



к Муниципальному контракту № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

Детский сад №3 с. Ахтановы

1. М. Я. Башенкова

Двенадцатидневное меню для воспитанников детских садов  
Актанышского муниципального района Республики Татарстан в 2026 году  
(ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

| № рецеп           | Прием пищи, Наименование блюда                 | Масса порции, гр |         | Пищевые вещества (гр) |       |          |       |          |        | Энерг. ценность (ккал) |         | Витамины (мг) |       |       |       | Минер. вещества (мг) |        |          |       |        |        |
|-------------------|------------------------------------------------|------------------|---------|-----------------------|-------|----------|-------|----------|--------|------------------------|---------|---------------|-------|-------|-------|----------------------|--------|----------|-------|--------|--------|
|                   |                                                |                  |         | Белки                 |       | Жиры     |       | Углеводы |        |                        |         | С             |       | В1    |       | Са                   |        | Fe       |       | Mg     |        |
|                   |                                                | Дет. сад         | Ясли    | Дет.                  | Ясли  | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад | Ясли   | Дет.                   | Ясли    | Дет.          | Ясли  | Дет.  | Ясли  | Дет.                 | 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   | 0,45     | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 183/15            | Каша гречневая вязкая с маслом                 | 180/3            | 150/3   | 5,56                  | 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              | 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   |
|                   |                                                |                  |         | 10,84                 | 7,69  | 13,57    | 10,90 | 76,77    | 53,27  | 473,91                 | 375,37  | 1,04          | 0,76  | 0,28  | 0,22  | 71,23                | 56,29  | 2,22     | 1,58  | 44,85  | 28,11  |
| Второй завтрак    |                                                |                  |         |                       |       |          |       |          |        |                        |         |               |       |       |       |                      |        |          |       |        |        |
| 707/04            | Сок фруктовый разлитой                         | 150              | 130     | 0,75                  | 0,65  | 0        | 0     | 15,16    | 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   |
| Пром.             | Вафли                                          | 20               | 20      | 0,90                  | 0,90  | 6,18     | 6,16  | 19,00    | 19,00  | 105,00                 | 105,00  | 0             | 0     | 0,03  | 0,03  | 26,36                | 26,36  | 0,26     | 0,26  | 4,84   | 4,84   |
|                   |                                                |                  |         | 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              |                                                |                  |         |                       |       |          |       |          |        |                        |         |               |       |       |       |                      |        |          |       |        |        |
| 21/16             | Салат из свежей капусты                        | 50               | 40      | 0,97                  | 0,78  | 2,55     | 2,04  | 5,25     | 4,20   | 47,85                  | 38,30   | 24,96         | 19,90 | 0,04  | 0,03  | 22,42                | 17,94  | 0,31     | 0,25  | 9,10   | 7,3    |
| 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   |
| 272/16            | Котлета рыбная любительская с соусом           | 75/30            | 50/30   | 10,46                 | 7,09  | 4,47     | 3,42  | 10,41    | 7,74   | 123,80                 | 89,85   | 3,31          | 2,44  | 0,080 | 0,060 | 44,00                | 31,000 | 1,24     | 0,800 | 33,2   | 23,2   |
| 321/14            | Пюре картофельное                              | 130              | 100     | 2,57                  | 1,98  | 3,96     | 3,05  | 15,42    | 8,79   | 225,61                 | 170,47  | 6,00          | 4,60  | 0,14  | 0,11  | 36,98                | 29,58  | 10,09    | 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                                    | 1/41,43          | 1/41,43 | 2,32                  | 2,32  | 0,46     | 0,46  | 19,94    | 19,94  | 85,14                  | 85,14   | 0             | 0     | 0,04  | 0,04  | 9,5                  | 9,5    | 1,28     | 1,28  | 19,4   | 19,4   |
|                   |                                                |                  |         | 26,39                 | 20,06 | 18,82    | 15,84 | 102,51   | 84,52  | 750,91                 | 614,51  | 36,49         | 28,79 | 0,50  | 0,40  | 168,37               | 131,78 | 16,91    | 6,35  | 100,75 | 80,81  |
| Усиленный полдник |                                                |                  |         |                       |       |          |       |          |        |                        |         |               |       |       |       |                      |        |          |       |        |        |
| ТТК-53к           | Мякоть птицы тушенная 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  |
| 219/16            | Макаронные изделия отварные                    | 130              | 100     | 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  | 21,60  |
| 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   |
|                   |                                                |                  |         | 11,90                 | 10,78 | 7,78     | 6,91  | 69,56    | 50,98  | 331,90                 | 285,26  | 0,64          | 0,64  | 0,17  | 0,15  | 66,59                | 61,39  | 2,87     | 2,32  | 54,51  | 46,21  |
| ИТОГО             |                                                |                  |         | 49,88                 | 39,18 | 40,17    | 33,65 | 253,99   | 201,90 | 1620,32                | 1330,26 | 41,77         | 33,31 | 0,97  | 0,78  | 316,69               | 258,56 | 23,90    | 12,07 | 206,11 | 156,33 |
| 2 день            |                                                |                  |         |                       |       |          |       |          |        |                        |         |               |       |       |       |                      |        |          |       |        |        |

|                          |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|----------------------|---------------------|----------------------|------------------------|------------------------|--|
| Завтрак                  |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 3/16<br>199/18<br>тк №18 | Бутерброд с сыром<br>пищ. молочная + сырковая (жидкая) с<br>маслом.<br>Какао с молоком полусладкий | 30/5<br>200/3<br>180 | 20/5<br>150/3<br>150 | 3,68<br>7,17<br>3,70 | 2,95<br>8,38<br>2,80 | 2,24<br>7,02<br>3,90 | 2,00<br>5,89<br>2,90 | 18,42<br>30,40<br>29,90 | 13,16<br>22,88<br>19,40 | 96,59<br>213,86<br>136,50 | 70,60<br>166,01<br>115,40 | 0,04<br>0,86<br>3,63 | 0,04<br>0,72<br>3,03 | 0,05<br>0,11<br>0,028 | 0,03<br>0,08<br>0,024 | 64,18<br>191<br>109,44 | 42,79<br>143<br>91,2 | 0,51<br>0,9<br>0,32 | 0,34<br>0,70<br>0,27 | 10,40<br>18,0<br>14,22 | 7,40<br>13,50<br>11,85 |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 14,58                | 11,13                | 13,16                | 10,79                | 74,81                   | 55,44                   | 448,95                    | 352,31                    | 4,53                 | 3,79                 | 0,19                  | 0,13                  | 364,62                 | 270,99               | 1,73                | 1,31                 | 42,62                  | 32,75                  |  |
| Второй завтрак           |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 420/16                   | Кефир с сахаром                                                                                    | 100/3                | 100/3                | 2,90                 | 2,90                 | 2,5                  | 2,5                  | 4,00                    | 4,00                    | 50,00                     | 50,00                     | 0,7                  | 0,7                  | 0,04                  | 0,04                  | 120,00                 | 120,00               | 12                  | 12                   | 0,1                    | 0,1                    |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 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                     |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 36/16                    | Салат из свеклы с яблоками                                                                         | 50                   | 40                   | 0,55                 | 0,44                 | 2,58                 | 2,10                 | 5,72                    | 4,57                    | 48,35                     | 38,70                     | 4,65                 | 3,72                 | 0,02                  | 0,01                  | 14,50                  | 11,70                | 0,74                | 0,59                 | 8,42                   | 6,73                   |  |
| 98/17                    | Суп крестьянский на говяжьем бульоне со сметаной                                                   | 200/5                | 150/5                | 1,74                 | 1,34                 | 4,98                 | 3,91                 | 9,58                    | 5,74                    | 111,98                    | 83,49                     | 14,79                | 11,09                | 0,03                  | 0,02                  | 28,7                   | 21,5                 | 0,46                | 0,34                 | 11,34                  | 8,50                   |  |
| ТТК-852                  | Фрикадельки "Осетры" с соусом томатным                                                             | 50/50                | 25/25                | 5,14                 | 2,57                 | 13,42                | 6,71                 | 17,44                   | 8,72                    | 171,12                    | 85,56                     | 2,48                 | 1,24                 | 0,010                 | 0,005                 | 186,240                | 93,120               | 2,30                | 1,15                 | 25,18                  | 12,59                  |  |
| 182/2016                 | 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                   |  |
| 342/15                   | Напиток "Плодово-ягодный" из свежих ябл.                                                           | 180                  | 150                  | 0,18                 | 0,14                 | 0,18                 | 0,14                 | 19,05                   | 14,29                   | 78,58                     | 58,94                     | 4,54                 | 3,41                 | 0,11                  | 0,08                  | 6,40                   | 4,80                 | 0,18                | 0,13                 | 3,50                   | 2,70                   |  |
|                          | Хлеб Пшеничный                                                                                     | 1/20                 | 1/20                 | 1,52                 | 1,52                 | 0,18                 | 0,18                 | 10,94                   | 10,94                   | 47,46                     | 47,46                     | 0                    | 0                    | 0,02                  | 0,02                  | 4,6                    | 4,6                  | 0,22                | 0,22                 | 5,66                   | 5,66                   |  |
|                          | Хлеб Ржаной                                                                                        | 1/41,43              | 1/41,43              | 2,32                 | 2,32                 | 0,46                 | 0,46                 | 19,94                   | 19,94                   | 85,14                     | 85,14                     | 0                    | 0                    | 0,04                  | 0,04                  | 9,5                    | 9,5                  | 1,28                | 1,28                 | 19,4                   | 19,4                   |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 15,48                | 11,43                | 25,58                | 15,43                | 103,78                  | 80,43                   | 677,36                    | 482,95                    | 26,46                | 19,46                | 0,32                  | 0,25                  | 273,04                 | 163,22               | 5,68                | 4,11                 | 92,16                  | 69,78                  |  |
| Усиленный полдник        |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 400/14                   | Молоко кипяченое                                                                                   | 130                  | 130                  | 4,00                 | 4,00                 | 3,43                 | 3,43                 | 6,80                    | 6,80                    | 73,10                     | 73,10                     | 1,80                 | 1,80                 | 0,10                  | 0,10                  | 246,50                 | 246,50               | 0,21                | 0,21                 | 19,10                  | 19,10                  |  |
| 386/16                   | Десерт фруктовый Яблоко                                                                            | 100                  | 95                   | 0,43                 | 0,41                 | 0,43                 | 0,41                 | 9,90                    | 9,40                    | 45,25                     | 43,00                     | 11,00                | 10,45                | 0,02                  | 0,02                  | 16,00                  | 15,20                | 0,60                | 0,57                 | 9,9                    | 8,5                    |  |
| 254/16                   | Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком                                                  | 120/15               | 90/15                | 14,39                | 10,79                | 11,90                | 8,80                 | 32,10                   | 24,00                   | 319,84                    | 239,90                    | 5,00                 | 3,74                 | 0,09                  | 0,08                  | 137,38                 | 125,90               | 1,50                | 1,4                  | 22,2                   | 20,4                   |  |
|                          | 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                   |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 20,34                | 16,72                | 15,94                | 12,92                | 59,54                   | 50,94                   | 485,65                    | 403,46                    | 17,80                | 15,99                | 0,23                  | 0,22                  | 404,48                 | 392,20               | 2,53                | 2,40                 | 55,96                  | 53,61                  |  |
|                          | ИТОГО                                                                                              |                      |                      | 53,27                | 42,18                | 57,18                | 42,64                | 242,13                  | 190,81                  | 1661,96                   | 1288,72                   | 49,49                | 39,94                | 0,78                  | 0,64                  | 1162,14                | 952,41               | 21,94               | 19,82                | 190,78                 | 156,24                 |  |
| 3 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                 | 9,6                    | 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                    |  |
| 227/16                   | Ябло вареное                                                                                       | 20                   | 20                   | 2,76                 | 2,76                 | 2,52                 | 2,52                 | 0                       | 0                       | 33,72                     | 33,72                     | 0                    | 0                    | 0,015                 | 0,015                 | 11,00                  | 11,00                | 0,50                | 0,50                 | 2,40                   | 2,40                   |  |
| ТТК - 437                | Чай полусладкий с молоком                                                                          | 180                  | 150                  | 1,46                 | 1,28                 | 1,12                 | 0,94                 | 6,46                    | 5,65                    | 42,00                     | 36,06                     | 1,89                 | 1,56                 | 0,013                 | 0,011                 | 68,8                   | 57,37                | 0,39                | 0,32                 | 7,9                    | 6,7                    |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 14,28                | 11,40                | 14,28                | 12,89                | 66,53                   | 59,91                   | 452,11                    | 365,29                    | 6,02                 | 4,70                 | 0,62                  | 0,47                  | 94,00                  | 76,77                | 1,81                | 1,43                 | 37,20                  | 22,80                  |  |
| Второй завтрак           |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 420/16                   | Разведка                                                                                           | 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                  | 188                    | 124                  | 0,15                | 0,10                 | 21,00                  | 14,00                  |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 4,35                 | 2,90                 | 3,75                 | 2,50                 | 6,30                    | 4,20                    | 76,50                     | 51,00                     | 0,45                 | 0,30                 | 0,03                  | 0,02                  | 186,00                 | 124,00               | 0,15                | 0,10                 | 21,00                  | 14,00                  |  |
| Обед                     |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| 25/04                    | Салат "Стопной"                                                                                    | 50                   | 40                   | 1,08                 | 0,86                 | 4,13                 | 3,31                 | 15,83                   | 14,75                   | 65,25                     | 52,20                     | 6,93                 | 6,67                 | 0,08                  | 0,08                  | 20,20                  | 16,16                | 0,51                | 0,41                 | 11,7                   | 9,4                    |  |
| тк-425                   | Суп "Тричичное зрельство"на говяжьем бульоне                                                       | 200                  | 150                  | 2,34                 | 1,76                 | 5,49                 | 5,87                 | 12,58                   | 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                  |  |
| 267/14                   | Тефтели из говядины (вариант №2) с соусом                                                          | 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-448                  | Пюре из кабачков "Янтарное"                                                                        | 130                  | 100                  | 14,70                | 11,31                | 4,32                 | 3,32                 | 32,42                   | 24,94                   | 227,34                    | 174,88                    | 0                    | 0                    | 0                     | 0                     | 0,67                   | 0,45                 | 0,01                | 0,01                 | 0,07                   | 0,05                   |  |
| 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                 | 13,60                  | 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                   |  |
|                          |                                                                                                    |                      |                      | 28,38                | 24,06                | 22,20                | 19,76                | 118,72                  | 102,06                  | 750,60                    | 632,10                    | 12,75                | 12,12                | 0,26                  | 0,28                  | 79,23                  | 69,01                | 5,91                | 5,04                 | 81,73                  | 67,42                  |  |
| Усиленный полдник        |                                                                                                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |                         |                         |                           |                           |                      |                      |                       |                       |                        |                      |                     |                      |                        |                        |  |
| ТТК-730                  | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным                                                    | 50/30                | 50/30                | 4,24                 | 4,24                 | 6,72                 | 6,72                 | 14,24                   | 14,24                   | 94,38                     | 94,38                     | 1,61                 | 1,61                 | 0,01                  | 0,01                  | 26,50                  | 26,50                | 0,39                | 0,39                 | 5,57                   | 5,57                   |  |
| 321/14                   | Пюре картофельное                                                                                  | 130                  | 100                  | 2,57                 | 1,98                 | 3,96                 | 3,05                 | 15,42                   | 8,79                    | 225,61                    | 170,47                    | 6,00                 | 4,60                 | 0,14                  | 0,11                  | 36,98                  | 29,50                | 10,09               | 0,81                 | 11,05                  | 8,50                   |  |
| 686/04                   | Чай с лимоном (полусладкий)                                                                        | 180                  | 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               | 0,068                | 0,84                   | 0,63                   |  |

|           |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|-----------|------------------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
|           | Хлеб Пшеничный                                       | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | ИТОГО                                                |         |         | 8,60  | 7,96  | 10,92 | 10,00 | 55,88  | 45,49  | 430,16  | 359,69  | 10,91  | 9,48  | 0,17  | 0,14  | 71,33  | 63,11  | 10,79 | 1,49  | 23,12  | 20,36  |
|           | 4 день                                               |         |         | 55,61 | 46,32 | 51,15 | 45,15 | 247,43 | 202,66 | 1709,39 | 1408,08 | 30,13  | 26,60 | 1,06  | 0,91  | 430,56 | 332,69 | 18,66 | 8,06  | 163,05 | 124,58 |
|           | 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  | 139,13  | 104,00  | 0,04   | 0,04  | 0,05  | 0,03  | 5,60   | 6,10   | 0,46  | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 181/16    | Каша молочная манная вязкая с маслом                 | 200/3   | 150/3   | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 162,69  | 4,22   | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 182,00 | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   |
| 591/14    | Кисель из концентрата полуслизкий                    | 180     | 150     | 0,10  | 0,07  | 0     | 0     | 26,48  | 16,11  | 86,30   | 64,73   | 0,96   | 0,72  | 0     | 0     | 24,00  | 18,00  | 1,20  | 0,90  | 12,00  | 9,00   |
|           |                                                      |         |         | 10,45 | 8,03  | 13,24 | 10,24 | 78,73  | 53,81  | 446,13  | 331,62  | 5,22   | 3,93  | 0,43  | 0,32  | 214,60 | 160,10 | 2,06  | 1,51  | 38,70  | 26,12  |
|           | Второй завтрак                                       |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 420/16    | Кефир с сахаром                                      | 100/3   | 100/3   | 2,90  | 2,90  | 2,5   | 2,5   | 4,00   | 4,00   | 50,00   | 50,00   | 0,7    | 0,7   | 0,04  | 0,04  | 120,00 | 120,00 | 12    | 12    | 0,1    | 0,1    |
|           |                                                      |         |         | 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                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 46/16     | Винегрет "Дары осени"                                | 50      | 40      | 0,98  | 0,76  | 3,55  | 2,84  | 13,94  | 13,15  | 51,49   | 41,19   | 9,35   | 7,48  | 0,04  | 0,00  | 11,60  | 9,30   | 0,40  | 0,34  | 10,06  | 8,04   |
| 82/16     | Рассольник Ленинградский со смет на говяжьем бульоне | 200/5   | 150/5   | 2,16  | 1,65  | 4,06  | 3,07  | 13,27  | 9,85   | 117,67  | 86,93   | 6,03   | 4,52  | 0,08  | 0,06  | 21,16  | 15,87  | 0,80  | 0,60  | 20,70  | 15,53  |
| ТТК-331   | Котлеты "Любимые"                                    | 75      | 50      | 10,5  | 7,00  | 9,00  | 6,00  | 11,00  | 7,33   | 167,00  | 111,33  | 0      | 0     | 0,083 | 0,056 | 12,74  | 10,2   | 1,27  | 1,1   | 11,1   | 7,4    |
| 182/16    | Каша ячневая вязкая с маслом                         | 130/3   | 100/3   | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0      | 0     | 0,06  | 0,06  | 23     | 18     | 0,5   | 0,4   | 7,21   | 5,9    |
| 342/15    | Напиток "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.              | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54   | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|           | Хлеб Пшеничный                                       | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|           | Хлеб Ржаной                                          | 1/41,43 | 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   |
|           |                                                      |         |         | 20,50 | 16,58 | 21,12 | 15,51 | 106,44 | 89,67  | 706,11  | 574,65  | 19,92  | 15,41 | 0,45  | 0,35  | 89,00  | 72,27  | 4,65  | 4,07  | 77,73  | 64,63  |
|           | Усиленный полдник                                    |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК - 437 | Чай полуслизкий 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    |
| 203/16    | Запеканка рисовая с творогом с повидлом              | 120/15  | 90/15   | 12,50 | 9,38  | 17,92 | 9,62  | 36,45  | 26,28  | 365,07  | 261,22  | 0,95   | 0,87  | 0,08  | 0,06  | 265,7  | 199,5  | 0,84  | 0,63  | 16,10  | 7,10   |
| 386/16    | Десерт фруктовый Мандарины                           | 70      | 70      | 0,63  | 0,63  | 0,17  | 0,17  | 17,13  | 17,13  | 72,00   | 72,00   | 30,00  | 30,00 | 0,04  | 0,04  | 27,80  | 27,80  | 0,12  | 0,12  | 10,1   | 10,1   |
|           | 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   |
|           |                                                      |         |         | 16,11 | 12,79 | 19,39 | 10,91 | 70,98  | 63,00  | 526,53  | 436,74  | 32,84  | 32,45 | 0,15  | 0,13  | 366,90 | 289,27 | 1,57  | 1,29  | 39,76  | 29,56  |
|           |                                                      |         |         | 49,96 | 39,30 | 56,25 | 39,16 | 260,15 | 210,46 | 1728,77 | 1393,01 | 58,68  | 52,49 | 1,08  | 0,84  | 790,50 | 641,64 | 20,28 | 16,67 | 156,29 | 120,41 |
|           | 5 день                                               |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|           | Завтрак                                              |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 1/16      | Бутерброд с маслом                                   | 30/5    | 20/5    | 3     | 1,53  | 0     | 4,21  | 0      | 13,18  | 0       | 85,37   | 0      | 0     | 0     | 0,03  | 0      | 6,1    | 0     | 0,31  | 0      | 6,2    |
| 100/16    | Суп молочный с макаронными изд                       | 200     | 150     | 4,58  | 3,44  | 3,84  | 2,88  | 37,86  | 23,39  | 184,28  | 153,21  | 1,30   | 0,98  | 0,11  | 0,09  | 202,03 | 161,62 | 0,67  | 0,53  | 16,14  | 8,10   |
| т.к. № 17 | Кофейный напиток полуслизкий                         | 180     | 150     | 2,52  | 2,10  | 1,84  | 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   | 19,00  | 16,50  |
|           |                                                      |         |         | 10,10 | 7,07  | 5,48  | 4,46  | 51,80  | 48,19  | 264,89  | 305,75  | 2,05   | 1,60  | 0,14  | 0,15  | 312,63 | 259,92 | 0,87  | 1,04  | 35,94  | 30,80  |
|           | Второй завтрак                                       |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04    | Сок фруктовый разливной                              | 150     | 130     | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60   | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,5   | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
| Пром      | Печенье                                              | 23      | 23      | 1,65  | 1,65  | 2,10  | 2,10  | 16,32  | 16,32  | 77,69   | 77,69   | 0      | 0     | 0,03  | 0,03  | 6,90   | 6,90   | 0,41  | 0,41  | 4,40   | 4,40   |
|           |                                                      |         |         | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60   | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,50  | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
|           | Обед                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 41/16     | 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    |
| 88/15     | Щи из св.капусты с карт.на говяжьем бульоне, со смет | 200/5   | 150/5   | 6,82  | 4,98  | 8,23  | 7,84  | 9,76   | 5,16   | 137,57  | 126,02  | 28,89  | 19,22 | 0,04  | 0,03  | 39,4   | 29,5   | 0,66  | 0,49  | 17,80  | 13,35  |
| 321/16    | Плов "Золотой петушок"                               | 50/150  | 25/100  | 8,14  | 4,07  | 14,74 | 8,13  | 40,39  | 26,86  | 393,73  | 233,15  | 3,41   | 2,27  | 0,06  | 0,04  | 38,59  | 26,71  | 1,42  | 0,96  | 13,70  | 6,85   |
| 417/16    | Напиток из шиповника                                 | 180     | 150     | 0,68  | 0,51  | 0,28  | 0,21  | 18,97  | 14,23  | 61,30   | 61,00   | 100,00 | 75,00 | 0,010 | 0,010 | 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                                          | 1/41,43 | 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   |
|           |                                                      |         |         | 19,92 | 13,89 | 26,50 | 15,92 | 105,11 | 81,23  | 786,16  | 585,53  | 135,77 | 99,29 | 0,21  | 0,17  | 123,99 | 94,81  | 4,87  | 3,95  | 72,06  | 57,46  |
|           | Усиленный полдник                                    |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК - 437 | Чай полуслизкий 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    |
| 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    |

|                   |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
|-------------------|---------------------------------------------------------|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|---------------|--------|----------|-------|---------------------------|---------|----------|-------|----------|--------|
| 148/16            | Рagu овощное                                            | 150              | 100              | 2,36                  | 1,57                  | 10,96                 | 7,31                  | 24,41                 | 16,27                 | 166,00                 | 110,70                 | 8,19          | 5,50   | 0,07     | 0,05  | 34,6                      | 23,1    | 0,98     | 0,65  | 28,6     | 19,1   |
| 284/2016          | Суджле из рыбы                                          | 80/3             | 80/3             | 12,81                 | 8,70                  | 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     | 0,48  | 20,8     | 15,5   |
|                   | 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   |
|                   |                                                         |                  |                  | 18,68                 | 14,46                 | 19,10                 | 13,47                 | 55,00                 | 44,70                 | 422,71                 | 327,22                 | 21,34         | 17,72  | 0,18     | 0,15  | 163,00                    | 129,77  | 2,83     | 2,25  | 71,76    | 55,46  |
|                   |                                                         |                  |                  | 49,35                 | 36,07                 | 51,08                 | 40,85                 | 227,06                | 187,25                | 1537,35                | 1273,62                | 162,76        | 121,73 | 0,55     | 0,48  | 610,12                    | 493,60  | 10,87    | 9,06  | 185,76   | 146,92 |
| 6 день            |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
| Завтрак           |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
| 1/16              | Бутерброд с маслом                                      | 30/5             | 20/5             | 2,25                  | 1,53                  | 4,90                  | 4,21                  | 18,46                 | 13,18                 | 115,82                 | 85,37                  | 0             | 0      | 0,05     | 0,03  | 8,6                       | 6,1     | 0,46     | 0,31  | 8,7      | 6,2    |
| 173/18            | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом                 | 200/3            | 150/3            | 7,99                  | 6,00                  | 7,33                  | 4,54                  | 37,51                 | 28,14                 | 230,02                 | 177,48                 | 1,31          | 0,98   | 0,07     | 0,05  | 142,08                    | 106,6   | 0,110    | 0,08  | 24,33    | 11,25  |
| тпк №18           | Каша с молоком полусладкой                              | 180              | 150              | 3,09                  | 2,58                  | 2,57                  | 2,14                  | 15,74                 | 13,11                 | 99,39                  | 81,99                  | 3,63          | 3,03   | 0,028    | 0,024 | 109,44                    | 91,2    | 0,32     | 0,27  | 14,22    | 11,85  |
|                   |                                                         |                  |                  | 13,33                 | 10,11                 | 14,89                 | 10,89                 | 71,71                 | 54,43                 | 444,23                 | 344,84                 | 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 разлитой                                  | 150              | 130              | 0,75                  | 0,65                  | 0                     | 0                     | 15,15                 | 13,13                 | 63,60                  | 55,12                  | 3,60          | 3,12   | 0,02     | 0,01  | 10,5                      | 9,10    | 2,10     | 1,82  | 6,00     | 3,20   |
|                   |                                                         |                  |                  | 0,75                  | 0,65                  | 0                     | 0                     | 15,15                 | 13,13                 | 63,60                  | 55,12                  | 3,60          | 3,12   | 0,02     | 0,01  | 10,50                     | 9,10    | 2,10     | 1,82  | 6,00     | 3,20   |
| Обед              |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
| 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                  | 1,36                  | 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   |
| 182/16            | Каша пшеничная вязкая                                   | 130              | 100              | 3,70                  | 2,85                  | 4,21                  | 3,24                  | 21,17                 | 16,28                 | 137,80                 | 106,00                 | 0             | 0      | 0,09     | 0,07  | 10,23                     | 7,9     | 0,9      | 0,7   | 26,43    | 20,33  |
| 260/17            | Гуляш из говядины                                       | 50/50            | 50/50            | 14,55                 | 14,55                 | 16,78                 | 16,78                 | 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  |
| 342/15            | Напиток "Плодово-ягодный" из свежих б.                  | 180              | 150              | 0,18                  | 0,14                  | 0,18                  | 0,14                  | 10,06                 | 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 Разной                                             | 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   |
|                   |                                                         |                  |                  | 25,15                 | 23,62                 | 32,70                 | 27,12                 | 108,52                | 87,69                 | 778,66                 | 678,31                 | 32,36         | 30,23  | 0,44     | 0,37  | 119,96                    | 101,17  | 6,75     | 6,07  | 103,72   | 88,08  |
| Усиленный полдник |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
| 219/2016          | Макаронные изделия отварные                             | 130              | 100              | 4,62                  | 3,57                  | 3,78                  | 2,91                  | 31,67                 | 24,36                 | 179,30                 | 137,92                 | 0             | 0      | 0,08     | 0,08  | 17,06                     | 13,15   | 0,8      | 0,46  | 18,8     | 14,5   |
| 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                  | 0,84          | 0,64   | 0,065    | 0,065 | 9,85                      | 9,85    | 1,01     | 1,01  | 15,45    | 15,45  |
| 686/04            | Чай с лимоном (полусладкий)                             | 180              | 150              | 0,27                  | 0,22                  | 0,06                  | 0,05                  | 15,28                 | 11,52                 | 62,73                  | 47,36                  | 3,30          | 3,27   | 0,003    | 0,002 | 3,25                      | 2,43    | 0,087    | 0,065 | 0,84     | 0,63   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                          | 1/20             | 1/20             | 1,52                  | 1,52                  | 0,18                  | 0,18                  | 10,94                 | 10,94                 | 47,46                  | 47,46                  | 0             | 0      | 0,02     | 0,02  | 4,6                       | 4,6     | 0,22     | 0,22  | 5,66     | 5,66   |
|                   |                                                         |                  |                  | 11,85                 | 10,65                 | 7,84                  | 6,96                  | 69,78                 | 58,71                 | 373,59                 | 316,86                 | 3,94          | 3,91   | 0,17     | 0,15  | 34,79                     | 30,93   | 1,92     | 1,76  | 40,76    | 36,24  |
|                   |                                                         |                  |                  | 51,18                 | 45,23                 | 55,43                 | 44,97                 | 265,16                | 213,36                | 1660,08                | 1395,13                | 44,84         | 41,27  | 0,78     | 0,63  | 425,37                    | 344,20  | 11,66    | 10,31 | 197,72   | 156,82 |
| Итого             |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
|                   |                                                         |                  |                  | 332,30                | 262,37                | 367,32                | 286,92                | 1545,60               | 1250,30               | 10933,30               | 8795,27                | 316,40        | 253,62 | 5,76     | 4,44  | 5303,04                   | 4529,60 | 76,90    | 54,84 | 1146,83  | 658,40 |
|                   |                                                         |                  |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                        |                        |               |        |          |       |                           |         |          |       |          |        |
|                   |                                                         | Масса порция, гр | Масса порция, 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) |        |          |       | Минеральные вещества (мг) |         |          |       |          |        |
|                   |                                                         | Дет. сад         | Ясли             | Белки                 | Белки                 | Жиры                  | Жиры                  | Углеводы              | 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   |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                                                         |                  |                  | 276,90                | 218,57                | 306,10                | 239,10                | 1287,90               | 1041,90               | 9027,80                | 7329,40                | 263,70        | 211,10 | 4,80     | 3,70  | 4419,20                   | 3774,70 | 64,10    | 45,70 | 955,70   | 548,70 |
| В среднем в день: |                                                         |                  |                  | 55,37                 | 43,70                 | 61,22                 | 47,82                 | 257,60                | 208,40                | 1805,50                | 1465,87                | 52,70         | 42,42  | 0,96     | 0,74  | 883,84                    | 754,90  | 12,80    | 9,14  | 191,13   | 109,70 |

| № рецепта | Прием пищи, Наименование блюда | Масса порции, гр |        | Пищевые вещества (гр) |      |          |      |          |       | Энерг. ценность |        | Витамины (мг) |      |          |      | Минер. вещества (мг) |      |          |      |       |      |
|-----------|--------------------------------|------------------|--------|-----------------------|------|----------|------|----------|-------|-----------------|--------|---------------|------|----------|------|----------------------|------|----------|------|-------|------|
|           |                                |                  |        | Белки                 |      | Жиры     |      | Углеводы |       |                 |        | 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 | Дет. сад | Ясли |       |      |
| II неделя |                                |                  |        |                       |      |          |      |          |       |                 |        |               |      |          |      |                      |      |          |      |       |      |
| 1 день    |                                |                  |        |                       |      |          |      |          |       |                 |        |               |      |          |      |                      |      |          |      |       |      |
| Завтрак   |                                |                  |        |                       |      |          |      |          |       |                 |        |               |      |          |      |                      |      |          |      |       |      |
| 3/04      | Бутерброд с маслом с сыром     | 30/5/10          | 20/5/5 | 5,19                  | 3,00 | 7,24     | 5,82 | 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    | 200/3   | 150/3   | 8,04  | 6,78  | 13,44 | 10,08 | 40,16  | 30,12  | 318,00  | 238,50  | 0,96  | 0,72  | 0,21  | 0,16  | 159    | 119    | 2,1   | 1,57  | 24,0   | 18,00  |
| ТТК - 437         | Чай полусладкий с молоком                       | 180     | 150     | 1,46  | 1,28  | 1,12  | 0,94  | 6,46   | 5,65   | 42,00   | 36,06   | 1,89  | 1,58  | 0,013 | 0,011 | 66,8   | 57,37  | 0,39  | 0,32  | 7,9    | 6,7    |
|                   |                                                 |         |         | 15,89 | 11,04 | 21,80 | 16,64 | 65,11  | 48,10  | 507,90  | 378,56  | 2,93  | 2,34  | 0,27  | 0,20  | 236,10 | 182,47 | 2,95  | 2,20  | 45,30  | 33,60  |
| Второй завтрак    |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04            | Сок фруктовый разливной                         | 150     | 130     | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,5   | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
|                   |                                                 |         |         | 0,75  | 0,65  | 0,00  | 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              |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 47/17             | Салат из клешней капусты                        | 50      | 40      | 0,85  | 0,88  | 2,50  | 2,00  | 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   |
| 91/16             | Суп карт.клецками на говяжьем бульоне           | 200     | 150     | 7,90  | 7,18  | 9,41  | 8,54  | 26,71  | 22,80  | 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-730           | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным | 50/30   | 50/30   | 4,24  | 4,24  | 6,72  | 6,72  | 14,24  | 14,24  | 94,38   | 94,38   | 1,61  | 1,61  | 0,01  | 0,01  | 26,50  | 26,50  | 0,39  | 0,39  | 5,57   | 5,57   |
| 321/14            | Пюре картофельное                               | 130     | 100     | 2,57  | 1,98  | 3,96  | 3,05  | 15,42  | 8,79   | 225,01  | 170,47  | 6,00  | 4,60  | 0,14  | 0,11  | 38,98  | 29,58  | 10,09 | 0,81  | 11,05  | 8,90   |
| 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   |
|                   | 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   |
|                   |                                                 |         |         | 19,56 | 17,99 | 23,23 | 20,95 | 119,96 | 96,00  | 768,21  | 654,92  | 39,88 | 24,20 | 0,31  | 0,26  | 149,98 | 125,78 | 14,81 | 4,87  | 75,64  | 63,50  |
| Усиленный полдник |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 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   | 0,64  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
| 164/14            | Каша молочная "Дружба" вязкая с маслом          | 200/3   | 150/3   | 7,46  | 5,90  | 8,86  | 7,55  | 36,71  | 28,77  | 316,27  | 249,91  | 5,92  | 4,44  | 0,12  | 0,09  | 96,5   | 71,5   | 1,10  | 0,82  | 7,21   | 5,6    |
| Пром              | Пряник                                          | 42      | 42      | 2,10  | 2,10  | 1,60  | 1,60  | 26,30  | 26,30  | 128,00  | 128,00  | 0     | 0     | 0,04  | 0,04  | 3,90   | 3,90   | 0,30  | 0,30  | 3,42   | 3,42   |
| 366/16            | Десерт фруктовый Яблоко                         | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,80   | 9,40   | 45,26   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,80  | 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   |
|                   |                                                 |         |         | 11,71 | 9,78  | 11,07 | 9,74  | 88,91  | 79,20  | 558,02  | 484,15  | 16,52 | 14,89 | 0,20  | 0,17  | 126,05 | 98,99  | 3,06  | 2,54  | 29,69  | 26,48  |
|                   |                                                 |         |         | 47,71 | 39,46 | 56,10 | 47,33 | 289,13 | 236,43 | 1897,73 | 1572,75 | 54,33 | 44,55 | 0,80  | 0,64  | 522,63 | 416,34 | 22,92 | 11,43 | 156,63 | 126,78 |
| 2 день            |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 2/16              | Бутерброд с помидом                             | 30/5/10 | 20/5/10 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 16,21  | 134,93  | 106,80  | 0,10  | 0,10  | 0,02  | 0,01  | 5,2    | 3,4    | 0,22  | 0,11  | 9,6    | 7,5    |
| 161/16            | Каша молочная вязкая с маслом                   | 200/3   | 150/3   | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 182,89  | 4,22  | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 182,00 | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   |
| тк 17             | Кофейный напиток полусладкий                    | 180     | 150     | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,82  | 80,61   | 67,17   | 0,75  | 0,62  | 0,03  | 0,03  | 110,60 | 92,2   | 0,20  | 0,2   | 19,80  | 16,50  |
|                   |                                                 |         |         | 11,40 | 8,59  | 13,46 | 10,19 | 69,11  | 53,20  | 445,24  | 338,86  | 5,07  | 3,89  | 0,43  | 0,33  | 297,60 | 231,60 | 0,82  | 0,61  | 42,70  | 32,22  |
| Второй завтрак    |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04            | Сок фруктовый разливной                         | 150     | 130     | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,5   | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
|                   |                                                 |         |         | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,50  | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
| Обед              |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 35/16             | Салат из свеклы с зеленым горошком              | 50      | 40      | 0,82  | 0,86  | 2,08  | 1,65  | 3,64   | 2,91   | 38,45   | 29,20   | 3,43  | 2,74  | 0,02  | 0,02  | 14,20  | 11,40  | 0,66  | 0,52  | 9,20   | 7,40   |
| 135/04            | Суп из овощей на говяжьем бульоне со сметаной   | 200/5   | 150/5   | 1,92  | 1,47  | 3,79  | 3,03  | 9,64   | 5,78   | 92,33   | 69,25   | 20,14 | 18,86 | 0,058 | 0,043 | 67,64  | 59,58  | 1,14  | 0,87  | 20,82  | 14,77  |
| 287/14            | Тефтели из говядины (вариант №2) с соусом       | 50/30   | 50/30   | 5,92  | 5,92  | 6,80  | 6,80  | 7,50   | 7,50   | 113,45  | 113,45  | 0,33  | 0,33  | 0,04  | 0,04  | 18,78  | 18,78  | 0,54  | 0,54  | 8,60   | 8,60   |
| 219/16            | Макаронные изделия отварные                     | 130     | 100     | 4,64  | 3,57  | 3,76  | 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  |
| 342/15            | Напиток "Фруктово-ягодный" из свежих бб.        | 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                                     | 1/41,43 | 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   |
|                   |                                                 |         |         | 17,32 | 15,60 | 17,05 | 14,97 | 102,39 | 85,72  | 632,71  | 541,36  | 28,44 | 25,34 | 0,37  | 0,30  | 168,19 | 151,79 | 4,61  | 4,02  | 96,28  | 80,33  |
| Усиленный полдник |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 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  |
| 182/2016          | Каша пшеничная вязкая                           | 130     | 100     | 4,03  | 3,10  | 3,80  | 2,93  | 21,10  | 16,23  | 134,75  | 103,86  | 0     | 0     | 0,09  | 0,07  | 23     | 18     | 0,5   | 0,4   | 18,5   | 14,2   |
| 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   | 0,64  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|                   | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                 |         |         | 11,29 | 10,31 | 7,80  | 6,93  | 48,99  | 42,85  | 287,35  | 251,00  | 0,64  | 0,64  | 0,16  | 0,16  | 42,50  | 36,24  | 2,57  | 2,26  | 44,01  | 38,61  |
|                   |                                                 |         |         | 40,76 | 35,15 | 38,31 | 32,09 | 235,64 | 194,90 | 1428,90 | 1186,34 | 37,78 | 32,99 | 0,99  | 0,79  | 518,99 | 428,73 | 16,10 | 8,71  | 168,99 | 154,36 |
| 3 день            |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 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 пшеница с маслом                  | 200/3   | 150/3   | 7,79  | 5,85  | 6,15  | 5,23  | 38,72  | 29,05  | 241,46  | 186,71  | 4,03   | 3,02   | 0,07  | 0,03  | 9,00   | 5,00   | 0,70  | 0,50  | 25,30  | 14,00  |     |
| тк №18            | Каша с молоком полусладкой                      | 180     | 150     | 3,70  | 2,80  | 3,90  | 2,90  | 25,90  | 19,40  | 138,50  | 115,40  | 3,63   | 3,03   | 0,03  | 0,02  | 100,44 | 91,2   | 0,32  | 0,27  | 14,22  | 11,85  |     |
|                   |                                                 |         |         | 15,23 | 11,80 | 15,96 | 10,13 | 81,05  | 61,61  | 510,09  | 373,61  | 7,70   | 6,09   | 0,15  | 0,08  | 127,04 | 138,99 | 1,48  | 1,11  | 52,92  | 33,25  |     |
| Второй завтрак    |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 420/16            | Кефир с сахаром                                 | 100/3   | 100/3   | 2,90  | 2,90  | 2,5   | 2,5   | 4,00   | 4,00   | 50,00   | 50,00   | 0,7    | 0,7    | 0,04  | 0,04  | 120,00 | 120,00 | 12    | 12    | 0,1    | 0,1    |     |
|                   |                                                 |         |         | 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              |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 25/04             | Салат "Степной"                                 | 50      | 40      | 1,08  | 0,88  | 4,13  | 3,31  | 15,93  | 14,75  | 65,25   | 52,20   | 6,93   | 6,67   | 0,08  | 0,08  | 20,20  | 16,16  | 0,51  | 0,41  | 11,7   | 9,4    |     |
| тк-425            | Суп "Гречинское зернышко" на говяжьем бульоне   | 200     | 150     | 2,34  | 1,78  | 6,49  | 5,67  | 12,58  | 9,42   | 132,04  | 99,03   | 5,46   | 3,10   | 0,08  | 0,10  | 8,25   | 6,60   | 1,4   | 1,12  | 22,5   | 14,00  |     |
| ТТК-649х          | Биточки "Рыбешка"                               | 75      | 50      | 1,58  | 1,06  | 6,58  | 4,78  | 19,45  | 6,30   | 83,07   | 62,92   | 0,02   | 0,14   | 0,062 | 0,055 | 10,34  | 6,98   | 1,14  | 0,77  | 6,22   | 4,15   |     |
| 182/15            | Каша ячневая вязкая с маслом                    | 130/3   | 100/3   | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0      | 0      | 0,08  | 0,08  | 23     | 18     | 0,5   | 0,4   | 7,21   | 5,9    |     |
| ТТК №3            | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкой  | 180     | 150     | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 55,94   | 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  | 5,86   | 5,86   |     |
|                   | 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   |     |
|                   |                                                 |         |         | 12,18 | 10,08 | 21,52 | 17,44 | 116,54 | 89,99  | 651,65  | 538,35  | 12,44  | 11,93  | 0,38  | 0,36  | 93,14  | 74,78  | 7,00  | 5,66  | 86,49  | 60,82  |     |
| Усиленный полдник |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 666/04            | Чай с лимоном (полусладкой)                     | 180     | 150     | 0,27  | 0,22  | 0,06  | 0,05  | 15,28  | 11,52  | 82,73   | 47,38   | 3,30   | 3,27   | 0,003 | 0,002 | 3,25   | 2,43   | 0,087 | 0,065 | 0,84   | 0,63   |     |
| тк-24             | Сырники из творога со сгущенным молоком         | 100/15  | 75/10   | 10,98 | 8,23  | 18,37 | 9,28  | 35,39  | 28,54  | 388,47  | 291,35  | 0,69   | 0,52   | 0,15  | 0,11  | 367,45 | 275,60 | 1,19  | 0,9   | 17,0   | 10,3   |     |
| 386/16            | Десерт фруктовый Мандарины                      | 70      | 70      | 0,63  | 0,63  | 0,17  | 0,17  | 17,13  | 17,13  | 72,00   | 72,00   | 30,00  | 30,00  | 0,04  | 0,04  | 27,80  | 27,80  | 0,12  | 0,12  | 10,1   | 10,1   |     |
|                   | 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  | 5,86   | 5,86   |     |
|                   |                                                 |         |         | 13,40 | 10,60 | 18,78 | 9,68  | 78,74  | 66,13  | 570,66  | 458,19  | 33,99  | 33,79  | 0,21  | 0,17  | 403,10 | 310,43 | 1,62  | 1,30  | 33,60  | 26,64  |     |
|                   |                                                 |         |         | 43,71 | 35,18 | 58,76 | 39,75 | 280,33 | 221,73 | 1782,40 | 1419,55 | 84,83  | 52,51  | 0,78  | 0,65  | 743,28 | 644,20 | 22,10 | 20,07 | 173,11 | 128,81 |     |
| 4 день            |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| Завтрак           |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 2/16              | Бутерброд с повидлом                            | 30/5/10 | 20/5/10 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 18,21  | 134,93  | 108,80  | 0,10   | 0,10   | 0,02  | 0,01  | 5,2    | 3,4    | 0,22  | 0,11  | 9,6    | 7,5    |     |
| 227/16            | Яйцо вареное                                    | 20      | 20      | 2,76  | 2,76  | 2,52  | 2,52  | 0      | 0      | 33,72   | 33,72   | 0      | 0      | 0,015 | 0,015 | 11,00  | 11,00  | 0,50  | 0,50  | 2,40   | 2,40   |     |
| 97/16             | Суп молочный с рисом                            | 200     | 150     | 3,80  | 2,85  | 4,89  | 3,80  | 18,93  | 11,20  | 129,95  | 91,43   | 0,88   | 0,73   | 0,036 | 0,027 | 169,56 | 127,17 | 0,222 | 0,166 | 12,52  | 6,89   |     |
| ТТК - 437         | Чай полусладкий с молоком                       | 180     | 150     | 1,46  | 1,28  | 1,12  | 0,94  | 6,46   | 5,68   | 42,00   | 36,08   | 1,89   | 1,58   | 0,013 | 0,011 | 68,8   | 57,37  | 0,39  | 0,32  | 7,9    | 6,7    |     |
|                   |                                                 |         |         | 10,28 | 8,40  | 13,02 | 11,46 | 46,74  | 33,08  | 340,60  | 270,01  | 2,87   | 2,41   | 0,08  | 0,06  | 254,56 | 198,94 | 1,33  | 1,10  | 32,42  | 23,49  |     |
| Второй завтрак    |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 707/04            | Сок фруктовый разливной                         | 150     | 130     | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,10  | 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   |     |
|                   |                                                 |         |         | 0,76  | 0,66  | 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              |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| ТТК № 310         | Салат Метеора                                   | 50      | 40      | 0,95  | 0,78  | 5,05  | 4,04  | 3,57   | 2,86   | 83,55   | 50,84   | 21,50  | 17,20  | 0,03  | 0,02  | 21,1   | 14,06  | 0,80  | 0,53  | 10,45  | 8,36   |     |
| 87/2016           | 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  | 12,85  | 9,82   | 0,18  | 0,16  | 38,08  | 30,46  | 2,03  | 1,82  | 20,24  | 15,18  |     |
| ТТК-738х          | Котлеты "Храстинские"                           | 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 | 35,86  | 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  |     |
| 417/16            | Напиток из шиповника                            | 180     | 150     | 0,88  | 0,51  | 0,28  | 0,21  | 16,97  | 14,23  | 81,30   | 61,00   | 100,00 | 75,00  | 0,010 | 0,010 | 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  | 5,86   | 5,86   |     |
|                   | Хлеб Ржаной                                     | 1/41,43 | 1/41,43 | 2,32  | 2,32  | 0,46  | 0,46  | 19,94  | 19,94  | 85,14   | 85,14   | 0      | 0      | 0,04  | 0,04  | 9,5    | 9,5    | 1,28  | 1,28  | 19,4   | 19,4   |     |
|                   |                                                 |         |         | 31,16 | 22,99 | 32,43 | 22,47 | 105,64 | 80,78  | 808,24  | 633,41  | 134,91 | 102,39 | 0,53  | 0,43  | 158,13 | 119,65 | 8,88  | 7,90  | 88,97  | 70,59  |     |
| Усиленный полдник |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| 280/15            | Тфтели из птицы с соусом сметанным с томатом    | 80/30   | 50/30   | 11,56 | 11,56 | 8,77  | 8,77  | 18,03  | 18,03  | 173,34  | 173,34  | 2,97   | 2,97   | 0,04  | 0,04  | 23,83  | 23,83  | 0,51  | 0,51  | 8,60   | 8,60   |     |
| 321/14            | Пюре картофельное                               | 130     | 100     | 2,57  | 1,98  | 3,96  | 3,05  | 15,42  | 8,79   | 225,61  | 170,47  | 5,00   | 4,50   | 0,14  | 0,11  | 36,98  | 29,58  | 10,09 | 0,81  | 11,05  | 8,50   |     |
| 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  | 5,86   | 5,86   |     |
|                   |                                                 |         |         | 15,85 | 15,21 | 12,91 | 12,00 | 49,45  | 41,55  | 467,45  | 407,05  | 8,97   | 7,57   | 0,20  | 0,17  | 70,26  | 61,60  | 11,86 | 2,17  | 29,71  | 26,06  |     |
|                   |                                                 |         |         | 58,05 | 47,25 | 58,36 | 45,93 | 216,98 | 168,52 | 1679,89 | 1385,59 | 150,35 | 115,49 | 0,84  | 0,68  | 493,45 | 389,49 | 23,97 | 12,09 | 157,10 | 123,34 |     |
| 5 день            |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |
| Завтрак           |                                                 |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |     |

|                   |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
|-------------------|------------------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 1/16              | Бутерброд с маслом                                   | 30/5    | 20/5    | 2,25  | 1,53  | 4,99  | 4,21  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 85,37   | 0     | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,6    | 6,1    | 0,46  | 0,31  | 8,7    | 6,2    |
| 173/16            | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом              | 200/3   | 150/3   | 7,99  | 6,00  | 7,33  | 4,54  | 37,51  | 28,14  | 230,02  | 177,48  | 1,31  | 0,98  | 0,07  | 0,05  | 142,08 | 106,6  | 0,110 | 0,08  | 24,33  | 11,25  |
| 591/14            | Кисель из концентрата полуспадный                    | 180     | 150     | 0,10  | 0,07  | 0     | 0     | 28,48  | 16,11  | 88,30   | 64,73   | 0,86  | 0,72  | 0     | 0     | 24,00  | 18,00  | 1,20  | 0,90  | 12,00  | 9,00   |
|                   |                                                      |         |         | 10,34 | 7,60  | 12,32 | 8,75  | 84,45  | 57,43  | 432,14  | 327,58  | 2,27  | 1,79  | 0,12  | 0,08  | 174,68 | 130,70 | 1,77  | 1,29  | 45,03  | 26,45  |
| Второй завтрак    |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 420/16            | Кефир с сахаром                                      | 100/3   | 100/3   | 2,90  | 2,90  | 2,5   | 2,5   | 4,00   | 4,00   | 50,00   | 50,00   | 0,7   | 0,7   | 0,04  | 0,04  | 120,00 | 120,00 | 12    | 12    | 0,1    | 0,1    |
|                   |                                                      |         |         | 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              |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК №676          | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком     | 50      | 40      | 0,95  | 0,78  | 4,18  | 3,33  | 5,51   | 4,49   | 52,03   | 41,82   | 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 смет на говяжьем бульоне | 200/5   | 150/5   | 2,16  | 1,65  | 4,08  | 3,07  | 13,27  | 9,95   | 117,67  | 98,93   | 9,03  | 4,52  | 0,08  | 0,06  | 21,16  | 15,87  | 0,80  | 0,60  | 20,70  | 15,53  |
| 258/14            | Жаркое из мякоти теляды                              | 50/100  | 25/75   | 17,24 | 7,83  | 10,44 | 7,00  | 19,02  | 8,01   | 228,99  | 146,00  | 8,18  | 5,45  | 0,04  | 0,02  | 18,83  | 12,55  | 0,17  | 0,11  | 18,40  | 9,80   |
| ТТК №3            | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полуспадный       | 180     | 150     | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 58,94   | 0,03  | 0,02  | 0     | 0     | 17,25  | 12,94  | 1,95  | 1,46  | 13,80  | 10,35  |
|                   | Хлеб Пшеничный                                       | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                          | 1/41,43 | 1/41,43 | 2,32  | 2,32  | 0,46  | 0,46  | 19,94  | 19,94  | 85,14   | 85,14   | 0     | 0     | 0,04  | 0,04  | 9,5    | 9,5    | 1,28  | 1,28  | 19,4   | 19,4   |
|                   |                                                      |         |         | 24,69 | 14,45 | 19,35 | 14,06 | 88,21  | 65,90  | 611,21  | 479,09  | 22,89 | 16,91 | 0,21  | 0,16  | 66,68  | 67,74  | 4,71  | 3,91  | 85,31  | 66,72  |
| Усиленный полдник |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 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  | 264,40 | 246,50 | 0,24  | 0,21  | 22,04  | 19,10  |
| 229/16            | Сметан натуральный                                   | 80/5    | 60/5    | 7,52  | 5,73  | 13,46 | 11,04 | 1,51   | 1,10   | 157,00  | 127,00  | 0,05  | 0,04  | 0,15  | 0,10  | 62,8   | 46,4   | 1,5   | 1,2   | 10,4   | 7,8    |
| 219/16            | Макаронные изделия отварные                          | 130     | 100     | 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  |
| Пром              | Печенье                                              | 23      | 23      | 1,65  | 1,65  | 2,10  | 2,10  | 16,32  | 16,32  | 77,69   | 77,69   | 0     | 0     | 0,03  | 0,03  | 6,90   | 6,90   | 0,41  | 0,41  | 4,40   | 4,40   |
| 386/16            | Десерт фруктовый Яблоко                              | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
|                   | Хлеб Пшеничный                                       | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                      |         |         | 20,35 | 16,88 | 23,91 | 20,07 | 77,93  | 68,72  | 591,05  | 506,17  | 13,10 | 12,29 | 0,41  | 0,33  | 421,79 | 362,75 | 3,61  | 3,05  | 80,50  | 67,26  |
|                   |                                                      |         |         | 58,28 | 41,83 | 58,08 | 45,38 | 254,59 | 196,05 | 1684,40 | 1362,84 | 38,96 | 31,60 | 0,78  | 0,61  | 803,16 | 681,19 | 22,09 | 20,25 | 210,94 | 180,53 |
| 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   |
| 182/17            | Каша вязкая ячневая молочная с маслом                | 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  |
| ТТК - 437         | Чай полуспадный 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    |
|                   |                                                      |         |         | 11,04 | 8,27  | 16,59 | 13,37 | 67,01  | 51,26  | 462,93  | 359,36  | 1,99  | 1,68  | 0,17  | 0,12  | 234,16 | 180,89 | 1,55  | 1,13  | 54,01  | 41,60  |
| Второй завтрак    |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04            | Сок фруктовый разливной                              | 150     | 130     | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,80  | 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   | 3,80  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,58  | 9,10   | 2,10  | 1,82  | 6,00   | 3,20   |
| Обед              |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК № 65          | Салат Здоровье                                       | 50      | 40      | 4,45  | 3,56  | 4,50  | 3,60  | 9,00   | 7,20   | 27,50   | 22,00   | 3,75  | 3,00  | 0,03  | 0,02  | 10,95  | 8,76   | 0,2   | 0,12  | 9,0    | 7,20   |
| 88/16             | Щи из свеклы с ккарт.из говяжьем бульоне до смет     | 200/5   | 150/5   | 6,62  | 4,96  | 8,23  | 7,84  | 9,76   | 5,16   | 137,57  | 126,02  | 28,89 | 19,22 | 0,04  | 0,03  | 39,4   | 29,5   | 0,66  | 0,49  | 17,80  | 13,35  |
| 182/16            | Каша пшеница 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-331           | Котлеты "Любимые"                                    | 75      | 50      | 10,5  | 7,00  | 9,00  | 6,00  | 11,00  | 7,33   | 167,00  | 111,33  | 0     | 0     | 0,083 | 0,066 | 12,74  | 10,2   | 1,27  | 1,1   | 11,1   | 7,4    |
| 342/15            | Напиток "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.               | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,90   | 2,70   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                       | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                          | 1/41,43 | 1/41,43 | 2,32  | 2,32  | 0,46  | 0,46  | 19,94  | 19,94  | 85,14   | 85,14   | 0     | 0     | 0,04  | 0,04  | 9,5    | 9,5    | 1,28  | 1,28  | 19,4   | 19,4   |
|                   |                                                      |         |         | 29,29 | 22,35 | 26,76 | 21,46 | 100,87 | 81,15  | 681,05  | 556,89  | 37,18 | 25,63 | 0,41  | 0,32  | 93,82  | 75,26  | 4,66  | 4,04  | 92,99  | 76,04  |
| Усиленный полдник |                                                      |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 181/16            | Каша молочная манная вязкая с маслом                 | 200/3   | 150/3   | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 182,89  | 4,22  | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 162,00 | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   |
| 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  | 264,40 | 246,50 | 0,24  | 0,21  | 22,04  | 19,10  |

|                |      |      |        |        |        |        |         |         |          |         |        |        |      |      |         |         |       |       |         |        |
|----------------|------|------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|----------|---------|--------|--------|------|------|---------|---------|-------|-------|---------|--------|
| 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 | 4,8     | 4,8     | 0,22  | 0,22  | 5,66    | 5,66   |
|                |      |      | 12,72  | 10,48  | 11,47  | 8,23   | 52,35   | 42,91   | 361,51   | 283,45  | 6,27   | 4,97   | 0,51 | 0,41 | 471,00  | 387,10  | 0,86  | 0,73  | 41,00   | 32,98  |
|                |      |      | 53,80  | 41,75  | 54,82  | 43,06  | 235,38  | 188,45  | 1569,09  | 1254,82 | 48,04  | 35,40  | 1,11 | 0,88 | 809,46  | 652,35  | 9,17  | 7,72  | 194,00  | 153,82 |
| 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 | 868,88 |

|                   | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Энергетическая ценность (ккал) | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |          |      | Минеральные вещества (мг) |         |          |       |          |        |
|-------------------|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------|--------|----------|------|---------------------------|---------|----------|-------|----------|--------|
|                   | Дет. сад         | Ясли             | Белки                 | Белки                 | Жиры                  | Жиры                  | Углеводы              | 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   |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                  |                  | 268,83                | 213,80                | 310,20                | 242,50                | 1288,40               | 1043,20               | 8884,60                        | 7309,50                        | 265,94        | 222,70 | 4,50     | 3,80 | 4334,40                   | 3667,40 | 56,70    | 47,80 | 886,90   | 557,40 |
| В среднем в день: |                  |                  | 53,90                 | 42,75                 | 62,04                 | 48,50                 | 259,10                | 208,60                | 1772,90                        | 1461,90                        | 53,20         | 44,50  | 0,90     | 0,76 | 868,90                    | 733,48  | 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 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"