

Примерное 20-ти дневное меню

Номер ТТК	1 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.043	Каша ячневая молочная со слив. маслом	231,57	6,27	6,45	36,03	150	7.043	151,06	3,91	4,53	20,89	200
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	35	7.035	127,86	2,93	5,26	20,2	45
7.10/10/1	Чай	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	36,62	0	0	8,9	200
7.11/10/1	Чай с лимоном	35,6	0,03	0	8,37	180	7.11/10	39,56	0,04	0	9,3	200
	Итого:	392,81	8,99	12,45	62,9	335	Итого:	318,48	6,85	9,73	50	445
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,11	0,55	0,11	11,22	100	7.031	50,43	0,54	0,1	10,95	100
	Итого:	51,11	0,55	0,11	11,22	100	Итого:	50,43	0,54	0,1	10,95	100
	Обед						Обед					
7.32/1/2	Салат из отварного картофеля с зел.гор или	69,17	1,02	4,58	4,21	40	7.32/1/1	71,24	1,01	4,71	4,52	50
7.4/1/2	Салат из св.кап.с р.м и кукурузой	46,4	0,7	2,7	5,5	40	7.4/1/1	57,97	0,86	3,4	6,83	50
7.043с	Суп овощной на мясном бульоне	45,62	0,94	2,28	4,93	150	7.043с	60,22	1,21	3,1	6,27	200
7.061	Бигус с мясом	148,95	10,03	9,45	12,84	180	7.061	217,18	15,77	14,97	14,48	230
7.15/10/2	Напиток из шиповника или	67,5	0,36	0	16,36	150	7.15/10	90	0,48	0	21,82	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,44	0,36	0,02	10,54	150	7.6/10,	77,87	0,46	0,02	17,7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	58,88	2,11	0,38	13,39	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	362,81	13,67	12,11	57,21	664	Итого:	497,52	20,59	23,06	56,07	716
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.403/7	Кисломолочный продукт (биокефир, биойогурт, снежок, ряженка)	84	4,2	48,6	6	150	7.403/10	97,76	4,82	5,51	6,9	180
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.н039-3	Запеканка творожная	311,45	15,5	19,21	10,83	140	4.9/5*	344,71	16,52	20,7	12,77	150
7.185	Повидло или	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущенное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.052	Хлеб пшеничный	57,75	1,9	0,22	12,52	25	7.052	56,77	1,84	0,21	12,13	30

	Итого:	548,06	23,74	26,06	45,64	320	Итого:	660,78	27,17	30,12	60,4	395
	Всего:	1358,54	47,61	54,44	165,14	1319	Всего:	1527,21	55,16	63,08	177,43	1656

Номер ТТК	2 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.61р/3	Суфле рыбное	120,02	12,74	5,59	1,97	60	7.61р	150,53	14,78	7,34	2,2	80
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая со сл.м.	120,03	2,5	2,74	20,3	100	7.45/3	170,19	3,46	4,01	28,03	150
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,77	18,7	46	7.357	170,95	5,81	8,08	21,69	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,1	2,52	2,53	12,73	180	7.084	133	2,5	2,4	22,1	200
	Итого:	474,93	22,03	17,63	53,7	386	Итого:	624,67	26,55	21,84	74,02	484
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,75	0,56	0,11	11,36	100	7.031	52,98	0,57	0,11	11,5	100
7.346	Фрукты	62,3	1,05	0,07	15,26	100	7.346	59,48	0,98	0,06	14,3	100
	Итого:	114,05	1,61	0,18	26,62	200	Итого:	112,46	1,55	0,18	25,8	200
	Обед						Обед					
7.057/2	Салат из моркови и р.м или	34,9	0,6	1,84	5,09	45	7.057	38,77	0,65	2,05	5,65	50
7.13/1/2	Салат из припуц. моркови с р.м и ябл.	43,26	0,45	2,71	5,16	40	7.13/1/1	96,28	0,57	8	6,52	50
7.5/2/3	Свекольник со сметаной	86,68	1,61	3,43	11,75	150	7.5/2/2*	84,05	1,46	3,51	10,66	180
7.н070-2	Жаркое по-домашнему с курой	284,38	12,48	14,89	19,12	150	7.н070-3	572,65	26,15	34	26	200
7.15/15	Напиток из клюквы или	48,5	0,1	0	11,34	150	7.15/15	64,66	0,14	0	15,12	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,52	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	56,08	0,4	0,02	12,54	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	58,88	2,11	0,38	13,39	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	533,17	17,56	21,54	63,3	536	Итого:	876,52	30,73	45,93	78,93	686
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченое)	93,4	4,43	5,063	7,44	150	4.79	126,11	5,91	6,75	9,92	200
7.150/3	Ватрушка с повидлом	162,15	3,31	3,04	27,45	50	7.150/1	337,35	6,44	6,26	56,95	80
7.095	Каша кукурузная молочная или	136,2	3,66	5	16,9	150	7.095	181,6	4,88	6,66	22,5	200
7н066	Каша манная молочная	127,3	3,55	4,53	16,13	150	7н066	164,01	4,12	6,31	19,49	200

7.051	Хлеб пшеничный	69,3	2,28	0,27	15,03	30	7.052	68,42	2,25	0,27	14,84	40
	Итого:	452,15	13,58	12,92	66,05	360	Итого:	713,48	18,73	19,6	101,2	520
	Всего:	1574,3	54,8	52,3	209,67	1482	Всего:	2327,13	77,56	87,55	279,96	1890

Номер ТТК	3 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергетическая пenn. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая пenn. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.н027	Каша из гречи и геркул.молоч."Дружба3"со слив.масл	143,86	4,5	5,73	18,04	150	7.н027	191,41	5,83	7,27	25,3	200
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,69	46	7.175/1	163,5	5,49	7,87	20,45	54
7.14/10/1	Какао с молоком	138,42	3,39	3,22	21,56	180	7.285	101,4	2,83	2,81	14,54	200
	Итого:	423,05	12,16	15,73	58,29	376	Итого:	456,31	14,16	17,96	60,3	454
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,11	0,55	0,11	11,22	100	7.031/1	57,22	0,61	0,12	12,44	100
7.346	Фрукты	28	0,63	0,14	7,21	100	7.346	25,76	0,57	0,12	6,5	100
	Итого:	79,11	1,18	0,25	18,43	200	Итого:	82,98	1,18	0,25	18,95	200
	Обед						Обед					
7.5/1/2	Салат из свежей капусты с морк. с р.м	42,76	0,7	2,7	4,9	40	7.5/1/1	53,45	0,85	3,38	6,11	50
7.20/1/2	Салат из отв.свеклы с р.м.	46,49	0,55	2,97	4,22	40	7.20/1/1	71,91	0,6	5,26	4,53	50
7.31/2/3	Суп крестьянский со сметаной	82,58	1,29	4,2	8,04	180	7.31/2	97,54	1,41	5,43	8,25	200
7.089	Суфле из печени	132,3	11,06	7,27	2,54	60	7.089	156,68	13,9	8,51	2,04	80
7.н047	Пюре розовое	113,48	2,37	3,01	17,54	120	7.н047	145,88	3	3,94	22,01	150
4.17/10	Кисель Валетек или						7.343/2	1,54	0,01	0	0,34	200
7.15/15/2	Напиток из брусники или	61,15	0,09	0	14,53	180	7.15/15/4	69,14	0,11	0	16,22	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,52	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	56,08	0,4	0,02	12,54	200
7.002/1	Хлеб ржаной	472,4	2,634	0,48	16,72	30	7.003	51,65	1,88	0,34	11,93	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	508,4	18,02	17,94	63,61	626	Итого:	551,34	20,88	23,5	65	736
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.403/7	Кисломолочный продукт (см. 1 день)	84	4,2	4,8	6	150	7.403/10	104,95	5,18	5,92	7,4	180

7.208	Печенье <i>или</i>	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.4/6/4	Омлет с картофелем запеченый	191,63	9,62	8,72	14,73	150	7.4/6/5	231,62	11,51	10,44	17,68	180
7.051	Хлеб пшеничный	69,3	2,28	0,27	15,03	25	7.052	66,76	2,2	0,26	14,418	30
	Итого:	379,93	16,42	14,32	43,85	340	Итого:	495,31	19,73	17,35	60,68	415
	Всего:	1390,5	47,79	48	184,2	1542	Всего:	1585,94	56	59,06	204,92	1802

Номер ТТК	4 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.149с-3	Тефтели рыбные	98,8	9,14	2,54	3,87	60	7.149с-4	116	10	3,37	4,18	70
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,7	46	7.357	162,02	5,43	7,82	20,2	54
7.2/3/3	Картофель отварной в молоке	89,5	2,11	2,51	13,1	100	7.2/3/2	110,59	2,43	2,93	16,51	130
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	93,96	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	94,7	2,22	2,1	13,46	200
	Итого:	423,04	18,05	14,37	48,39	386	Итого:	483,32	20,09	16,23	54,36	454
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	39,6	0,35	0,35	10,38	100	7.346	35,37	0,3	0,3	9,16	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	0,5	0,1	10,1	100	7.031	50,99	0,55	0,1	11,07	100
	Итого:	85,6	0,85	0,45	20,48	200	Итого:	86,36	0,86	0,42	20,2	200
	Обед						Обед					
7.19/1/2	Салат из морс.к.морк.яйцом р.м. <i>или</i>	68,35	0,95	6,12	2,77	40	7.19/1	79,36	1,31	6,66	4,13	60
7.014-5	Огурец свежий порционный	4,3	0,24	0,03	1,16	30	7.014-4	7,14	0,4	0,05	1,93	50
7.55с/4	Суп геркулесовый на кур. б-не со см	67,14	1,39	2,5	9,31	150	7.55с/4	86,47	1,8	3	12,3	200
7.190-1	Гуляш из кури	86,59	12,24	2,65	1,7	80	7.190-1с	117,68	17,1	3,24	2,29	100
7.н076/2	Каша гречневая рассыпчатая	133,21	3,67	3,62	22,6	120	7.н076-1	150,79	3,99	4,3	254,55	150
7.078	Компот из изюмом <i>или</i>	30,6	0,05	0	8	180	7.078	30,6	0,05	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	64,36	0,77	0,4	14,18	150	7.6/10,	76,22	0,45	0,02	17,3	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	58,66	2,1	0,38	13,34	40
7.422	Соль4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	505,08	20,78	16,53	64,4	574	Итого:	650,06	27,87	19,04	84,85	756

<i>Уплотненный полдник</i>							<i>Уплотненный полдник</i>					
4.79	Молоко (кипяченое)	93,38	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,03	5,91	6,75	9,92	200
7.148	Шанежка с картофелем	151,2	3,95	4,35	20,89	60	7.148	150	4	4	21	90
7.11/4/2*	Каша пшеничная молоч.со слив.маслом	173,61	4,84	4,73	23,45	150	7.11/4*	138,82	3,59	4,15	17,77	200
7.051	Хлеб пшеничный	57,75	1,9	0,22	12,52	25	7.052	60	1,94	0,23	12,83	30
	Итого:	475,95	15,12	14,38	64,33	385	Итого:	583,65	18,33	16,97	79,3	470
	Всего:	1489,68	54,82	45,73	197,6	1545	Всего:	1803,4	67,15	52,67	238,72	1880

Меню - раскладка

Меню - раскладка

Номер ТТК	5 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	41	7.035	125,18	2,85	5,22	19,57	46
7.17/5/2	Пудинг из творога	365,36	13,7	20,02	24,34	120	7.17/5/1	412,69	16,01	24,06	21,82	150
7.185	Повидло <i>или</i>	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущеное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,05	2,52	2,53	12,72	180	7.067	100,12	2,46	2,45	14,01	200
	Итого:	605	22	23,85	52	366	Итого:	742,94	23,69	34,54	73,77	415
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	49,06	0,53	0,1	10,77	100	7.031	54,15	0,58	0,11	11,76	100
	Итого:	49,06	0,53	0,1	10,77	100	Итого:	54,15	0,58	0,11	11,76	100
	Обед						Обед					
7.289/1	Салат морковь с ябл./изюм р.м <i>или</i>	42,5	1,6	1,6	6	45	7.093	0,5	1,8	6,7	50	50
7.13/1/2	Салат припуц.морковь с ябл./изюм р.м <i>или</i>	43,13	0,45	2,71	5,16	40	7.13/1/1	51,6	0,57	3,05	6,5	50
7.098/1	Помидор порционный	17	0,3	1,2	1,4	40	7.098/3	0,6	2	2,4	50	50
7.н086-4	Суп гороховый со сметаной	89,52	3,07	2,68	11,92	150	7.н086-7	123,89	4,47	3,39	16,88	200
4.34/2	Гренки	41,58	1,28	0,14	8,2	15	4.34/2	56,14	1,71	0,19	10,94	20
7.н234	Шницель из мяса гов./свин.	230,03	16,25	14,63	2,8	60	7.н234	222,6	14,87	14,59	1,35	80
7.151-4	Макаронные изделия отварные	185,52	4,7	2,79	32,74	120	7.151-4	175	4,22	3,32	29,37	150
7.110	Компот из кураги	62,75	0,44	0	15,39	150	7.110	66,84	0,47	0	16,16	200

7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	60,03	2,15	0,39	13,65	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	563	20	23	57	529	Итого:	727,58	28,29	25,42	90,37	716
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.10/10/1	Чай <i>или</i>	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	38,37	0	0	9,08	200
7.11/10/1	Чай с лимоном	35,6	0,03	0	8,37	180	7.11/10	39,56	0,04	0	9,3	200
7.208	Печенье <i>или</i>	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.н162	Каша рисовая молочная с маслом	107,89	2,85	4,67	12,1	150	7.7/4	159,89	4	4,79	22,06	200
7.051	Хлеб пшеничный	57,75	1,9	0,22	12,53	25	7.052	18,65	0,58	0,07	3,85	30
	Итого:	258,4	4,24	5,47	44,41	345	Итого:	288,53	6,19	5,66	46,86	445
	Всего:	1559	52	64	172	1421	Всего:	1813,2	58,75	65,74	222,77	1676

Номер ТТК	Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.043	Каша ячневая молочная со слив. маслом	134,72	4,05	4,54	16,89	150	7.043	226,74	6	7,73	28,5	200
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	41	7.035	123,25	2,78	5,2	19,13	46
7.10/10/1	Чай <i>или</i>	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	38,38	0	0	9,08	200
7.11/10/1	Чай с лимоном	35,6	0,03	0	8,37	180	7.11/10	39,56	0,04	0	9,3	200
	Итого:	295,96	6,77	10,54	43,77	335	Итого:	389,55	8,79	12,94	56,72	445
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,11	0,55	0,11	11,22	100	7.031/1	54,73	0,58	0,11	11,88	100
	Итого:	51,11	0,55	0,11	11,22	100	Итого:	54,73	0,58	0,11	11,88	100
	Обед						Обед					
7.32/1/2	Салат карт.с зел.горошком.р.м. <i>или</i>	64,57	1,2	4,05	4,33	40	7.32/1/1	67,54	1,32	4,21	4,27	50
7.6/1/2	Салат из св. кап с луком с р.маслом	41,6	0,6	2,7	4,6	40	7.6/1/1*	52	0,8	3,4	5,7	50
7.25/2/3	Суп-пюре из картофеля	69,52	1,8	2,1	9,68	150	7.25/2	86,9	2,13	2,4	12,52	200
4.34/2	Гренки	41,58	1,28	0,14	8,2	15	4.34/2	29,53	0,89	0,1	5,7	20

7.18/3/3	Рагу овощное	72,02	1,5	2,52	10,43	100	7.18/3	85,35	1,62	3,7	10,54	150
7.104	Тефтели из гов./свин с рисом "Ежики"	175,32	11,82	10,83	3,53	60	7.104	192,62	11,44	10,86	7,04	80
7.15/10/2	Напиток из шиповника <i>или</i>	67,5	0,36	0	16,36	150	7.15/10	90	0,48	0	21,82	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,44	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	63,66	0,47	0,02	14,27	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72,4	2,64	0,48	16,72	30	7.003	53,61	1,95	0,35	12,38	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.и044	0	0	0	0	6
	Итого:	529,03	20,24	20,11	60,9	559	Итого:	605,55	20	21,65	66,42	761
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
7.082	Кисломолочный продукт (см. 1 день)	124,29	3,89	4,79	16,32	150	7.082-2	166,82	5,17	6,36	21,66	180
7.208	Печенье <i>или</i>	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.9/5/1	Запеканка творожная	243	12	15	7	120	7.9/5/2	391,26	18	22,63	17,7	150
7.185	Повидло <i>или</i>	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущенное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.051	Хлеб пшеничный	69,3	2,28	0,27	15,03	25	7.052	49,35	1,62	0,19	10,7	30
	Итого:	557	22	22	61	340	Итого:	768,97	27,14	31,75	81,21	405
	Всего:	1430	47	57	167	1306	Всего:	1818,8	56,51	66,47	216,25	1711

Номер ТТК	7 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
7.9/7/2	Котлеты рыбные	116,42	11,2	4,51	5,38	60	7.355	160,14	14	6,58	6,99	80
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая со сл.м.	119,94	2,5	2,75	20,3	100	7.45/3	142,26	2,94	3,12	23,9	150
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,69	46	7.357	161,99	5,42	7,82	20,22	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	93,96	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	100,41	2,16	2,14	15,79	200
	Итого:	471,1	20,5	16,57	57,12	386	Итого:	564,81	24,54	19,69	66,89	484
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,11	0,55	0,11	11,22	100	7.031	52,02	0,56	0,11	11,3	100
	Итого:	113,41	1,6	0,18	26,48	200	Итого:	131,7	1,88	0,2	30,56	200

	Обед							Обед					
7.19/1/2	Салат из морск.кап.морк.яйцо р.м или	68,35	0,95	6,12	2,77	40	7.19/1/1	49,16	1,11	3,67	3,18	50	
7.057/2	Салат из моркови и р.м	34,9	0,6	1,84	5,09	45	7.057	38,77	0,65	2,05	5,65	50	
7.2/2/3	Борщ со сметаной	84,63	1,76	3,41	10,95	150	7.2/2*	106,4	2,1	4,33	13,56	200	
7.н114	Котлета из мяса куры	122,98	17,87	3,28	3,12	60	7.н114	129,59	18,49	4,33	1,14	80	
7.153	Картофельное пюре	119,36	2,56	4,17	15,98	120	7.64с	150,73	3,19	5,19	19,95	150	
7.15/15/2	Напиток из брусники или	30,6	0,05	0	8	180	7.15/15/4	30,6	0,05	0	8	200	
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,44	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	63,66	0,47	0,02	14,27	200	
7.002/1	Хлеб ржаной	72,4	2,64	0,48	16,72	30	7.003	52,57	1,91	0,35	12,14	50	
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6	
	Итого:	514,17	26,16	17,49	60,07	566	Итого:	558,26	27,32	17,91	65,66	737	
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник						
4.79	Молоко (кипяченое)	93,38	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,01	5,91	6,75	9,92	200	
7.103/5	Манник	169,3	3,9	2,36	30,99	60	7.103/4	245,61	6,71	3,4	41,85	80	
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная с маслом или	138,37	4,56	4,7	17,38	150	7.127	201	5,27	7	24,86	200	
7.095	Каша кукурузная молочная	136,2	3,16	5	16,88	150	7.095	181,6	4,22	6,66	44,5	200	
7.051	Хлеб пшеничный	69,3	2,28	0,27	15,03	25	7.052	52,82	1,73	0,2	11,45	40	
	Итого:	470,36	14,96	12,4	70,84	390	Итого:	625,45	19,64	17,38	88,1	520	
	Всего:	1569,04	63,28	46,65	214,52	1542	Всего:	1880,23	73,4	55,18	251,21	1940	

Номер ТТК	8 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.11/4/3	Каша пшеничная молоч.со слив.маслом	138,6	3,87	3,79	18,77	120	7.11/4/1	180,59	4,5	6,5	20,76	180
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,28	6,78	18,7	46	7.357	164,76	5,54	7,9	20,68	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,1	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	135,06	2,6	2,5	21,8	200
	Итого:	373,47	10,67	13,1	50,2	346	Итого:	480,41	12,63	16,9	63,23	434
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	61,1	1	0,06	14,7	100	7.346	61,1	1,05	0,06	14,7	100

7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46,56	0,5	0,1	10,1	100	7.031	46,56	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	107,67	1,5	0,17	24,8	200	Итого:	107,66	1,5	0,17	24,8	200
	Обед						Обед					
7.20/1/2	Салат из отв.свеклы с р.м. или	46,29	0,56	2,97	4,22	40	7.20/1/1	76,47	0,6	5,7	4,57	50
7.057/2	Салат из моркови и р.м	34,9	0,6	1,84	5,09	45	7.057	38,77	0,65	2,05	5,65	50
7.12/2/3	Суп картофельный со сметаной	54,89	1,01	1,89	7,73	150	7.12/2*	70,6	1,28	2,35	9,94	200
7.20/8/1	Тефтели из гов/свин	175,57	11,25	11,25	3,21	60	7.20/8/2	187,19	11,7	12,13	2,35	70
7.233	Капуста тушеная	62,86	1,46	3,64	6,03	120	7.8/3	108,68	3,6	2,86	18,04	150
7.15/15/2	Напиток из брусники или	30,6	0,05	0	8	180	7.15/15/4	30,6	0,05	0	8	200
4.17/10	Кисель Валетек или						7.343/2	1,54	0,01	0	0,34	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,52	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	56,08	0,4	0,02	12,54	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72,4	2,64	0,48	16,72	30	7.003	55,62	2,02	0,37	12,84	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	458,46	17,29	20,25	48,46	564	Итого:	585,24	19,7	23,43	73,04	726
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.082	Кисломолочный продукт (см. 1 день)	124,29	3,89	4,79	16,32	150	7.082-2	166,82	5,17	6,36	21,66	180
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.3/6/4	Омлет с зеленым горошком/кукурузой	112,71	7,2	6,2	4,31	120	7.123/1	163,1	9,34	10,11	4,36	150
7.123/6							7.123/3					
7.051	Хлеб пшеничный	35,02	1,14	0,13	7,52	30	7.052	66,37	2,18	0,26	14,39	40
	Итого:	306,65	12,56	11,41	36,24	275	Итого:	464,99	17,16	17,14	52,26	385
	Всего:	1238,26	41,98	44,91	158,36	1,385	Всего:	1638,3	50,99	57,64	213,32	1745

Номер ТТК	9 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.9/7/3	Биточки рыбные	65,71	6,67	0,86	3,86	50	7.9/7/1	99,08	10	1,3	5,41	70
7,034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,69	46	7.357	165,36	5,58	7,93	20,73	54

7.1/3/3	Картофель отварной	102,27	1,83	2,76	15,95	100	7.1/3/2	134,6	2,38	3,59	20,73	130
7.14/10/1	Какао с молоком	138,42	3,39	3,23	21,56	180	7.285	117,85	1,67	1,57	22,53	200
	Итого:	447,17	16,17	13,63	60,07	376	Итого:	516,91	19,64	14,42	694	454
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	36,2	0,32	0,32	9,35	100	7.346	36,2	0,32	0,32	9,35	100
7.031/1	Сок фруктовый 100 гр	47,15	0,5	0,1	10,23	100	7.031	47,15	0,5	0,1	10,23	100
	Итого:	83,35	0,82	0,42	19,57	200	Итого:	83,35	0,82	0,42	19,57	200
	Обед						Обед					
7.27/1/2	Салат карт.с кукур.конс р.маслом или	55,39	0,75	2,47	6,34	40	7.27/1/1	81,69	0,89	4,42	7,46	50
7.130	Салат из св.помидор и огурцов с р.м	17	0,3	1,2	1,4	40	7.130	28,3	0,6	2	2,4	50
7.20/2/3	Суп-лапша на курином б-не или	66,71	1,32	2,30	9,13	150	7.20/2	106,81	2,24	3,11	15,52	200
7.044с-1	Суп овощной со смет. на кур б-не	45,21	1,02	2,07	5,37	150	7.044с-1	60,28	1,36	2,76	7,16	200
7.н186с	Суфле из кур	219,16	13,32	14,76	2,8	60	7.н186с	338,76	20,61	22,56	4,02	80
7.н076/2	Каша гречневая рассыпчатая	133,21	3,67	3,62	22,6	120	7.076-1	150,79	3,99	4,3	254,55	150
7.078	Компот из изюма или	30,6	0,05	0	8	180	7.078	30,6	0,05	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	64,36	0,77	0,4	14,18	150	7.6/10,	76,22	0,45	0,02	17,3	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	52,83	1,89	0,34	11,99	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	566,16	21,08	23,48	61,86	549	Итого:	832,51	30,09	34,78	86,92	726
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченное)	93,38	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,09	5,91	6,75	9,92	200
7.6/12	Ватрушка со сметаной	201,15	4,14	3,34	35,02	60	7.6/12/1	315,93	5,86	6,85	51,03	90
7.9/3	Морковь с зеленым горошком в молочном соусе	143,21	3,36	7,78	12,78	150	7.9/3/1	159,19	3,06	9,12	13,43	180
7.051	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	25	7.052	46,78	1,51	0,18	9,96	30
	Итого:	472,4	13,08	16,33	62,76	385	Итого:	647,99	16,34	22,9	84,34	500
	Всего:	1553,44	50,99	53,85	201,24	1510	Всего:	2080,76	66,89	72,52	260,24	1880

10 день	Ясли						Сад					
	Энергетическая	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Выход	Номер	Энергетическая	Белки г	Жиры г	Углеводы	Выход	
Бюджет												

Номер ТТК	блюдо	скал пенн. Ккал	бСЛКИ, г	жИРЫ, г	УГЛЕВОДЫ, г	блюда г.	ТТК	скал цспп. Ккал	бСЛКИ, г	жИРЫ, г	, г	блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	41	7.035/1	131,14	3,04	5,3	20,93	46
7.040	Пудинг из творога с изюмом	287,59	11,87	15	19,7	110	7.040	410,67	17	21,8	25,85	150
7.185	Повидло или	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущеное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,09	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	80,52	1,69	1,63	12,29	200
	Итого:	546,63	17,17	23,53	61,12	340	Итого:	662,75	21,8	28,74	69,58	415
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	52,25	0,56	0,11	11,35	100	7.031	52,25	0,56	0,11	11,35	100
	Итого:	52,25	0,56	0,11	11,35	100	Итого:	52,25	0,56	0,11	11,35	100
	Обед						Обед					
7.29/1/2	Салат кар.морк.лук свек.сол.огур.р.м.	55,96	0,57	3,58	4,39	40	7.29/1/1	55,04	0,69	2,97	5,43	50
7.130	Салат из св.помидор и огурцов с р.м	17	0,3	1,2	1,4	30	7.130	28,3	0,6	2	2,4	50
7.165	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне	80,36	1,45	3,14	10,36	150	7.165	124,05	2,2	4,7	16	200
7.36/8/3	Запеканка мясо-картофельная	253,67	11,57	10,96	22,36	150	7.36/8/1	389,26	19,18	17,64	29,8	200
7.178	Соус молочный (для подачи к блюду)	25,17	0,79	1,32	2,1	25	7.107	44,05	1,34	1,63	5,05	30
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	46,95	0,23	0	11,48	150	7.4/10*	79,6	0,3	0	19,14	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	54,86	1,97	0,36	12,46	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.и044	0	0	0	0	6
	Итого:	711	15,69	27	86	550	Итого:	746,86	25,69	27,3	87,92	726
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.10/10/1	Чай	34,11	0	0	8,17	180	7.10/10	58,25	0	0	13,85	200
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	51,86	0,47	0,4	11,84	15
7.037	Каша из овсяных хлопьев молочная	120,71	3,67	4,52	16,03	150	7.037	200,45	5,6	8,07	25,34	200
7.051	Хлеб пшеничный	35,65	1,14	0,13	7,52	25	7.052	65,45	2,12	0,25	14,01	30
	Итого:	235,27	5,84	5,18	39,4	325	Итого:	392,45	9,27	9,09	64,58	445
	Всего:	1338,14	39,8	48,12	172,4	1309	Всего:	1854,7	57,32	65,24	233,44	1686
		1450,09	50,007	51,5	184,213	1297,74		1832,967	61,973	64,515	229,826	1786,6

Номер ТТК	11 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная со слив. маслом	173,61	4,84	4,73	24,23	150	7.15/4	143,51	3,83	3,54	20,53	200
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	35	7.035	122,65	2,77	5,19	19,03	45
7.11/10/1	Чай с лимоном или	35,6	0,03	0	8,37	180	7.11/10	39,56	0,04	0	9,3	200
7.10/10/1	Чай	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	29,62	0	0	7	200
	Итого:	370,45	7,59	10,73	59,47	335	Итого:	305,72	6,6	8,73	55,86	445
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	48,11	0,5	0,1	10,44	100	7.031	48,11	0,5	0,1	10,44	100
	Итого:	48,11	0,5	0,1	10,44	100	Итого:	48,11	0,5	0,1	10,44	100
	Обед						Обед					
7.27/1/2	Салат картоф. с кукурузой или	55,34	0,76	2,5	6,34	40	7.27/1/1	69	0,95	3,1	7,92	50
7.12/1/2	Салат из св. моркови с яблоком/изюмом р.м или	43,27	0,48	2,03	6,91	40	7.12/1/1	56,83	0,54	3,7	6,3	50
7.13/1/2	Салат из припущенной моркови с яблоком/изюмом р.м	43,27	0,48	2,03	6,91	40	7.13/1/1	56,83	0,54	3,7	6,3	50
4.34*	Свекольник	82,66	1,47	3,36	11,1	150	4.34*	120,36	2,16	5	15,47	200
7.26/8/2	Суфле мясное	205,65	13,93	13,58	1,77	60	7.26/8	236,03	16,26	14,35	3,85	80
7.153	Картофельное пюре	119,37	2,57	4,17	15,98	120	7.021	150,66	3,19	5,2	19,95	150
7.15/10/2	Напиток из шиповника или	67,5	0,36	0	16,36	150	7.15/10	90	0,48	0	21,82	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,51	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	61,24	0,5	0,03	13,68	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	50,55	1,81	0,33	11,48	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	506,23	18,78	20,72	56,5	539	Итого:	716,6	22,71	27,75	71,09	716
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.403/7	Кисломолочный продукт (см.1 день)	84	4,2	48,6	6	150	7.403/10	97,76	4,82	5,51	6,9	180
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	68,7	1,54	0,77	11,38	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,258	8,09	10	7.221/2	47,87	0,43	0,38	10,93	15
7.3/5	Лапшевник с творогом	228,63	6,93	8,81	25,82	100	7.3/5/1	290,72	8,3	11,83	30,79	150
7.004	Сгущенное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.051	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,52	15	7.052	59,74	1,94	0,23	12,78	30
	Итого:	431,41	13,7	15,34	56,02	290	Итого:	609,76	17,58	20,42	77,64	395
	Всего:	1318,5	40,54	46,9	173,9	1264	Всего:	1680,19	47,4	57	205,73	1656

Номер ТТК	12 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.36/2/3	Фрикадельки рыбные	61,35	7,83	0,88	0,98	50	7.36/2/4	118,54	15,29	1,58	1,57	80
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая со сл.м.	120,04	2,5	2,74	20,31	100	7.45/3	151,22	3	3,87	24,2	150
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,7	46	7.357	161,76	5,42	7,82	20,17	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,1	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	117,28	3,84	3,83	12,8	200
	Итого:	416,26	17,12	12,93	52,72	376	Итого:	548,8	27,53	17,1	58,74	484
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	39,6	0,35	0,35	10,38	100	7.346	31,76	0,28	0,28	8,19	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	48,88	0,53	0,11	10,73	100	7.031	45,45	0,5	0,1	9,86	100
	Итого:	88,48	0,88	0,46	21,11	200	Итого:	77,2	0,77	0,38	18,04	200
	Обед						Обед					
7.24/1/2	Салат из свеклы с яблоками и или	52,97	0,45	2,98	5,75	40	7,24/1/1	100,28	0,55	7,09	6,83	50
7.20/1/2	Салат из свеклы с растит. Маслом	52,97	0,45	2,98	5,75	40	7.20/1/1	100,28	0,55	7,09	6,83	50
7.55с/4	Суп геркулесовый на курин. Бульоне со сметаной	56,1	1,35	1,31	9,68	150	7.55с/4	70,85	1,74	1,46	12,49	200
7.350	Бигус с мясом кури	290,5	15,46	17,92	11,95	180	7.350	419,68	22,17	25,8	16,35	230
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,44	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	54,97	0,39	0,02	12,31	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	53,54	1,92	0,35	12,16	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.и044	0	0	0	0	6
	Итого:	544,23	19,73	25,51	54,12	589	Итого:	799,6	27,32	41,81	66,97	776
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченое)	93,4	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,03	5,91	6,75	9,92	200
7.150	Ватрушка с повидлом	211,58	5,6	4,06	33,79	60	7.150	353,44	9,13	5,98	57,72	90
7.13/4/2	Каша пшенная с изюмом	198,42	5,39	7,69	22,13	150	7.13/4	231,86	6,05	8,21	27,19	200
7.144	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	15	7.052	64,7	2,1	0,25	13,85	30
	Итого:	538,06	16,57	16,95	70,88	375	Итого:	776,04	23,19	21,19	108,68	520
	Всего:	1534,04	53,86	52,9	193,07	1500	Всего:	2101,69	78,73	73,38	246,05	1935

Номер ТТК	13 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.043	Каша ячневая молочная	135,95	3,5	5,11	16,82	150	7.043	189,02	486	6,84	23,45	200
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,28	6,78	18,7	46	7.357	162,4	5,6	8,02	19,57	54
7.14/10/1	Какао с молоком	138,42	3,39	3,22	21,56	180	7.285	83,01	1,82	1,71	13,68	200
	Итого:	415,154	11,17	15,11	57,07	376	Итого:	434,43	12,24	16,57	56,7	454
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	62,3	1,05	0,07	15,26	100	7.346	64,29	1,06	0,07	15,46	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	48,87	0,53	0,1	10,73	100	7.031	55,08	0,59	0,12	11,96	100
	Итого:	111,18	1,58	0,18	26	200	Итого:	119,37	1,66	0,2	27,42	200
	Обед						Обед					
7.4/1/2	Салат из св. капусты кукурузы, луком раст. и маслом или	44,25	0,66	2,7	5,16	40	7.4/1/1	105,15	0,82	0,88	6,44	50
7.27/1/2	Салат из отварного картофеля кукурузы и репчатого лука	48,15	0,63	2,43	5,18	40	7.27/1/1	77	0,75	4,72	6,24	50
7.195-4	Суп Картофельный с зел. гор.со сметан.	50,14	1,11	2,09	5,86	150	7.195-3	84,15	1,77	3,48	9,75	250
7.9/8/3	Печень по - строгоновски	112,82	6,65	7,74	1,37	50	7.9/8/4	210,07	15,76	12,02	4,1	70
7.н076/2	Греча рассыпчатая	133,32	3,67	3,63	22,6	120	7.076-1	193,31	4,18	8	25,6	150
4.17/10	Кисель Валетек или						7.343/2	1,54	0,01	0	0,34	200
7.15/15/2	Напиток из брусники или	60,61	0,08	0	14,42	180	7.15/15/4	70	0	0	15,92	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,44	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	54,97	0,39	0,02	12,31	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	59,42	2,13	0,39	13,5	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	446,39	13,83	16,46	59,85	569	Итого:	722,1	24,69	32,78	59,75	766
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.403/7	Кисломолочный продукт (см 1 день)	84	4,2	48,6	6	150	7.403/10	97,76	4,82	5,51	6,9	180
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	90,39	20,3	1,01	15	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,258	8,09	10	7.221/2	47,87	0,43	0,38	10,93	15
7.38/3/1	Запеканка морковная	144,62	3,2	4,82	25,9	130	7.38/3/2	193,42	4,15	6,84	33,37	180

7.185	Повидло <i>или</i>	37,81	0,06	0	10	15	7.185	42,43	0,07	0	11,02	20
7.004	Сгущеное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	92,84	2,09	2,46	16,24	20
7.050	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	1,13	7,51	15	7.052	68,84	2,23	0,26	14,73	30
	Итого:	346,88	9,65	10,28	57,06	320	Итого:	474,41	13,36	13,69	81,1	425
	Всего:	1319,57	36,22	42,03	200	1465	Всего:	1750,31	51,94	63,23	224,97	1845

Номер ТТК	14 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.61p	Суфле рыбное	73,32	5,94	3,84	2	60	7.61p	128,89	11,22	6,68	2,24	80
7.1/3/3	Картофель отварной	102,27	1,83	2,76	15,95	100	7.1/3/2	134,69	2,38	3,59	20,73	130
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,7	46	7.357	165,43	5,69	8,1	20,08	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,05	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	86,28	1,92	1,87	12,72	200
	Итого:	410,41	14,56	15,91	49,38	386	Итого:	515,29	21,21	20,24	55,77	464
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	42,3	0,36	0,27	9,27	100	7.346	42,93	0,36	0,27	9,27	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	0,5	0,1	10,1	100	7.031	50,29	0,54	0,11	10,91	100
	Итого:	88,3	0,86	0,37	19,37	200	Итого:	93,22	0,9	0,38	20,18	200
	Обед						Обед					
7.276	Салат из св. кап.с помидорам <i>или</i>	18,25	0,46	1,24	1,8	30	7.276	30,41	0,76	2,06	3,01	50
7.29/1/2	Салат кар.морк.лук свек.сол.огур.р.м. <i>или</i>	55,93	0,57	3,58	4,39	40	7.29/1/1	65	0,88	3,64	6	50
7.098/1	Помидор порционно	17	0,3	1,2	1,4	40	7.098/3	0,6	2	2,4	50	50
7.30/2/3-2	Уха рыбацкая	65,2	2,64	2,02	8,79	180	7.30/2/4	89,83	3,53	2,69	11,83	200
7.н114	Котлета куриная	106,08	14,66	2,97	3,12	60	7.н114/2	154,56	23,04	3,86	3,67	70
7.151	Макаронные изделия отварные с овощами	166,59	4,2	2,73	29,1	120	7.151	246,32	5,81	5,19	39,7	150
7.078	Компот из изюма <i>или</i>	30,6	0,05	0	8	180	7.078	30,6	0,05	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,52	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	56,08	0,4	0,02	12,54	200
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	63,71	2,29	0,41	14,5	40

7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	485,56	24,08	11,63	66,38	549	Итого:	675,51	35,95	15,83	88,22	716
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченое)	93,42	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,19	5,91	6,75	9,92	200
7.11/12*	Булка с изюмом	142,62	4,24	1,27	25,89	50	7.11/12/1	204,67	5,79	1,7	37,1	60
7.091	Каша пшленно-рисовая молочная	124,73	3,51	4,08	16,45	150	7.091	178,6	4,37	6	23,04	200
7.050	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	25	7.052	50,48	1,63	0,19	10,75	30
	Итого:	395,42	13,32	10,55	57,3	365	Итого:	559,95	17,7	14,65	80,82	490
	Всего:	1379,69	52,84	3846	192,42	1500	Всего:	1843,98	75,48	51,1	245	1870

Номер ТТК	15 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.н039-3	Запеканка творожная	317,46	15,3	19,66	11,45	120	7.н039-2	347,85	15,93	21,04	13,6	140
7.185	Повидло или	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущеное молоко	49,14	1,1	1,3	8,6	15	7.351	101,7	2,29	2,7	17,8	20
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	35	7.035	133	3,1	5,32	21,36	45
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	82,46	1,67	1,5	12,58	200
	Итого:	587,73	21,65	29,5	51,48	350	Итого:	665,01	23	30,56	65,35	405
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	0,5	0,1	10,1	100	7.031	51,61	0,55	0,11	11,2	100
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1	100	Итого:	51,61	0,55	0,11	11,2	100
	Обед						Обед					
7.33/1/2	Салат из картофеля с морс.кап. луком или	56,3	0,54	3,42	4,57	40	7.33/1/1	75	0,68	4,64	5,67	50
7.014-1	Огурец свежий порционный	5,71	0,33	0,04	1,55	40	7.014-4	7,14	0,41	0,05	1,94	50
7.н145	Суп "Щи" со сметаной	49,9	1,17	2,29	5,9	150	7.н145	66,72	1,5	3,23	7,8	200
7.4/8/2	Плов из мяса	313,52	13,56	14,34	27,7	180	7.4/8/1	330	15,35	16,68	22,85	200
7.110	Компот из кураги или	62,75	0,44	0	15,39	150	7.110	61,74	0,45	0	14,93	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,52	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	56,08	0,4	0,02	12,54	200

7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	65,11	2,34	0,42	14,83	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	527,72	17,36	20,35	64,02	549	Итого:	598,57	20,33	24,98	65,58	696
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.10/10/1	Чай	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	38,36	0	0	9,08	200
7.208	Печенье или	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	69,54	1,56	0,78	11,52	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,258	8,09	10	7.221/2	47,87	0,43	0,38	10,93	15
7.186	Каша из гречи и пшена молочная (Дружба1) с мас. слив	126,4	3,69	4,04	16,76	150	7.186	186,9	5,14	6,41	23,53	200
7.050	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	15	7.052	65,92	2,14	0,25	14,11	30
	Итого:	240,96	5,87	4,7	40,12	325	Итого:	360,72	8,84	7,44	58,25	445
	Всего:	1402,2	45,38	54,66	165,73	1324	Всего:	1675,91	52,72	63,1	200,38	1646

Номер ТТК	16 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.2/4/3	Каша гречневая молочная со слив. маслом	126,3	3,71	3,77	19,3	120	7.н080-1	194,16	5,21	8,04	23,65	200
7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	35	7.035	133	3,1	5,32	21,36	45
7.10/10/1	Чай или	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10	38,33	0	0	9,08	200
7.11/10/1	Чай с лимоном	35,57	0,04	0	8,37	180	7.11/10	39,52	0,04	0	9,3	200
	Итого:	287,54	6,44	9,77	46,17	305	Итого:	366,68	8,04	13,26	52,2	445
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	54,12	0,59	0,12	11,9	100	7.031	53,4	0,57	0,11	11,61	100
	Итого:	54,12	0,59	0,12	11,9	100	Итого:	53,4	0,57	0,11	11,61	100
	Обед						Обед					
7.19/1/2	Салат из морск.кап.морк.яйцо р.м или	68,77	0,98	6,15	2,77	40	7.19/1/1	88,65	1,11	7,98	3,37	50
7.5/1/2	Салат из свежей капусты с морк. с р.м	42,76	0,7	2,7	4,9	40	7.5/1/1	53,45	0,85	3,38	6,11	50
7.н86-4	Суп Гороховый	89,37	3,07	2,7	11,92	150	7.н086-7	115,02	4,05	3,19	15,67	200
4.34/2	Гренки	41,58	1,28	0,14	8,2	15	4.34/2	29,53	0,89	0,1	5,7	20

7.22/8/2	Фрикадельки из гов./свин.	180,55	10,96	11,12	4,78	60	7.22/8	206,59	11,55	12,37	6,37	80	
7.36/3	Гарнир овощной сборный	84,53	3,32	1,3	13,86	150	7.36/3/1	116,81	4,02	1,62	20,07	180	
7.15/10/2	Напиток из шиповника <i>или</i>	67,5	0,36	0	16,36	150	7.15/10	90	0,48	0	21,82	200	
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,51	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	72,05	0,47	0,02	16,28	200	
7.002	Хлеб ржаной	45,25	1,65	0,3	10,45	25	7.003	59,81	2,15	0,39	13,62	40	
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.и044	0	0	0	0	6	
	Итого:	556,56	21,64	21,73	6252	594	Итого:	706,41	24,26	25,67	81,09	776	
	Уплотненный полдник							Уплотненный полдник					
7.082	Кисломолочный продукт (см. 1 день)	124,3	3,9	4,79	16,32	150	7.082-2	148,08	4,58	5,64	19,21	180	
7.208	Печенье <i>или</i>	45,8	1,04	0,52	7,68	10	7.005	69,54	1,56	0,78	11,52	15	
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	52,9	0,48	0,42	12,09	15	
7.17/5/2	Пудинг из творога	368,12	13,9	20,2	24,35	120	7.17/5/1	387,07	14,2	22,07	22,41	150	
7.004	Сгущеное молоко	49,13	1,1	1,3	8,6	15	7.351	54,95	1,23	1,46	9,62	20	
7.050	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	15	7.052	26,76	0,85	0,1	5,63	30	
	Итого:	611,2	20,36	26,71	64,88	310	Итого:	659,64	21,35	29,69	68,96	395	
	Всего:	1509,43	49,03	58,34	185,46	1309	Всего:	1768,8	54,23	68,75	213,87	1716	

Номер ТТК	17 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.355	Биточки рыбные	116,66	11,22	4,53	5,39	60	7.355	129,82	13,48	6,37	1,76	80
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая со сл.м.	119,85	2,5	2,75	20,3	100	7.45/3	149,47	2,94	3,85	23,83	150
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,7	46	7.357	167,95	5,68	8	21,19	54
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,14	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	91,48	2,07	1,93	13,23	200
	Итого:	471,42	20,52	16,58	57,12	386	Итого:	538,72	24,147	20,15	60,01	484
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	62,3	1,05	0,07	15,26	100	7.346	78,21	1,3	0,09	18,88	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	54,12	0,59	0,12	11,88	100	7.031	52,32	0,56	0,11	11,36	100
	Итого:	116,42	1,63	0,19	27,14	200	Итого:	130,53	1,86	0,2	30,45	200

Обед							Обед					
7.13/1/2	Салат из припуц.морк.с ябл./изюм или	43,01	0,45	2,71	5,16	40	7.13/1/1	33,23	0,56	1	6,5	50
7.12/1/2	Салат из морковки с ябл./изюмом	43,26	0,48	2,03	6,92	40	7.12/1/1	54,07	0,6	2,54	5,65	50
7.2/2/3	Борщ со сметаной	84,81	1,76	3,41	10,95	150	7.н39с/2	97,27	2,32	3,24	14,17	250
7.5/9/3	Котлета куриная	102,21	10,1	2,54	7,74	50	7.5/9*	105,21	9,28	3,31	6,68	80
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	185,52	4,7	2,79	32,74	120	7.н151-2	175	4,22	3,32	29,37	150
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,51	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	68,12	0,47	0,02	15,34	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	52,72	1,9	0,34	11,96	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	516,37	19,37	11,84	79,67	544	Итого:	531,55	18,75	11,25	84,04	776
Уплотненный полдник							Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченное)	93,39	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,09	5,91	6,75	9,92	200
7.8/12*	Сдоба обыкновенная	257,16	6,03	9,33	31,41	60	7.8/12/2	332,93	7,42	12	40,28	80
7.4/4/2	Каша кукурузная молос.со слив.масл. или	133,95	3,43	4,75	16,63	150	7.4/4	179,6	4,58	6,34	22,18	200
7.5/4/2	Каша манная молоч.с масл.сливочным	147,93	3,91	4,07	21,32	150	7.5/4*	146,44	3,6	3,37	22,48	200
7.051	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	15	7.052	49,34	1,6	0,19	10,51	30
	Итого:	533,13	15,52	18,61	67,68	375	Итого:	654,8	18,53	22,32	83,19	510
	Всего:	1637,33	57,04	47,22	231,62	1505	Всего:	1855,61	63,32	53,93	257,5	1970

Номер ТТК	18 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.н028	Каша из геркулеса и риса (Друдба 4) со слив.масл.	142,78	4,21	5,69	17,57	150	7.н028	172,63	5,56	5,58	23,58	200
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,7	46	7.357	165,43	5,69	8,1	20,08	54
7.14/10/1	Какао с молоком	138,42	3,39	3,22	21,56	180	7.285	100,56	2,58	2,65	15,01	200
	Итого:	421,97	11,87	15,69	57,83	376	Итого:	438,62	13,83	16,33	58,67	454
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	33,6	0,76	0,16	8,65	100	7.346	27,6	0,61	0,13	6,98	100

7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	51,11	0,55	0,11	11,22	100	7.031	51,04	0,54	0,1	11,08	100
	Итого:	84,71	1,31	0,27	19,87	200	Итого:	78,64	1,15	0,23	18,06	200
	Обед						Обед					
7.20/1/2	<i>Салат из отв.свеклы с раст.масл. или</i>	46,49	0,55	2,97	4,22	40	7.20/1/1	74,57	0,45	0,91	3,5	50
7.3/1/2	<i>салат из св. капусты с раст. Маслом</i>	44,02	0,66	2,71	5,15	40	7.3/1/1	55,03	0,82	3,4	6,44	50
7.27/2/3	Суп-пюре из разных овощей	68,8	1,81	2,92	7,73	150	7.27/2	64,28	1,8	2,1	8,15	200
4.34/2	Гренки	41,58	1,28	0,14	8,2	15	4.34/2	29,53	0,89	0,1	5,7	20
7.11/8/2	Гуляш из мяса	164,15	10,29	10,47	3,25	50	7.11/8/1	138,8	9,88	8,03	2,79	80
7.н076/2	Каша гречневая рассыпчатая	133,21	3,67	3,62	22,6	120	7.076-1	115,18	3,68	1,62	22,7	150
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов или	46,51	0,37	0,02	10,54	150	7.6/10,	68,12	0,47	0,02	15,34	200
7.15/15	Напиток из клюквы	48,5	0,1	0	11,34	150	7.15/15	64,66	0,14	0	15,12	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	61,8	2,22	0,4	14,07	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	570,58	19,7	20,5	73,17	589	Итого:	552,28	19	18,17	72,33	746
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.082	Ктсломолочный продукт (см. 1 день)	124,32	3,89	4,79	16,32	150	7.082-2	145,87	4,5	5,55	18,9	180
7.208	Печенье или	45,8	10,4	0,52	7,68	10	7.005	67,3	1,5	0,75	11,14	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	52,9	0,48	0,42	12,09	15
7.2/6/2	Омлет натуральный	113,17	5,78	8,23	1,03	60	7.2/6*	147,88	7,73	10,45	1,38	80
7.272	Овощи в молоке	52,33	1,8	2,27	5,48	100	7.272	49,88	1,73	1,49	6,64	150
7.051	Хлеб пшеничный	34,65	1,14	0,13	7,51	25	7.052	46,88	1,51	0,18	9,98	30
	Итого:	370,62	13,66	15,95	38,04	335	Итого:	457,81	17	18,43	48,06	455
	Всего:	1441,94	46,41	52,39	187,47	1500	Всего:	1527,35	50,79	52,96	197,5	1855

Номер ТТК	19 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					
7.149с-3	Тефтели рыбные	100,07	9,23	2,6	3,94	60	7.149с-4	95,97	7,17	3	4,55	70
7.034	Батон с маслом, сыром	140,77	4,27	6,78	18,639	46	7.357	170,53	5,79	8,06	21,66	54

7.2/3/3	Картофель отварной в молоке	89,5	2,12	2,51	13,1	100	7.2/3/2	117,83	2,75	3,27	17,03	130
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	90,82	2,14	2,11	13,05	200
	Итого:	424,34	18,14	14,42	48,409	386	Итого:	475,15	17,85	16,44	56,29	454
	10.00						10.00					
7.346	Фрукты	28	0,63	0,14	7,21	100	7.346	26,61	0,59	0,13	6,72	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	49,28	0,53	0,1	10,82	100	7.031	47,15	0,5	0,1	10,22	100
	Итого:	77,28	1,16	0,25	18,03	200	Итого:	73,76	1,09	0,23	16,95	200
	Обед						Обед					
7.19/1/2	Салат с мор.кап, яйцом, морков.с р.м.. или	68,35	0,95	6,12	2,77	40	7.19/1	92,06	0,58	8,42	4,1	60
7.097	Салат из помидор с р.м	17,02	0,42	1,07	1,76	30	7.097	28,36	0,7	1,78	2,93	50
7.20/2/3	Суп-лапша на курином бульоне	66,71	1,32	2,3	9,13	150	7.20/2	88,12	1,7	3,06	11,83	200
7.н186с	Суфле из кур	213,19	12,86	14,37	2,78	60	7.н186с	348,19	20,79	23,4	4,03	80
7.н047	Пюре розовое	100,96	2,23	3,09	14,72	120	7.н047	129,53	2,79	4,05	18,36	150
7.078	Компот из изюма или	67,5	0,36	0	16,36	150	7.078	90	0,48	0	21,82	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,45	0,36	0,02	10,54	150	7.6/10,	63,83	0,44	0,02	14,36	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	57,59	2,07	0,38	13,11	40
7..422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	543,72	19,79	24,04	54,03	554	Итого:	764,06	28,83	35,97	66,4	726
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
4.79	Молоко (кипяченое)	93,39	4,43	5,06	7,44	150	4.79	126,1	5,91	6,75	9,92	200
7.103/5	Манник	229,5	5,55	6,89	32,42	50	7.103/4	312,11	7,55	9,37	44,09	68
7.13/4/2	Каша пшеничная с изюмом	200,33	5,52	7,8	22,14	150	7.13/4	231,53	5,71	7,34	29,5	200
7.051	Хлеб пшеничный	57,75	1,9	0,22	12,52	25	7.052	65,14	2,11	0,25	13,94	30
	Итого:	598,26	18,38	17,83	81,52	375	Итого:	742,25	21,73	20,2	104,63	498
	Всего:	1643,6	57,48	56,55	202,05	1535	Всего:	2055,22	69,5	72,84	244,27	1848

Номер ТТК	20 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн. Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	Завтрак						Завтрак					

7.035/10	Батон с маслом	127,13	2,72	6	18,7	35	7.035/1	140,62	3,11	6,15	21,37	46
7.17/5/2	Пудинг из творога	367,41	13,85	20,16	24,35	120	7.17/5/1	474,12	17,53	25,16	32,33	150
7.185	Повидло <i>или</i>	37,81	0,06	0	9,98	15	7.185	40,43	0,06	0	10,5	20
7.004	Сгущеное молоко	49,07	1,11	1,3	8,6	15	7.351	65,52	1,47	1,74	11,47	20
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	93,97	2,52	2,53	12,73	180	7.13/10	105,81	2,8	2,81	14,14	200
	Итого:	675,39	20,26	29,99	74,36	365	Итого:	786,07	24,91	35,86	79,31	416
	10.00						10.00					
7.033/2	Сок фруктовый	51,11	0,56	0,11	11,22	100	7.031	46,57	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	51,11	0,56	0,11	11,22	100	Итого:	46,57	0,5	0,1	10,1	100
	Обед						Обед					
7.21/1/2	Салат из отварной свеклы с морк. <i>или</i>	44,41	0,5	2,96	3,66	40	7.21/1/1	63,78	0,62	4,43	4,58	50
7.065	Салат из свежих огурцов с р.маслом	14,14	0,32	1,04	1,36	30	7.065	23,56	0,53	1,73	2,26	50
7.170	Суп Овощной вигеторианский со сметаной	67,77	1,18	3,34	7,19	150	7.170	88,92	1,64	4,12	9,8	200
7.14/8/2	Биточки (котлеты)из мяса гов/свин	232,16	15,81	14,45	4,12	60	7.14/8	190,88	11,37	11,45	5,5	80
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая	119,94	2,5	2,74	20,31	100	7.45/3	182,16	3,75	4,11	30,46	150
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма <i>или</i>	47,02	0,23	0	11,48	150	7.4/10*	80,02	0,31	0	19,25	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	46,45	0,36	0,02	10,54	150	7.6/10,	63,83	0,44	0,02	14,36	200
7.002/1	Хлеб ржаной	54,3	1,98	0,36	12,54	30	7.003	73,3	2,64	0,48	16,72	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	Итого:	565,6	22,2	23,85	59,31	534	Итого:	679,06	20,33	24,6	86,32	726
	Уплотненный полдник						Уплотненный полдник					
7.10/10/1	Чай	34,11	0	0	8,17	150	7.10/10*	38,37	0	0	9,08	200
7.208	Печенье <i>или</i>	45,8	10,4	0,52	7,68	10	7.005	67,3	1,5	0,75	11,14	15
7.221	Вафли	35	0,32	0,28	8,09	10	7.221/2	52,9	0,48	0,42	12,09	15
7.21/2/3	Суп молочный с лапшой	79,9	2,47	2,87	9,4	150	7.21/2	107,72	3,29	3,82	12,52	200
7.051	Хлеб пшеничный	57,75	1,9	0,22	12,52	25	7.052	70,17	2,28	0,27	15,03	30
	Итого:	226,2	4,86	3,52	42,68	335	Итого:	283,56	7,13	4,87	48,15	445
	Всего:	1480,48	47,83	57,5	177,59	1319	Всего:	1795,26	52,88	65,44	223,89	1687

1334,83 44,61 426,76 173,54 1295,70 1637,41 54,96 56,47 205,34 1637,20

1400

Среднее за все меню.

1800

1384,36	46,94	238,60	178,69	1293,97		1819,20	60,84	63,34	227,87	1794,70
---------	-------	--------	--------	---------	--	---------	-------	-------	--------	---------

7.403/7-яс биокефир

7.403/10- дет биокефир

7.270/1/5 - яс биойогурт

7.270/1/8 - дет биойогурт

7.082 - яс снежок

7.082-2 - дет снежок.

или помидор порционно 7.098/1 - ясли; 7.098/3 -дети

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 507203158059586111652294573924499816527024422889

Владелец Алдакимова Ольга Сергеевна

Действителен с 11.01.2024 по 10.01.2025