,90	3,75	2,50	6,00	4,00	75,00	50,00	1,05	0,70	0,06	0,04	180,00	120,00	20,00	12,00	0,15
Ужин																				
ТТК №24	Сырники из творога с повидлом	100/15	75/15	10,98	8,23	18,37	9,28	35,39	26,64	388,47	281,35	1,69	0,52	0,15	0,11	367,45	275,60	1,19	0,9	17,0
ТТК №1	Чай полуфабрикат	180	150	0,20	0,15	0	0	6,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4

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	
			12,70	9,90	18,55	9,46	51,39	41,27	456,97	354,59	0,69	0,52	0,17	0,13	377,10	283,99	2,25	1,74	27,06	19,21	
			53,19	40,69	64,43	45,80	222,29	172,13	1683,70	1305,18	20,53	16,38	0,66	0,47	757,95	562,87	31,40	21,08	161,48	120,41	
4 день																					
Завтрак																					
1/16	Бутерброд с маслом	30/5	2,25	1,51	4,99	4,71	18,46	13,18	115,82	89,69	0,00	0	0,05	0,03	8,60	6	0,46	0,31	8,70	6,2	
152/16	Каша молочная манная вязкая с маслом	180/3	6,61	4,96	7,33	4,62	33,82	25,37	229,70	162,89	4,22	3,17	0,38	0,29	182,00	136,00	0,40	0,30	13,30	8,22	
ТТК №17	Кофейный напиток 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
				11,38	8,57	13,96	10,70	66,22	50,17	426,13	319,75	4,97	3,79	0,46	0,35	301,20	224,30	1,06	0,81	41,80	30,92
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
Обед																					
25/04	Салат "Стелной"	50	40	1,08	0,86	4,13	3,31	15,93	14,75	65,25	52,20	6,93	8,67	0,08	0,08	20,20	16,16	0,51	0,41	11,7	9,4
87/16	Суп картофельный с бобовыми на говяжьем бульоне	200	150	10,50	7,34	9,90	6,45	13,38	10,04	177,67	135,60	5,85	4,40	0,18	0,16	38,08	30,46	2,03	1,62	20,24	15,18
ТТК №34	Котлеты "Крестьянские" с соусом томатным	70/30	50/30	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
152/16	Каша рисовая вязкая	130	100	2,01	1,55	3,43	2,64	20,87	16,05	139,36	107,20	0	0	0,02	0,01	27,90	21,46	0,3	0,23	14,21	10,9
591/14	Кисель из концентрата полусладкий	180	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
	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	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,62	8,25	9,36
				28,05	19,90	30,41	20,76	121,34	83,71	791,45	594,76	14,30	14,16	0,41	0,34	157,34	119,04	6,54	4,90	78,33	62,73
Подзник																					
419/16	Молоко кипяченое	140	130	4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	285,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1
				4,28	4,00	3,70	3,43	7,08	6,57	78,72	73,09	1,91	1,78	0,08	0,07	285,40	246,50	0,22	0,20	20,60	19,11
Ужин																					
308/16	Запеканка картофельная с мясом говядины	180/3	150/3	14,60	12,17	12,65	10,54	23,40	19,50	265,85	221,54	4,56	3,80	0,250	0,210	35,12	29,270	2,20	1,820	56,4	47,0
ТТК №1	Чай полусладкий	180	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
				16,32	13,84	12,83	10,72	39,40	34,23	334,35	284,78	4,56	3,80	0,27	0,23	44,77	37,66	3,26	2,67	66,42	55,93
				60,53	46,81	60,90	45,61	244,14	184,78	1673,05	1314,78	28,14	25,93	1,23	1,00	775,71	644,50	12,48	9,98	211,15	172,69
5 день																					
Завтрак																					
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
173/16	Каша молочная пшеничная с маслом	180/3	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 №47	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9	6,7
				13,19	10,26	14,36	11,10	60,40	46,12	402,16	317,54	3,24	2,80	0,13	0,09	219,48	170,07	0,96	0,71	45,63	28,85
Второй завтрак																					
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0	0	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,0	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
				0,50	0,50	0,00	0,00	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	0,01	0,01	7,00	7,00	1,40	1,40	4,00	4,00
Обед																					
ТТК №65	Салат "Здоровье"	50	40	4,45	3,56	4,50	3,60	19,00	17,20	47,50	42,00	3,75	3,00	0,03	0,02	10,95	8,76	0,15	0,12	9,0	7,0
82/16	Рассольник Ленинградский со свеклой на говяжьем бульоне	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
143/16	Карпась тушеная с филе курицы	50/130	50/100	14,00	13,30	14,70	13,80	15,20	11,70	243,00	219,00	27,60	21,30	0,04	0,03	67,40	51,90	0,90	0,70	26,60	18,80
342/15	Налисок из свеж.ябл.	186	150	0,18	0,14	0,18	0,14	8,90	6,29	58,94	58,94	8,54	8,41	0,11	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60	2,70

	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	Хлеб Ржаной	1/30	1/20	1,68	1,12	0,33	0,22	14,44	9,62	61,65	41,40	0	0	0,03	0,02	6,9	4,59	0,93	0,82	8,25	9,38
				23,99	21,29	23,68	20,97	88,61	71,26	595,86	507,73	53,57	40,97	0,43	0,23	126,65	98,07	3,69	2,77	71,37	55,95
	Полдник																				
420/16	Ацидофилин	150	100	4,54	3,02	4,05	2,70	6,48	4,32	90,51	53,68	1,30	0,86	0,09	0,06	270,00	180,00	0,225	0,15	15,0	8
				4,54	3,02	4,05	2,70	6,48	4,32	90,51	53,68	1,30	0,86	0,09	0,06	270,00	180,00	0,23	0,15	15,00	8,00
	Ужин																				
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	100	95	0,43	0,41	0,43	0,41	9,90	9,40	45,25	43,00	11,00	10,45	0,02	0,02	16,00	15,20	0,60	0,57	9,0	8,5
222/16	Макароны запеченные с яичом с маслом	150/3	150/3	3,69	3,69	14,08	14,08	33,02	33,02	262,53	262,53	3,00	3,00	0,13	0,13	47,1	47,1	1,4	1,4	8,1	8,1
ТТК №437	Чай полусладкий с молоком	180	150	1,46	1,26	1,12	0,94	6,46	5,65	42,00	36,06	1,89	1,58	0,013	0,011	68,8	57,37	0,39	0,32	7,9	6,7
	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
				7,10	6,88	15,81	15,61	60,32	59,01	397,24	389,05	15,89	15,03	0,18	0,18	136,50	124,27	2,61	2,51	30,66	28,96
				49,32	41,95	57,90	50,38	225,91	190,81	1528,16	1310,40	76,40	61,86	0,84	0,62	759,63	752,41	8,89	7,54	166,66	123,76
	Итого			262,34	212,79	293,91	237,47	1249,78	997,00	8462,60	6880,37	332,35	271,57	4,38	3,50	3647,83	3077,54	77,60	59,64	931,89	557,40

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

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3.2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под общей редакцией

М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016.

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

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

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

6. Техничко-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"

конт.тел.:8(8552) 707107