

## 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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>392,81</b>	<b>8,99</b>	<b>12,45</b>	<b>62,9</b>	<b>335</b>	<b>Итого:</b>	<b>318,48</b>	<b>6,85</b>	<b>9,73</b>	<b>50</b>	<b>445</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>51,11</b>	<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>11,22</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>50,43</b>	<b>0,54</b>	<b>0,1</b>	<b>10,95</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.32/1/2	<i>Салат из отварного картофеля с зел.гор или</i>	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	<i>Салат из св.кап.с р.м и кукурузой</i>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>362,81</b>	<b>13,67</b>	<b>12,11</b>	<b>57,21</b>	<b>664</b>	<b>Итого:</b>	<b>497,52</b>	<b>20,59</b>	<b>23,06</b>	<b>56,07</b>	<b>716</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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 <b>или</b>	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

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

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>474,93</b>	<b>22,03</b>	<b>17,63</b>	<b>53,7</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>624,67</b>	<b>26,55</b>	<b>21,84</b>	<b>74,02</b>	<b>484</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>114,05</b>	<b>1,61</b>	<b>0,18</b>	<b>26,62</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>112,46</b>	<b>1,55</b>	<b>0,18</b>	<b>25,8</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.057/2	Салат из моркови и р.м <b>или</b>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>533,17</b>	<b>17,56</b>	<b>21,54</b>	<b>63,3</b>	<b>536</b>	<b>Итого:</b>	<b>876,52</b>	<b>30,73</b>	<b>45,93</b>	<b>78,93</b>	<b>686</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>452,15</b>	<b>13,58</b>	<b>12,92</b>	<b>66,05</b>	<b>360</b>	<b>Итого:</b>	<b>713,48</b>	<b>18,73</b>	<b>19,6</b>	<b>101,2</b>	<b>520</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1574,3</b>	<b>54,8</b>	<b>52,3</b>	<b>209,67</b>	<b>1482</b>	<b>Всего:</b>	<b>2327,13</b>	<b>77,56</b>	<b>87,55</b>	<b>279,96</b>	<b>1890</b>

Номер ТТК	3 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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>423,05</b>	<b>12,16</b>	<b>15,73</b>	<b>58,29</b>	<b>376</b>	<b>Итого:</b>	<b>456,31</b>	<b>14,16</b>	<b>17,96</b>	<b>60,3</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>79,11</b>	<b>1,18</b>	<b>0,25</b>	<b>18,43</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>82,98</b>	<b>1,18</b>	<b>0,25</b>	<b>18,95</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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 <b>или</b>						7.343/2	1,54	0,01	0	0,34	200
7.15/15/2	Напиток из брусники <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>508,4</b>	<b>18,02</b>	<b>17,94</b>	<b>63,61</b>	<b>626</b>	<b>Итого:</b>	<b>551,34</b>	<b>20,88</b>	<b>23,5</b>	<b>65</b>	<b>736</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>379,93</b>	<b>16,42</b>	<b>14,32</b>	<b>43,85</b>	<b>340</b>	<b>Итого:</b>	<b>495,31</b>	<b>19,73</b>	<b>17,35</b>	<b>60,68</b>	<b>415</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1390,5</b>	<b>47,79</b>	<b>48</b>	<b>184,2</b>	<b>1542</b>	<b>Всего:</b>	<b>1585,94</b>	<b>56</b>	<b>59,06</b>	<b>204,92</b>	<b>1802</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>423,04</b>	<b>18,05</b>	<b>14,37</b>	<b>48,39</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>483,32</b>	<b>20,09</b>	<b>16,23</b>	<b>54,36</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>85,6</b>	<b>0,85</b>	<b>0,45</b>	<b>20,48</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86,36</b>	<b>0,86</b>	<b>0,42</b>	<b>20,2</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>505,08</b>	<b>20,78</b>	<b>16,53</b>	<b>64,4</b>	<b>574</b>	<b>Итого:</b>	<b>650,06</b>	<b>27,87</b>	<b>19,04</b>	<b>84,85</b>	<b>756</b>

<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
	<b>Итого:</b>	<b>475,95</b>	<b>15,12</b>	<b>14,38</b>	<b>64,33</b>	<b>385</b>	<b>Итого:</b>	<b>583,65</b>	<b>18,33</b>	<b>16,97</b>	<b>79,3</b>	<b>470</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1489,68</b>	<b>54,82</b>	<b>45,73</b>	<b>197,6</b>	<b>1545</b>	<b>Всего:</b>	<b>1803,4</b>	<b>67,15</b>	<b>52,67</b>	<b>238,72</b>	<b>1880</b>

*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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>22</b>	<b>23,85</b>	<b>52</b>	<b>366</b>	<b>Итого:</b>	<b>742,94</b>	<b>23,69</b>	<b>34,54</b>	<b>73,77</b>	<b>415</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>49,06</b>	<b>0,53</b>	<b>0,1</b>	<b>10,77</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>54,15</b>	<b>0,58</b>	<b>0,11</b>	<b>11,76</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>563</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	<b>57</b>	<b>529</b>	<b>Итого:</b>	<b>727,58</b>	<b>28,29</b>	<b>25,42</b>	<b>90,37</b>	<b>716</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>258,4</b>	<b>4,24</b>	<b>5,47</b>	<b>44,41</b>	<b>345</b>	<b>Итого:</b>	<b>288,53</b>	<b>6,19</b>	<b>5,66</b>	<b>46,86</b>	<b>445</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1559</b>	<b>52</b>	<b>64</b>	<b>172</b>	<b>1421</b>	<b>Всего:</b>	<b>1813,2</b>	<b>58,75</b>	<b>65,74</b>	<b>222,77</b>	<b>1676</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>295,96</b>	<b>6,77</b>	<b>10,54</b>	<b>43,77</b>	<b>335</b>	<b>Итого:</b>	<b>389,55</b>	<b>8,79</b>	<b>12,94</b>	<b>56,72</b>	<b>445</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>51,11</b>	<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>11,22</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>54,73</b>	<b>0,58</b>	<b>0,11</b>	<b>11,88</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>529,03</b>	<b>20,24</b>	<b>20,11</b>	<b>60,9</b>	<b>559</b>	<b>Итого:</b>	<b>605,55</b>	<b>20</b>	<b>21,65</b>	<b>66,42</b>	<b>761</b>
	<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
	<b>Итого:</b>	<b>557</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>61</b>	<b>340</b>	<b>Итого:</b>	<b>768,97</b>	<b>27,14</b>	<b>31,75</b>	<b>81,21</b>	<b>405</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1430</b>	<b>47</b>	<b>57</b>	<b>167</b>	<b>1306</b>	<b>Всего:</b>	<b>1818,8</b>	<b>56,51</b>	<b>66,47</b>	<b>216,25</b>	<b>1711</b>

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
	<b>Итого:</b>	<b>471,1</b>	<b>20,5</b>	<b>16,57</b>	<b>57,12</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>564,81</b>	<b>24,54</b>	<b>19,69</b>	<b>66,89</b>	<b>484</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>113,41</b>	<b>1,6</b>	<b>0,18</b>	<b>26,48</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>131,7</b>	<b>1,88</b>	<b>0,2</b>	<b>30,56</b>	<b>200</b>

	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
7.19/1/2	Салат из морск.кап.морк.яйцо р.м <b>или</b>	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 <b>или</b>	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	
	<b>Итого:</b>	<b>514,17</b>	<b>26,16</b>	<b>17,49</b>	<b>60,07</b>	<b>566</b>	<b>Итого:</b>	<b>558,26</b>	<b>27,32</b>	<b>17,91</b>	<b>65,66</b>	<b>737</b>	
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>						
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 <b>или</b>	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	
	<b>Итого:</b>	<b>470,36</b>	<b>14,96</b>	<b>12,4</b>	<b>70,84</b>	<b>390</b>	<b>Итого:</b>	<b>625,45</b>	<b>19,64</b>	<b>17,38</b>	<b>88,1</b>	<b>520</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1569,04</b>	<b>63,28</b>	<b>46,65</b>	<b>214,52</b>	<b>1542</b>	<b>Всего:</b>	<b>1880,23</b>	<b>73,4</b>	<b>55,18</b>	<b>251,21</b>	<b>1940</b>	

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
7.11/4/3	Каша пшеничная молочная 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
	<b>Итого:</b>	<b>373,47</b>	<b>10,67</b>	<b>13,1</b>	<b>50,2</b>	<b>346</b>	<b>Итого:</b>	<b>480,41</b>	<b>12,63</b>	<b>16,9</b>	<b>63,23</b>	<b>434</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>107,67</b>	<b>1,5</b>	<b>0,17</b>	<b>24,8</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>107,66</b>	<b>1,5</b>	<b>0,17</b>	<b>24,8</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.20/1/2	Салат из отв.свеклы с р.м. <b>или</b>	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 <b>или</b>	30,6	0,05	0	8	180	7.15/15/4	30,6	0,05	0	8	200
4.17/10	Кисель Валетек <b>или</b>						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
	<b>Итого:</b>	<b>458,46</b>	<b>17,29</b>	<b>20,25</b>	<b>48,46</b>	<b>564</b>	<b>Итого:</b>	<b>585,24</b>	<b>19,7</b>	<b>23,43</b>	<b>73,04</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>306,65</b>	<b>12,56</b>	<b>11,41</b>	<b>36,24</b>	<b>275</b>	<b>Итого:</b>	<b>464,99</b>	<b>17,16</b>	<b>17,14</b>	<b>52,26</b>	<b>385</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1238,26</b>	<b>41,98</b>	<b>44,91</b>	<b>158,36</b>	<b>1,385</b>	<b>Всего:</b>	<b>1638,3</b>	<b>50,99</b>	<b>57,64</b>	<b>213,32</b>	<b>1745</b>

Номер ТТК	9 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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>447,17</b>	<b>16,17</b>	<b>13,63</b>	<b>60,07</b>	<b>376</b>	<b>Итого:</b>	<b>516,91</b>	<b>19,64</b>	<b>14,42</b>	<b>694</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>83,35</b>	<b>0,82</b>	<b>0,42</b>	<b>19,57</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>83,35</b>	<b>0,82</b>	<b>0,42</b>	<b>19,57</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.27/1/2	Салат карт.с кукур.конс р.маслом <b>или</b>	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 <b>или</b>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>566,16</b>	<b>21,08</b>	<b>23,48</b>	<b>61,86</b>	<b>549</b>	<b>Итого:</b>	<b>832,51</b>	<b>30,09</b>	<b>34,78</b>	<b>86,92</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>472,4</b>	<b>13,08</b>	<b>16,33</b>	<b>62,76</b>	<b>385</b>	<b>Итого:</b>	<b>647,99</b>	<b>16,34</b>	<b>22,9</b>	<b>84,34</b>	<b>500</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1553,44</b>	<b>50,99</b>	<b>53,85</b>	<b>201,24</b>	<b>1510</b>	<b>Всего:</b>	<b>2080,76</b>	<b>66,89</b>	<b>72,52</b>	<b>260,24</b>	<b>1880</b>

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

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>546,63</b>	<b>17,17</b>	<b>23,53</b>	<b>61,12</b>	<b>340</b>	<b>Итого:</b>	<b>662,75</b>	<b>21,8</b>	<b>28,74</b>	<b>69,58</b>	<b>415</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>52,25</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,35</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>52,25</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,35</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>711</b>	<b>15,69</b>	<b>27</b>	<b>86</b>	<b>550</b>	<b>Итого:</b>	<b>746,86</b>	<b>25,69</b>	<b>27,3</b>	<b>87,92</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>235,27</b>	<b>5,84</b>	<b>5,18</b>	<b>39,4</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>392,45</b>	<b>9,27</b>	<b>9,09</b>	<b>64,58</b>	<b>445</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1338,14</b>	<b>39,8</b>	<b>48,12</b>	<b>172,4</b>	<b>1309</b>	<b>Всего:</b>	<b>1854,7</b>	<b>57,32</b>	<b>65,24</b>	<b>233,44</b>	<b>1686</b>
		<b>1450,09</b>	<b>50,007</b>	<b>51,5</b>	<b>184,213</b>	<b>1297,74</b>		<b>1832,967</b>	<b>61,973</b>	<b>64,515</b>	<b>229,826</b>	<b>1786,6</b>

Номер ТТК	11 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергетическая	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергетическая ценн.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>370,45</b>	<b>7,59</b>	<b>10,73</b>	<b>59,47</b>	<b>335</b>	<b>Итого:</b>	<b>305,72</b>	<b>6,6</b>	<b>8,73</b>	<b>55,86</b>	<b>445</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>48,11</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,44</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>48,11</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,44</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.27/1/2	Салат картоф. с кукурузой <b>или</b>	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 <b>или</b>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>506,23</b>	<b>18,78</b>	<b>20,72</b>	<b>56,5</b>	<b>539</b>	<b>Итого:</b>	<b>716,6</b>	<b>22,71</b>	<b>27,75</b>	<b>71,09</b>	<b>716</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>431,41</b>	<b>13,7</b>	<b>15,34</b>	<b>56,02</b>	<b>290</b>	<b>Итого:</b>	<b>609,76</b>	<b>17,58</b>	<b>20,42</b>	<b>77,64</b>	<b>395</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1318,5</b>	<b>40,54</b>	<b>46,9</b>	<b>173,9</b>	<b>1264</b>	<b>Всего:</b>	<b>1680,19</b>	<b>47,4</b>	<b>57</b>	<b>205,73</b>	<b>1656</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>416,26</b>	<b>17,12</b>	<b>12,93</b>	<b>52,72</b>	<b>376</b>	<b>Итого:</b>	<b>548,8</b>	<b>27,53</b>	<b>17,1</b>	<b>58,74</b>	<b>484</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>88,48</b>	<b>0,88</b>	<b>0,46</b>	<b>21,11</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>77,2</b>	<b>0,77</b>	<b>0,38</b>	<b>18,04</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.24/1/2	Салат из свеклы с яблоками и <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>544,23</b>	<b>19,73</b>	<b>25,51</b>	<b>54,12</b>	<b>589</b>	<b>Итого:</b>	<b>799,6</b>	<b>27,32</b>	<b>41,81</b>	<b>66,97</b>	<b>776</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>538,06</b>	<b>16,57</b>	<b>16,95</b>	<b>70,88</b>	<b>375</b>	<b>Итого:</b>	<b>776,04</b>	<b>23,19</b>	<b>21,19</b>	<b>108,68</b>	<b>520</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1534,04</b>	<b>53,86</b>	<b>52,9</b>	<b>193,07</b>	<b>1500</b>	<b>Всего:</b>	<b>2101,69</b>	<b>78,73</b>	<b>73,38</b>	<b>246,05</b>	<b>1935</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>415,154</b>	<b>11,17</b>	<b>15,11</b>	<b>57,07</b>	<b>376</b>	<b>Итого:</b>	<b>434,43</b>	<b>12,24</b>	<b>16,57</b>	<b>56,7</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>111,18</b>	<b>1,58</b>	<b>0,18</b>	<b>26</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>119,37</b>	<b>1,66</b>	<b>0,2</b>	<b>27,42</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.4/1/2	Салат из св. капусты кукурузы, луком раст. и маслом <b>или</b>	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 <b>или</b>						7.343/2	1,54	0,01	0	0,34	200
7.15/15/2	Напиток из брусники <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>446,39</b>	<b>13,83</b>	<b>16,46</b>	<b>59,85</b>	<b>569</b>	<b>Итого:</b>	<b>722,1</b>	<b>24,69</b>	<b>32,78</b>	<b>59,75</b>	<b>766</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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	Сгущенное 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
	<b>Итого:</b>	<b>346,88</b>	<b>9,65</b>	<b>10,28</b>	<b>57,06</b>	<b>320</b>	<b>Итого:</b>	<b>474,41</b>	<b>13,36</b>	<b>13,69</b>	<b>81,1</b>	<b>425</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1319,57</b>	<b>36,22</b>	<b>42,03</b>	<b>200</b>	<b>1465</b>	<b>Всего:</b>	<b>1750,31</b>	<b>51,94</b>	<b>63,23</b>	<b>224,97</b>	<b>1845</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>410,41</b>	<b>14,56</b>	<b>15,91</b>	<b>49,38</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>515,29</b>	<b>21,21</b>	<b>20,24</b>	<b>55,77</b>	<b>464</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>88,3</b>	<b>0,86</b>	<b>0,37</b>	<b>19,37</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>93,22</b>	<b>0,9</b>	<b>0,38</b>	<b>20,18</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>485,56</b>	<b>24,08</b>	<b>11,63</b>	<b>66,38</b>	<b>549</b>	<b>Итого:</b>	<b>675,51</b>	<b>35,95</b>	<b>15,83</b>	<b>88,22</b>	<b>716</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>395,42</b>	<b>13,32</b>	<b>10,55</b>	<b>57,3</b>	<b>365</b>	<b>Итого:</b>	<b>559,95</b>	<b>17,7</b>	<b>14,65</b>	<b>80,82</b>	<b>490</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1379,69</b>	<b>52,84</b>	<b>3846</b>	<b>192,42</b>	<b>1500</b>	<b>Всего:</b>	<b>1843,98</b>	<b>75,48</b>	<b>51,1</b>	<b>245</b>	<b>1870</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>587,73</b>	<b>21,65</b>	<b>29,5</b>	<b>51,48</b>	<b>350</b>	<b>Итого:</b>	<b>665,01</b>	<b>23</b>	<b>30,56</b>	<b>65,35</b>	<b>405</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>51,61</b>	<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>11,2</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.33/1/2	Салат из картофеля с морс. кап. луком <b>или</b>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>527,72</b>	<b>17,36</b>	<b>20,35</b>	<b>64,02</b>	<b>549</b>	<b>Итого:</b>	<b>598,57</b>	<b>20,33</b>	<b>24,98</b>	<b>65,58</b>	<b>696</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <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	0,258	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
	<b>Итого:</b>	<b>240,96</b>	<b>5,87</b>	<b>4,7</b>	<b>40,12</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>360,72</b>	<b>8,84</b>	<b>7,44</b>	<b>58,25</b>	<b>445</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1402,2</b>	<b>45,38</b>	<b>54,66</b>	<b>165,73</b>	<b>1324</b>	<b>Всего:</b>	<b>1675,91</b>	<b>52,72</b>	<b>63,1</b>	<b>200,38</b>	<b>1646</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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 <i>или</i>	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
	<b>Итого:</b>	<b>287,54</b>	<b>6,44</b>	<b>9,77</b>	<b>46,17</b>	<b>305</b>	<b>Итого:</b>	<b>366,68</b>	<b>8,04</b>	<b>13,26</b>	<b>52,2</b>	<b>445</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>54,12</b>	<b>0,59</b>	<b>0,12</b>	<b>11,9</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>53,4</b>	<b>0,57</b>	<b>0,11</b>	<b>11,61</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.19/1/2	Салат из морск.кап.морк.яйцо р.м <i>или</i>	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
	<b>Итого:</b>	<b>556,56</b>	<b>21,64</b>	<b>21,73</b>	<b>6252</b>	<b>594</b>	<b>Итого:</b>	<b>706,41</b>	<b>24,26</b>	<b>25,67</b>	<b>81,09</b>	<b>776</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>611,2</b>	<b>20,36</b>	<b>26,71</b>	<b>64,88</b>	<b>310</b>	<b>Итого:</b>	<b>659,64</b>	<b>21,35</b>	<b>29,69</b>	<b>68,96</b>	<b>395</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1509,43</b>	<b>49,03</b>	<b>58,34</b>	<b>185,46</b>	<b>1309</b>	<b>Всего:</b>	<b>1768,8</b>	<b>54,23</b>	<b>68,75</b>	<b>213,87</b>	<b>1716</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>471,42</b>	<b>20,52</b>	<b>16,58</b>	<b>57,12</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>538,72</b>	<b>24,147</b>	<b>20,15</b>	<b>60,01</b>	<b>484</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>116,42</b>	<b>1,63</b>	<b>0,19</b>	<b>27,14</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>130,53</b>	<b>1,86</b>	<b>0,2</b>	<b>30,45</b>	<b>200</b>

<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
7.13/1/2	Салат из припуц.морк.с ябл./изюм <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>516,37</b>	<b>19,37</b>	<b>11,84</b>	<b>79,67</b>	<b>544</b>	<b>Итого:</b>	<b>531,55</b>	<b>18,75</b>	<b>11,25</b>	<b>84,04</b>	<b>776</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							<b>Уплотненный полдник</b>					
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. <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>533,13</b>	<b>15,52</b>	<b>18,61</b>	<b>67,68</b>	<b>375</b>	<b>Итого:</b>	<b>654,8</b>	<b>18,53</b>	<b>22,32</b>	<b>83,19</b>	<b>510</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1637,33</b>	<b>57,04</b>	<b>47,22</b>	<b>231,62</b>	<b>1505</b>	<b>Всего:</b>	<b>1855,61</b>	<b>63,32</b>	<b>53,93</b>	<b>257,5</b>	<b>1970</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>421,97</b>	<b>11,87</b>	<b>15,69</b>	<b>57,83</b>	<b>376</b>	<b>Итого:</b>	<b>438,62</b>	<b>13,83</b>	<b>16,33</b>	<b>58,67</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>84,71</b>	<b>1,31</b>	<b>0,27</b>	<b>19,87</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>78,64</b>	<b>1,15</b>	<b>0,23</b>	<b>18,06</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>570,58</b>	<b>19,7</b>	<b>20,5</b>	<b>73,17</b>	<b>589</b>	<b>Итого:</b>	<b>552,28</b>	<b>19</b>	<b>18,17</b>	<b>72,33</b>	<b>746</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>370,62</b>	<b>13,66</b>	<b>15,95</b>	<b>38,04</b>	<b>335</b>	<b>Итого:</b>	<b>457,81</b>	<b>17</b>	<b>18,43</b>	<b>48,06</b>	<b>455</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1441,94</b>	<b>46,41</b>	<b>52,39</b>	<b>187,47</b>	<b>1500</b>	<b>Всего:</b>	<b>1527,35</b>	<b>50,79</b>	<b>52,96</b>	<b>197,5</b>	<b>1855</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>424,34</b>	<b>18,14</b>	<b>14,42</b>	<b>48,409</b>	<b>386</b>	<b>Итого:</b>	<b>475,15</b>	<b>17,85</b>	<b>16,44</b>	<b>56,29</b>	<b>454</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>77,28</b>	<b>1,16</b>	<b>0,25</b>	<b>18,03</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>73,76</b>	<b>1,09</b>	<b>0,23</b>	<b>16,95</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.19/1/2	Салат с мор.кап, яйцом, морков.с р.м.. <b>или</b>	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 <b>или</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>543,72</b>	<b>19,79</b>	<b>24,04</b>	<b>54,03</b>	<b>554</b>	<b>Итого:</b>	<b>764,06</b>	<b>28,83</b>	<b>35,97</b>	<b>66,4</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
4.79	Молоко (кипяченное)	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 пшенная 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
	<b>Итого:</b>	<b>598,26</b>	<b>18,38</b>	<b>17,83</b>	<b>81,52</b>	<b>375</b>	<b>Итого:</b>	<b>742,25</b>	<b>21,73</b>	<b>20,2</b>	<b>104,63</b>	<b>498</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1643,6</b>	<b>57,48</b>	<b>56,55</b>	<b>202,05</b>	<b>1535</b>	<b>Всего:</b>	<b>2055,22</b>	<b>69,5</b>	<b>72,84</b>	<b>244,27</b>	<b>1848</b>

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.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					

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
	<b>Итого:</b>	<b>675,39</b>	<b>20,26</b>	<b>29,99</b>	<b>74,36</b>	<b>365</b>	<b>Итого:</b>	<b>786,07</b>	<b>24,91</b>	<b>35,86</b>	<b>79,31</b>	<b>416</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>51,11</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,22</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>46,57</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
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 вегетарианский 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
	<b>Итого:</b>	<b>565,6</b>	<b>22,2</b>	<b>23,85</b>	<b>59,31</b>	<b>534</b>	<b>Итого:</b>	<b>679,06</b>	<b>20,33</b>	<b>24,6</b>	<b>86,32</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
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
	<b>Итого:</b>	<b>226,2</b>	<b>4,86</b>	<b>3,52</b>	<b>42,68</b>	<b>335</b>	<b>Итого:</b>	<b>283,56</b>	<b>7,13</b>	<b>4,87</b>	<b>48,15</b>	<b>445</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1480,48</b>	<b>47,83</b>	<b>57,5</b>	<b>177,59</b>	<b>1319</b>	<b>Всего:</b>	<b>1795,26</b>	<b>52,88</b>	<b>65,44</b>	<b>223,89</b>	<b>1687</b>

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