

# Примерное 20-ти дневное (безмолочное) меню.

Номер ТТК	1 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/15/4	Каша ячневая безмол. с растительным маслом	133.6	3	4.1	21.5	150	2021/15/4.	178.1	4	5.5	28.7	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	25	7.052	92.4	3	0.4	20	30
2021/027/1	Чай <i>или</i>	19	0	0	5	180	7.10/10	38	0	0	9	200
2021/29/10	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>221.9</b>	<b>5.3</b>	<b>4.4</b>	<b>41.5</b>	<b>355</b>	<b>Итого:</b>	<b>308.5</b>	<b>7</b>	<b>5.9</b>	<b>57.7</b>	<b>430</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	50	1	0	11	100	7.031	51	1	0	11	100
	<b>Итого:</b>	<b>50</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>51</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.32/1/1	<i>Салат картоф.с зел. гор.р.м. или</i>	51.3	1.1	2.8	4.3	40	7.32/1/2	64.1	1.4	3.5	5.4	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	58	0.8	3.4	6.8	50
7.043с	Суп овощной на мясном букльоне	75.3	1.1	4.1	7.1	150	7.043с	100.3	1.5	5.5	9.6	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
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов <i>или</i>	42.6	0	0	10.2	150	7.6/10,	56.8	0	0	13.6	200
2021/37/10	Напиток из шиповника	67.5	0.36	0	16.36	150	2021/37/1	90	0.48	0	21.82	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	30	7.003	90.5	3.3	0.6	21	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>453.15</b>	<b>14.79</b>	<b>16.75</b>	<b>68.7</b>	<b>704</b>	<b>Итого:</b>	<b>612.78</b>	<b>21.85</b>	<b>24.47</b>	<b>87.3</b>	<b>926</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
2021/2/6-1	Омлет безмолочный	102	2	3	16	150	2021/2/6-1	102	2	3	16	150
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>371</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>75</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>371</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>75</b>	<b>380</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1096.05</b>	<b>31.09</b>	<b>25.15</b>	<b>196.2</b>	<b>1484</b>	<b>Всего:</b>	<b>1343.28</b>	<b>39.85</b>	<b>34.37</b>	<b>231</b>	<b>1836</b>

Номер ТТК	2 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/7.1-	Рыба отварная	89.7	12	3.7	0	50	2021/1/78	134.5	18	5.6	0	75
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая <b>ИЛИ</b>	120	2.5	2.7	20.3	100	7.45/3	180	3.7	4.1	30.4	150
7.45/3/4	Каша рисовая вязкая безмолочная	120	2.5	2.7	20.3	100	7.45/3	180	3.7	4.1	30.4	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	25	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	150	7.084-1	103.5	2.8	2.8	14.1	200
	<b>Итого:</b>	<b>492.1</b>	<b>21.4</b>	<b>11.9</b>	<b>68.3</b>	<b>425</b>	<b>Итого:</b>	<b>690.4</b>	<b>31.2</b>	<b>17</b>	<b>94.9</b>	<b>615</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	50	1	0	11	100	7.031	54	1	0	12	100
7.346	Фрукты	62.3	1.05	0.07	15.26	100	7.346	62.3	1.05	0.07	15.26	100
	<b>Итого:</b>	<b>112.3</b>	<b>2.05</b>	<b>0.07</b>	<b>26.26</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>116.3</b>	<b>2.05</b>	<b>0.07</b>	<b>27.26</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.13/1/2	<i>Салат из припуц. моркови с ябл./лизумом</i> <b>ИЛИ</b>	74.6	0.6	5.4	4.4	40	7.13/1/1	93.3	0.7	6.7	5.5	50
7.10/1/2	<i>Салат из св.моркови с р.м</i>	43.7	0.5	2.7	5.3	40	7.10/1/1	54.6	0.6	3.4	6.7	50
апр.34	Свекольник	80	1.3	3.4	10.5	150	7.5/2/2	106.7	1.7	4.6	14	200
7.н070-2	Жаркое по-домашнему с курой <b>ИЛИ</b>	218.2	14.2	6.5	22.1	180	7.н070-3	279	18.1	8.3	28.3	200
7.н070-3	Рагу овощное <b>И</b>	218.2	14.2	6.5	22.1	180	7.н070-3	279	18.1	8.3	28.3	200
2021/7.1-	Рыба отварная	89.7	12	3.7	0	50	2021/1/78	134.5	18	5.6	0	75
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	42.6	0	0	10.2	150	7.6/10,	56.8	0	0	13.6	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	30	7.003	90.5	3.3	0.6	21	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>764.8</b>	<b>44.8</b>	<b>23.3</b>	<b>86.9</b>	<b>784</b>	<b>Итого:</b>	<b>1001.1</b>	<b>59.8</b>	<b>30.8</b>	<b>111.9</b>	<b>971</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
7.н066	Каша манная безмолочная с раст. маслом	149.5	3.2	4.2	20.9	150	7.н066	199.3	4.3	5.6	27.8	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	30
7.185	Повидло	37.8	0	0	10	15	7.185	50.4	0	0	13.3	20
	<b>Итого:</b>	<b>247.2</b>	<b>5.5</b>	<b>4.5</b>	<b>42.7</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>329.6</b>	<b>7.3</b>	<b>6</b>	<b>56.8</b>	<b>430</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1616.4</b>	<b>73.75</b>	<b>39.77</b>	<b>224.16</b>	<b>1739</b>	<b>Всего:</b>	<b>2137.4</b>	<b>100.35</b>	<b>53.87</b>	<b>290.86</b>	<b>2216</b>

3 день	Ясли					Сад					
--------	------	--	--	--	--	-----	--	--	--	--	--

Номер ТТК	Блюдо	Энергетическая ценность,	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.н027	Каша из гречи и геркул.безмолоч."Дружба3"с масл. Растит.	143.86	4.5	5.73	18.04	150	7.н027	191.41	5.83	7.27	25.3	200	
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40	
7.285	Какао	120.5	3.4	2.7	14.5	180	7.285	133.9	3.8	3.6	19.4	200	
	<b>Итого:</b>	<b>333.66</b>	<b>10.2</b>	<b>8.73</b>	<b>47.54</b>	<b>360</b>	<b>Итого:</b>	<b>417.71</b>	<b>12.63</b>	<b>11.27</b>	<b>64.7</b>	<b>440</b>	
	<b>10.00</b>							<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	50	1	0	11	100	7.031/1	54	1	0	12	100	
7.346	Фрукты	62.3	1.05	0.07	15.26	100	7.346	62.3	1.05	0.07	15.26	100	
	<b>Итого:</b>	<b>50</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>54</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
7.20/1/2	<i>Салат из отв. Свеклы с р.м. или</i>	46.5	0.5	2.9	4.2	40	7.20/1/1	58.1	0.7	3.7	5.3	50	
7.5/1/2	<i>Салат из свежей капусты с морк. с р.м</i>	42.76	0.7	2.7	4.9	40	7.5/1/1	53.45	0.85	3.38	6.11	50	
2021/38/2	Суп крестьянский с крупой	67.5	1.3	2.8	8.7	150	2021/38/3	90	1.7	3.7	11.6	200	
2021/9/8-1	Печень отварная	112.82	6.65	7.74	1.37	50	2021/9/8-2	210.07	15.76	12.02	4.1	70	
7.047	Пюре розовое	113.48	2.37	3.01	17.54	120	7.047	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	72.4	2.6	0.5	16.7	40	7.003	90.5	3.3	0.6	21	50	
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6	
	<b>Итого:</b>	<b>408.96</b>	<b>13.62</b>	<b>16.75</b>	<b>49.21</b>	<b>406</b>	<b>Итого:</b>	<b>415.94</b>	<b>23.92</b>	<b>51.94</b>	<b>288.56</b>		
	<b>Уплотненный полдник</b>							<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200	
2021/2/6-1	Омлет безмолочный запеченый или паровой	194.7	11.9	13.8	0.7	150	2021/2/6-1	194.7	11.9	13.8	0.7	150	
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40	
	<b>Итого:</b>	<b>292.4</b>	<b>14.2</b>	<b>14.1</b>	<b>22.5</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>14.9</b>	<b>14.2</b>	<b>29.7</b>	<b>390</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1085.02</b>	<b>39.02</b>	<b>39.58</b>	<b>130.25</b>	<b>1196</b>	<b>Всего:</b>	<b>796.71</b>	<b>444.47</b>	<b>49.39</b>	<b>158.34</b>	<b>1218.56</b>	

Номер ТТК	4 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда г.

<i>Завтрак</i>							<i>Завтрак</i>					
2021/7.1-	Рыба отварная	89.7	12	3.7	0	50	2021/1/78	134.5	18	5.6	0	75
7.1/3/3	Картофель отварной <b>или</b>	102.2	1.8	2.7	16	100	7.1/3/2	132.9	2.4	3.6	20.7	130
7.1/3/4	Каша гречневая безмолочная	102.2	1.8	2.7	16	100	7.1/3/2	132.9	2.4	3.6	20.7	130
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	180	7.084-1	103.5	2.8	2.8	14.1	200
	<b>Итого:</b>	<b>456.5</b>	<b>20</b>	<b>11.9</b>	<b>59.7</b>	<b>460</b>	<b>Итого:</b>	<b>596.2</b>	<b>28.6</b>	<b>16</b>	<b>75.5</b>	<b>575</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	50	1	0	11	100	7.031	54	1	0	12	100
7.346	Фрукты	62.3	1.05	0.07	15.26	100	7.346	62.3	1.05	0.07	15.26	100
	<b>Итого:</b>	<b>112.3</b>	<b>2.05</b>	<b>0.07</b>	<b>26.26</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>116.3</b>	<b>2.05</b>	<b>0.07</b>	<b>27.26</b>	<b>200</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.19/1/2	<i>Салат из морск.к.морк.яйцом р.м. или</i>	67.6	0.9	6	2.8	40	7.19/1/1	84.6	1.1	7.6	3.4	50
2021/2/1	<i>Огурец порционный</i>	17	0.3	1.2	1.4	30	7.014-4	28.3	0.6	2	2.4	50
7.55с/4	Суп геркулесовый на кур. б-не	69.6	1.5	2.5	9.9	150	7.55с/4	93	2	3.3	13.2	200
7.55с/5	Суп геркулесовый	69.6	1.5	2.5	9.9	150	7.55с/4	93	2	3.3	13.2	200
7.н190-1с	Гуляш из мяса куры <b>или</b>	112.1	16.4	3.2	2.3	80	7.н190-1с	140.1	20.4	4	2.8	100
2021/7.1-	Рыба отварная	89.7	12	3.7	0	50	2021/1/78	134.5	18	5.6	0	75
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 <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	42.6	0	0	10.2	150	7.6/10,	56.8	0	0	13.6	200
7.003	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	40	7.003	90.5	3.3	0.6	21	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>528.11</b>	<b>25.12</b>	<b>15.82</b>	<b>72.5</b>	<b>764</b>	<b>Итого:</b>	<b>646.39</b>	<b>177.64</b>	<b>50.09</b>	<b>58.35</b>	<b>860.55</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/11/4	Каша пшенная безмолочная с раст. маслом	149.5	3.2	4.2	20.9	150	2021/11/4.	199.3	4.3	5.6	27.8	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>247.2</b>	<b>5.5</b>	<b>4.5</b>	<b>42.7</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>329.6</b>	<b>7.3</b>	<b>6</b>	<b>56.8</b>	<b>440</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1344.11</b>	<b>52.67</b>	<b>32.29</b>	<b>201.16</b>	<b>1754</b>	<b>Всего:</b>	<b>1688.49</b>	<b>215.59</b>	<b>72.16</b>	<b>217.91</b>	<b>2075.55</b>

Номер ТТК	5 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					

2021/2/6-1	Омлет безмолочный запеченый или паровой <b>ИЛИ</b>	194.7	11.9	13.8	0.7	150	2021/2/6-1	194.7	11.9	13.8	0.7	150
2021/2/6-2	Макаронные изделия отварные	194.7	11.9	13.8	0.7	150	2021/2/6-1	194.7	11.9	13.8	0.7	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	180	7.084-1	103.5	2.8	2.8	14.1	200
	<b>Итого:</b>	<b>551.8</b>	<b>28.2</b>	<b>30.4</b>	<b>29.1</b>	<b>510</b>	<b>Итого:</b>	<b>585.3</b>	<b>29.6</b>	<b>30.8</b>	<b>35.5</b>	<b>540</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	46	0.5	0.1	10.1	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>46</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.289/1	<i>Салат морковь с ябл./изюм р.м. или</i>	42.5	1.6	1.6	6	45	7.093	47.2	0.5	1.8	6.7	50
7.13/1/2	<i>Салат припуц.морк.ябл./изюм с р.м. или</i>	43.1	0.4	2.7	5.2	40	7.13/1/1	53.8	0.5	3.4	6.5	50
7.098/2	<i>Помидор порционный</i>	17	0.3	1.2	1.4	40	7.098/3	28.3	0.6	2	2.4	50
7.н086-4	Суп гороховый	89.2	3.1	2.7	12	150	7.н086-7	119	4.1	3.6	16	200
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.н151-2	Макаронные изделия отварные	185.52	4.7	2.79	32.74	120	7.н151-4	175	4.22	3.32	29.37	150
7.110	Компот из кураги	57.3	0	0.4	14	150	7.110	76.5	0.5	0	18.7	200
4.34/2	Гренки	34	1.3	0.1	8.2	15	4.34/2	45.4	1.7	0.2	10.9	20
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	40	7.003	90.5	3.3	0.6	21	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>685.45</b>	<b>28.25</b>	<b>22.32</b>	<b>87.84</b>	<b>579</b>	<b>Итого:</b>	<b>757.3</b>	<b>29.29</b>	<b>24.31</b>	<b>99.72</b>	<b>756</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/9/6	Каша рисовая безмолочная	186.3	4.6	5.1	28.2	150	7.7/4	248.4	6.2	6.9	37.6	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>284</b>	<b>6.9</b>	<b>5.4</b>	<b>50</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>378.7</b>	<b>9.2</b>	<b>7.3</b>	<b>66.6</b>	<b>440</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1567.25</b>	<b>63.85</b>	<b>58.22</b>	<b>177.04</b>	<b>1519</b>	<b>Всего:</b>	<b>1767.3</b>	<b>68.59</b>	<b>62.51</b>	<b>211.92</b>	<b>1836</b>

Номер ТТК	6 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/15/4	Каша ячневая безмолочная с раст. маслом	149.5	3.2	4.2	20.8	150	2021/15/4.	199.3	4.3	5.6	27.8	200

7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	25	7.052	92.4	3	0.4	20	30
2021/027/1	Чай или	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/29/10	Чай С лимоном						7.11/10					
	<b>Итого:</b>	<b>247.2</b>	<b>5.5</b>	<b>4.5</b>	<b>42.6</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>329.6</b>	<b>7.3</b>	<b>6</b>	<b>56.8</b>	<b>430</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	1	0	10	100	7.031/1	48	1	0	11	100
	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>48</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.32/1/2	<b>Салат картоф.с зел. гор.р.м. или</b>	64	1.1	4	4.3	40	7.32/1/1	80	1.4	5	5.4	50
7.6/1/2	<b>Салат из св. кап с луком с р.м</b>	41.6	0.6	2.7	4.6	40	7.6/1/1	52	0.8	3.4	5.7	50
7.н071/2	<b>Суп пюре из картофеля или</b>	69.2	1.8	2.1	9.7	150	7.25/2	92.3	2.4	2.8	12.9	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	73.9	1.6	2.5	10.9	100	7.18/3	110.9	2.4	3.8	16.3	150
7.104	Тефтели из гов./свин. с рисом "Ежики"	134.9	8.6	7.9	4.4	60	7.104	179.8	11.4	10.6	5.9	80
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов <b>или</b>	42.6	0	0	10.2	150	7.6/10,	56.8	0	0	13.6	200
7.15/10/2	Напиток из шиповника					150	2021/37/1					200
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	30	7.003	90.5	3.3	0.6	21	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>457</b>	<b>15.7</b>	<b>17</b>	<b>56.2</b>	<b>536</b>	<b>Итого:</b>	<b>610.3</b>	<b>20.9</b>	<b>22.8</b>	<b>75.1</b>	<b>726</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/2/6-1	Омлет безмолочный запеченый или паровой	194.7	11.9	13.8	0.7	150	2021/2/6-1	194.7	11.9	13.8	0.7	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>292.4</b>	<b>14.2</b>	<b>14.1</b>	<b>22.5</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>14.9</b>	<b>14.2</b>	<b>29.7</b>	<b>390</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1042.6</b>	<b>36.4</b>	<b>35.6</b>	<b>131.3</b>	<b>1291</b>	<b>Всего:</b>	<b>1312.9</b>	<b>44.1</b>	<b>43</b>	<b>172.6</b>	<b>1646</b>

Номер ТТК	7 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая	120	2.5	2.7	20.3	100	7.45/3	180	3.8	4.1	30.5	150
2021/7.1*	Рыба отварная <b>или</b>	107.6	14.4	4.5	0	60	2021/1/-7	134.5	18	5.6	0	75
7.45/3/3	Каша рисовая безмолочная	120	2.5	2.7	20.3	100	7.45/3	180	3.8	4.1	30.5	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	180	7.084-1	103.5	2.8	2.8	14.1	200

	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>23.8</b>	<b>12.7</b>	<b>68.3</b>	<b>470</b>	<b>Итого:</b>	<b>690.4</b>	<b>31.4</b>	<b>17</b>	<b>95.1</b>	<b>615</b>
	<b>10:00</b>						<b>10:00</b>					
7.346	Фрукты	62.3	1.05	0.07	15.26	100	7.346	79.67	1.32	0.08	19.26	100
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 морков и р.м	34.9	0.6	1.84	5.09	45	7.057	38.77	0.65	2.05	5.65	50
2021/2-22*	Борщ (безмолочное меню)	84.63	1.76	3.41	10.95	150	2021/2/2/	106.4	2.1	4.33	13.56	200
7.н114	Котлета из мяса кури <b>или</b>	122.98	17.87	3.28	3.12	60	7.н114	129.59	18.49	4.33	1.14	80
2021/7.1*	Рыба отварная	107.6	14.4	4.5	0	60	2021/1/-7	134.5	18	5.6	0	75
2021/4/4.	Пюре без молока	119.36	2.56	4.17	15.98	120	2021/4/3/1	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	46.45	0.37	0.02	10.54	150	7.6/10,	69.8	0.5	0.2	15.68	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>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/16/4	Каша пшеничная безмолочная с раст. маслом	149.5	3.2	4.2	20.8	150	2021/16/4/	199.3	4.3	5.6	27.8	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>247.2</b>	<b>5.5</b>	<b>4.5</b>	<b>42.6</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>329.6</b>	<b>7.3</b>	<b>6</b>	<b>56.8</b>	<b>440</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1384.78</b>	<b>57.06</b>	<b>34.87</b>	<b>197.45</b>	<b>1566</b>	<b>Всего:</b>	<b>1709.96</b>	<b>67.9</b>	<b>41.11</b>	<b>248.12</b>	<b>1992</b>

Номер ТТК	8 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/11/4	Каша пшеничная безмолочная с раст. маслом	149.5	3.2	4.2	20.8	150	2021/11/4.	232.5	4.3	5.6	27.8	200
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	69.3	2.28	0.27	15.03	30
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	180	7.084-1	56.87	0.17	0	12.6	200
	<b>Итого:</b>	<b>311.9</b>	<b>7.6</b>	<b>7</b>	<b>48.5</b>	<b>360</b>	<b>Итого:</b>	<b>358.67</b>	<b>6.75</b>	<b>5.87</b>	<b>55.43</b>	<b>430</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>107.66</b>	<b>1.5</b>	<b>0.16</b>	<b>24.8</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>107.66</b>	<b>1.55</b>	<b>0.16</b>	<b>24.8</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.20/1/2	Салат из отвар. свеклы 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
2021/32/1	Салат из моркови и р.м	34.9	0.6	1.84	5.09	45	2021/32/2.	38.77	0.65	2.05	5.65	50
2021/13/2	Суп картофельный	54.89	1.01	1.89	7.73	150	2021/13/6	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
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов <b>или</b>	46.44	0.37	0.02	10.54	150	7.6/10,	109.63	0.47	0.02	25.28	200
7.15/15/2	Напиток из брусники <b>или</b>	61.1	0	0	145.3	180	7.15/15/4	67.9	0	0	16.1	200
4.17/10	Кисель Валетек						7.343/2	1.54	0.01	0	0.34	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.и044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>386.05</b>	<b>14.65</b>	<b>19.77</b>	<b>31.73</b>	<b>524</b>	<b>Итого:</b>	<b>646.96</b>	<b>552.57</b>	<b>17.65</b>	<b>23.06</b>	<b>60.18</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/2/6-1 7.123/6	Омлет с зел. Гор. / кукурузой кон. безмолочный запеченый или паровой	194.7	11.9	13.8	0.7	150	2021/2/6-1 7.123/3	194.7	11.9	13.8	0.7	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>292.4</b>	<b>14.2</b>	<b>14.1</b>	<b>22.5</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>14.9</b>	<b>14.2</b>	<b>29.7</b>	<b>390</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1098.01</b>	<b>37.95</b>	<b>41.03</b>	<b>127.53</b>	<b>1414</b>	<b>Всего:</b>	<b>1438.29</b>	<b>575.77</b>	<b>37.88</b>	<b>132.99</b>	<b>1080.18</b>

Номер ТТК	9 день Блюдо	Ясли					Сад					
		Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/7.1*	Рыба отварная	107.6	14.4	4.5	0	60	7.1/7/1	134.5	18	5.6	0	75
7.1/3/3	Картофель отварной <b>или</b>	102.2	1.8	2.8	16	100	7.1/3/2	132.9	2.4	3.6	20.7	130
7.1/3/4	Каша ячневая безмолочная											
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.14/10/1	Какао	120.5	3.4	2.7	14.5	180	7.285	133.9	3.8	3.6	19.4	200
	<b>Итого:</b>	<b>399.6</b>	<b>21.9</b>	<b>10.3</b>	<b>45.5</b>	<b>370</b>	<b>Итого:</b>	<b>586</b>	<b>26</b>	<b>22</b>	<b>66</b>	<b>547</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.346	Фрукты	36.9	0.3	0.3	10.4	100	7.346	36.9	0.3	0.3	10.4	100
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	0.5	0.1	10.1	100	7.031	46	0.5	0.1	10.1	100
	<b>Итого:</b>	<b>82.9</b>	<b>0.8</b>	<b>0.4</b>	<b>20.5</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>82.9</b>	<b>0.8</b>	<b>0.4</b>	<b>20.5</b>	<b>200</b>

<i>Обед</i>							<i>Обед</i>					
7.22/1/2	<i>Салат из карт. с кукур. р.м. ИЛИ</i>	51.6	0.5	3.6	3.9	40	7.27/1/1	64.5	0.6	4.4	4.8	50
7.130	<i>Салат из св.помидор и огурцов с р.м</i>	17	0.3	1.2	1.4	30	7.130	28.3	0.6	2	2.4	50
2021/22/2	Суп-лапша на курином б-не <i>ИЛИ</i>	66.7	1.3	2.3	9.1	150	4.20/2	89	1.8	3	12.2	200
7.044с-1	Суп овощной на курин. б-не	66.7	4.2	3.69	26	150	7.044с-1	90.5	3.3	0.6	21	200
2021/1/9*	Мясо кур отварное	84	12.3	2.4	1.7	60	2021/1/10*	98.1	14.3	2.8	2	70
7.н076/2	Каша гречневая рассыпчатая	150.2	4.2	3.69	26	120	7.076	162.7	3.3	2.9	28.2	130
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	42.6	0	0	10.2	150	7.6/10,	56.8	0	0	13.6	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	40	7.003	90.5	3.3	0.6	21	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>530.2</b>	<b>24.95</b>	<b>13.78</b>	<b>99.1</b>	<b>886</b>	<b>Итого:</b>	<b>646.5</b>	<b>26.65</b>	<b>11.9</b>	<b>108.4</b>	<b>1106</b>
<i>Уплотненный полдник</i>							<i>Уплотненный полдник</i>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
7.18/3/2	Рагу из овощей	96.1	2	3.3	14.1	130	7.18/3/1	134	2.7	4.5	19.8	180
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.185	Повидло	20	1	1	12	15	7.185	25	1	1	18	20
	<b>Итого:</b>	<b>213.8</b>	<b>5.3</b>	<b>4.6</b>	<b>47.9</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>289.3</b>	<b>6.7</b>	<b>5.9</b>	<b>66.8</b>	<b>440</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1226.5</b>	<b>52.95</b>	<b>29.08</b>	<b>213</b>	<b>1781</b>	<b>Всего:</b>	<b>1604.7</b>	<b>60.15</b>	<b>40.2</b>	<b>261.7</b>	<b>2293</b>

Номер ТТК	10 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/2/6-1	Омлет безмолочный	102.2	1.8	2.8	16	100	2021/2/6-1	132.9	2.4	3.6	20.7	130
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
7.084-1	Кофейный напиток	93.1	2.1	2.5	12.7	180	7.084-1	103.5	2.8	2.8	14.1	200
	<b>Итого:</b>	<b>264.6</b>	<b>6.2</b>	<b>5.6</b>	<b>43.7</b>	<b>310</b>	<b>Итого:</b>	<b>328.8</b>	<b>8.2</b>	<b>6.8</b>	<b>54.8</b>	<b>370</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый 100 гр	46	0.5	0.1	10.1	100	7.031/1	46	0.5	0.1	10.1	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>46</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.29/1/2	<i>Салат кар.морк.лук свек.сол.огур.р.м. или</i>	55.6	0.6	3.6	4.4	40	7.29/1/1	70	0.7	4.5	5.5	50
7.130	<i>Салат из помидор и огурцов с зел.р.м</i>	17	0.3	1.2	1.4	30	7.130	28.3	0.6	2	2.4	50

7.165-1/2	Рассольник "Ленинградский на мясном бульоне	102	2	6	9	180	7.165	140	3	6	18	200
7.36/8/3	Запеканка мясо-картофельная	300	20	15	23	180	7.36/8/1	300	20	15	23	230
7.110 / 7.4/10/2	Компот из кураги/ кураги и изюма	57.3	3.4	0	14	150	7.110 / 7.4/10	76.5	0.5	0	18.7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	72.4	2.6	0.5	16.7	40	7.003	90.5	3.3	0.6	21	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>548.7</b>	<b>28.3</b>	<b>22.7</b>	<b>64.1</b>	<b>586</b>	<b>Итого:</b>	<b>635.3</b>	<b>27.4</b>	<b>23.6</b>	<b>83.1</b>	<b>736</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
2021/027/1	Чай	28.4	0	0	6.8	150	7.10/10	37.9	0	0	9	200
2021/8/4	Каша геркулесовая безмолочная с растительным маслом	178.1	4.00	5,5	28.7	150	2021/8/4	237.5	5.4	7.2	38.3	150
7.051	Хлеб пшеничный	69.3	2.3	0.3	15	30	7.052	92.4	3	0.4	20	40
	<b>Итого:</b>	<b>275.8</b>	<b>6.3</b>	<b>0.3</b>	<b>50.5</b>	<b>330</b>	<b>Итого:</b>	<b>367.8</b>	<b>8.4</b>	<b>7.6</b>	<b>67.3</b>	<b>390</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1135.1</b>	<b>41.3</b>	<b>28.7</b>	<b>168.4</b>	<b>1326</b>	<b>Всего:</b>	<b>1377.9</b>	<b>44.5</b>	<b>38.1</b>	<b>215.3</b>	<b>1596</b>

Номер ТТК	11 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/16/4	Каша пшеничная безмолочная с раст. маслом <b>ИЛИ</b>	102	2	3	16	100	2021/16/4/	102	2	3	16	130
2021/11/4	Каша пшеничная безмолочная с раст. маслом	100	2	3	14	150	2021/11/4.	100	2	3	14	200
7.051	Хлеб пшеничный	69	2	0	15	25	7.052	92	3	0	19	30
2021/29/10	Чай с лимоном <b>ИЛИ</b>	20	0	0	5	180	7.11/10*	20	0	0	5	200
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200
	<b>Итого:</b>	<b>189</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>39</b>	<b>371</b>	<b>Итого:</b>	<b>212</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>38</b>	<b>445</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031/1	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>74</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>74</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.27/1/1	<b>Салат картофельный с кукурузой конс. или</b>	138	2	6	16	40	7.27/1/1	138	2	6	16	50
7.13/1/2	<b>Салат из припущенной моркови с изюмом/яблоком и р.маслом или</b>	108	1	5	17	40	7.13/1/1	108	1	5	17	50

7.12/1/2	<i>Салат из св. моркови с яблоком/изюмом</i> <i>р-м</i>	43.27	0.48	2.03	6.91	40	7.12/1/1	56.83	0.54	3.7	6.3	50
4.43	Свекольник	26	1	1	4	150	4.34*	26	1	1	4	200
2021/1/8	Мясо говядины отварное	352	28	22	1	50	7.1/8/1	302	28	17	1	75
2021/4/4*	Картофельное пюре без молока	93	2	2	15	120	2021/4/3/1*	135	3	5	18	150
2021/37/10	Напиток из шиповника <b>ИЛИ</b>	31	0	0	8	180	2021/37/1	31	0	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>1000.27</b>	<b>41.48</b>	<b>39.03</b>	<b>116.91</b>	<b>814</b>	<b>Итого:</b>	<b>1005.83</b>	<b>42.54</b>	<b>38.7</b>	<b>119.3</b>	<b>1031</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
7.151-4	Макаронные изделия отварные	165	4		26	120	7.151-4	165	4		26	150
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>434</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>85</b>	<b>295</b>	<b>Итого:</b>	<b>434</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>85</b>	<b>380</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2843</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>489</b>	<b>1642</b>	<b>Всего:</b>	<b>2843</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>489</b>	<b>2026</b>

### Меню - раскладка

Номер ТТК	12 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
2021/1/7*	Рыба отварная	180	24	8	0	50	2021/1/78	180	24	8	0	75
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая	120	3	3	20	100	4.45/3	120	3	3	20	150
7.45/3/4	Каша рисовая безмолочная	120	3	3	20	100	4.45/3	120	3	3	20	150
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
7.084-1	Кофейный напиток	52	1	1	7	180	7.084-1	52	1	1	7	200
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>39</b>	<b>16</b>	<b>97</b>	<b>455</b>	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>39</b>	<b>16</b>	<b>97</b>	<b>605</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031/1	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.24/1/2	<i>Салат из свеклы с яблоками ИЛИ</i>	133	1	7	14	40	7.24/1/1	133	1	7	14	50
7.20/1/2	<i>Салат из свеклы с растит. Маслом</i>	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 курином бульоне	36	1	1	7	150	7.55с/4	36	1	1	7	200

7.350	Бигус с мясом куры	100	9	4	6	180	7.350	100	9	4	6	230
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>530.97</b>	<b>98.45</b>	<b>15.98</b>	<b>81.75</b>	<b>604</b>	<b>Итого:</b>	<b>578.28</b>	<b>18.55</b>	<b>20.09</b>	<b>82.83</b>	<b>786</b>
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
2021/11/4	Каша пшеничная без молочной с изюмом	132	4	5	15	150	7.13/4	132	4	5	15	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>772</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>126</b>	<b>410</b>	<b>Итого:</b>					<b>530</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1897</b>	<b>72</b>	<b>50</b>	<b>282</b>	<b>1452</b>	<b>Всего:</b>	<b>1897</b>	<b>72</b>	<b>50</b>	<b>282</b>	<b>1847</b>

Номер ТТК	13 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
2021/15/4	Каша ячневая безмолочная	102	2	3	16	100	2021/15/4	102	2	3	16	130
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
2021/36/1	Какао	56	2	2	8	180	7.285	56	2	2	8	200
	<b>Итого:</b>	<b>158</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>280</b>	<b>Итого:</b>	<b>158</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>330</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.346	Фрукты	40	0	0	10	100	7.346	40	0	0	10	100
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.4/1/2	<i>Салат из св. капусты кукурузы, луком раст. и маслом</i> <b>или</b>	110	2	7	13	40	7.4/1/1	110	2	7	13	50
7.27/1/2	<i>Салат из отварного картофеля кукурузы и репчатого лука</i>	120	2	6	13	40	7.27/1/1	120	2	6	13	50
2021/13/2	Суп картофельный с зел. горошком	34	1	1	4	150	2021/13/6	34	1	1	4	200
2021/9/8-1	Печень по-строгановски	133	1	7	14	40	2021/9/8-2	133	1	7	14	50
7.н076/2	Греча рассыпчатая	179	13	12	1	180	7.076-1	231	16	16	1	230
7.15/15/2	Компот из брусники <b>или</b>	31	0	0	8	180	7.15/15/4	31	0	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов <b>или</b>	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200

4.17/10	Кисель Валетек						7.343/2	1.54	0.01	0	0.34	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	25	7.003	181	7	1	42	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>816</b>	<b>26</b>	<b>34</b>	<b>102</b>	<b>809</b>	<b>Итого:</b>	<b>869.54</b>	<b>29.01</b>	<b>38</b>	<b>102.34</b>	<b>1226</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
7.38/3/1	Запеканка морковная	111	2	4	20	130	7.38/3/2	111	2	4	20	180
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>149</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>280</b>	<b>Итого:</b>	<b>149</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>380</b>

Номер ТТК	14 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>											
2021/1/7*	Рыба отварная	180	24	8	0	50	2021/1/78	180	24	8	0	75
7.1/3/3	Картофель отварной <b>или</b>	102	2	3	16	100	7.1/3/2	102	2	3	16	130
7.1/3/4	Каша геркулесовая безмолочная	102	2	3	16	100	7.1/3/2	102	2	3	16	130
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
7.084-1	Кофейный напиток	52	1	1	7	180	7.084-1	52	1	1	7	200
	<b>Итого:</b>	<b>436</b>	<b>29</b>	<b>15</b>	<b>39</b>	<b>430</b>	<b>Итого:</b>	<b>436</b>	<b>29</b>	<b>15</b>	<b>39</b>	<b>535</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.346	Фрукты	40	0	0	10	100	7.346	40	0	0	10	100
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031/1	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.276	<i>Салат из свежей капусты с помидорам или</i>	61	2	4	6	30	7.276	61	2	4	6	50
7.29/1/2	<i>Салат из отварного картофеля с морковью, свеклой, луком, соленым огурцом или</i>	140	1	9	11	40	7.29/1/1	140	1	9	11	50
7.098/1	<i>Помидор порционный</i>	61	2	4	6	30	7.098/1	61	2	4	6	50
7.30/2/3-2	Уха рыбацкая	72	1	3	1	180	7.30/2/4	72	1	3	1	200
7.н114	Котлета куриная <b>или</b>	156	19	5	5	60	7.н114/2	156	19	5	5	70
2021/1/7*	Рыба отварная	180	24	8	0	50	2021/1/78	180	24	8	0	75
7.151	Макаронные изделия отварные с овощами	144	4	3	24	120	7.151-4	144	4	3	24	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	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>1053.6</b>	<b>60.05</b>	<b>37</b>	<b>110</b>	<b>884</b>	<b>Итого:</b>	<b>1053.6</b>	<b>60.05</b>	<b>37</b>	<b>110</b>	<b>1101</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
7.091	Каша пшленно-рисовая	100	2	3	14	150	7.091	100	2	3	14	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>115</b>	<b>380</b>	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>115</b>	<b>500</b>

Номер ТТК	15 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
2021/2/6-1	Омлет безмолочный <i>или</i>	102	2	3	16	100	2021/2/6-1	102	2	3	16	130
2021/2/6-2	Каша пшеничная безмолочная	102	2	3	16	100	2021/2/6-1	102	2	3	16	130
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
7.084-1	Кофейный напиток	52	1	1	7	180	7.084-1	52	1	1	7	200
	<b>Итого:</b>	<b>256</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>39</b>	<b>380</b>	<b>Итого:</b>	<b>256</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>39</b>	<b>460</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031/1	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.33/1/2	<i>Салат из картофеля с морс.капустой, луком</i> <i>или</i>	145	2	9	12	40	7.33/1/1	145	2	9	12	50
2021/2/1	<i>Огурец свежий порционный</i>	14	1	0	4	40	7.014-4	14	1	0	4	50
2021/6/3*	Щи из свежей капусты	51	1	2	7	150	2021/6/2.	51	1	2	7	200
7.4/8/2	Плов из мяса говядины	355	25	23	3	60	7.4/8/1	355	25	23	3	70
7.110	Компот из кураги <i>или</i>	38	0	0	9	150	7.110	38	0	0	9	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>889</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>88</b>	<b>674</b>	<b>Итого:</b>	<b>889</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>88</b>	<b>876</b>

Уплотненный полдник						Уплотненный полдник						
2021/027/1	Чай	38	0	0	9	150	7.10/10	38	0	0	9	200
2021/19/4	Каша из гречи и пшена (Дружба 1)	92	2	4	11	150	7.186	92	2	4	11	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>361</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>70</b>	<b>325</b>	<b>Итого:</b>	<b>361</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>70</b>	<b>430</b>
	<b>Всего:</b>	<b>3517</b>	<b>103</b>	<b>116</b>	<b>503</b>	<b>1578</b>	<b>Всего:</b>	<b>3517</b>	<b>103</b>	<b>116</b>	<b>503</b>	<b>1947</b>

Номер ТТК	16 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
2021/2/4	Каша гречневая безмолочная с раст. маслом	89	2	3	14	150	2021/2/4/1	120	2	3	20	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
2021/29/10	Чай с лимоном <b>или</b>	20	0	0	5	180	7.11/10	20	0	0	5	200
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200
	<b>Итого:</b>	<b>359</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>74</b>	<b>535</b>	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>80</b>	<b>630</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>		<b>20</b>	<b>200</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.19/1/2	<b>Салат из морск.капусты с морковью, яйцом</b>	169	2	15	7	40	7.19/1/1	169	2	15	7	50
7.5/1/2	<b>или Салат из св. кап. с морк. раст. маслом</b>	69	2	3	10	40	7.5/1/1	69	2	3	10	50
7.32/2/4	Суп гороховый	54	1	2	6	150	7.32/2/4	54	1	2	6	200
2021/38/1/	Фрикадельки из гов./свин	261	15	16	8	70	7.22/8	261	15	16	8	80
4.34/2	Гренки						4.34/2					
2021/32/3/	Рагу из овощей <b>ИЛИ</b>	70	3	1	12	130	7.36/3	70	3	1	12	150
2021/37/10	Напиток из шиповника <b>ИЛИ</b>	31	0	0	8	180	7.15/10	31	0	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	30	7.003	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>871</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>102</b>	<b>806</b>	<b>Итого:</b>	<b>871</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>102</b>	<b>986</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200

2021/2/6-1	Омлет безмолочный	102	2	3	16	100	2021/2/6-1	102	2	3	16	130
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>1589</b>	<b>40</b>	<b>35</b>	<b>274</b>	<b>305</b>	<b>Итого:</b>	<b>1589</b>	<b>40</b>	<b>35</b>	<b>274</b>	<b>360</b>

Номер ТТК	17 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая.	120	3	3	20	100	7.45/3	120	3	3	20	150
2021/1/7*	Рыба отварная <b>или</b>	180	24	8	0	50	2021/1/78	180	24	8	0	75
7.45/3/3	Каша рисовая безмолочная	120	3	3	20	150	7.45/3	120	3	3	20	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
7.084-1	Кофейный напиток	52	1	1	7	180	7.084-1	52	1	1	7	200
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>39</b>	<b>16</b>	<b>97</b>	<b>505</b>	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>39</b>	<b>16</b>	<b>97</b>	<b>655</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031	46	1	0	10	100
7.346	Фрукты	40	0	0	10	100	7.346	40	0	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.13/1/2	<i>Салат из припущенной моркови с ябл.изюм <b>или</b></i>	108	1	7	13	40	7.13/1/1	108	1	7	13	50
7.12/1/2	<i>Салат из морковки с ябл./изюмом</i>	43.26	0.48	2.03	6.92	40	7.12/1/1	54.07	0.6	2.54	5.65	50
2021/2-22	Борщ	40	1	2	5	150	2021/2/2/	40	1	2	5	200
7.н114	Котлета куриная <b>или</b>	134	14	2	8	60	7.5/9*	134	14	2	8	70
2021/1/7*	Рыба отварная	180	24	8	0	50	2021/1/78	180	24	8	0	75
7.151-2	Макаронные изделия отварные	165	4		26	120	7.н151-2	165	4		26	150
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	30	7.003-2	181	7	1	42	50
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	4	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>671</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>113</b>	<b>596</b>	<b>Итого:</b>	<b>671</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>113</b>	<b>736</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200
7.4/4/2	Каша кукурузная <b>или</b>	89	2	3	11	150	7.4/4/2	89	2	3	11	200
7.5/4/2	Каша манная безмолоч.с масл.растит.	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	231	8	1	50	25	7,052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>747</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>113</b>	<b>360</b>	<b>Итого:</b>	<b>747</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>113</b>	<b>440</b>

Номер ТТК	18 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
7.н028	Каша из геркулеса и риса (Дружба 4) с масл. Растит.	142.78	4.21	5.69	17.57	150	7.н028	172.63	5.56	5.58	23.58	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7,022	231	8	1	50	30
7.14/10/1	Какао	56	2	2	8	180	7.285	56	2	2	8	200
	<b>Итого:</b>	<b>429.78</b>	<b>14.21</b>	<b>8.69</b>	<b>75.57</b>	<b>355</b>	<b>Итого:</b>	<b>459.63</b>	<b>15.56</b>	<b>8.58</b>	<b>81.58</b>	<b>430</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031	46	1	0	10	100
7.346	Фрукты	40	0	0	10	100	7.346	40	0	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>	<b>Итого:</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
7.20/1/2	<b>Салат из отв.свеклы с раст.масл. ИЛИ</b>	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	салат из св. капусты с раст. Маслом	44.02	0.66	2.71	5.15	40	7.3/1/1	55.03	0.82	3.4	6.44	50
7.252	Суп-пюре из разных овощей	46	1	2	5	150	7.27/2	64.28	1.8	2.1	8.15	200
7.11/8/3	Гуляш из мяса	167	10	10	8	60	7.11/8/1	167	10	10	8	80
7.н076/2	Каша гречневая рассыпчатая	95	3	4	12	150	7.076-1	95	3	4	12	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	50
7.15/15	Компот из клюквы <b>ИЛИ</b>	31	0	0	8	180	7.15/15	31	0	0	8	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>638.51</b>	<b>22.21</b>	<b>22.68</b>	<b>91.37</b>	<b>816</b>	<b>Итого:</b>	<b>695.88</b>	<b>23.07</b>	<b>21.41</b>	<b>95.09</b>	<b>1036</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>						<b>Уплотненный полдник</b>					
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200
7.1/3/3	Картофель отварной	102	2	3	16	100	7.1/3/2	102	2	3	16	80
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>531</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>236</b>	<b>425</b>	<b>Итого:</b>	<b>531</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>236</b>	<b>430</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2439</b>	<b>70</b>	<b>66</b>	<b>380</b>	<b>1402</b>	<b>Всего:</b>	<b>2439</b>	<b>70</b>	<b>66</b>	<b>380</b>	<b>1772</b>

Номер ТТК	19 день	Ясли					Сад					
	Блюдо	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Выход блюда г.	Номер ТТК	Энергет. Цен. Ккал.	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Выход блюда г.
	<i>Завтрак</i>						<i>Завтрак</i>					
2021/1/7*	Рыба отварная	180	24	8	0	50	7.1/1/1	180	24	8	0	75
7.1/3/3	Картофель отварной <b>или</b>	102	2	3	16	100	7.1/3/2	102	2	3	16	130
7.1/3/3	Каша пшеничная безмолочная	102	2	3	16	150	7.1/3/2	102	2	3	16	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
7.084-1	Кофейный напиток	52	1	1	7	180	7.084-1	52	1	1	7	200
	<b>Итого:</b>	<b>667</b>	<b>37</b>	<b>16</b>	<b>89</b>	<b>505</b>	<b>Итого:</b>	<b>667</b>	<b>37</b>	<b>16</b>	<b>89</b>	<b>635</b>
	<b>10.00</b>						<b>10.00</b>					
7.346	Фрукты	40	0	0	10	100	7.346	40	0	0	10	100
7.033/2	Сок фруктовый	46	1	0	10	100	7.031	46	1	0	10	100
	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>200</b>	<b>Итого:</b>	<b>86</b>	<b>1</b>		<b>20</b>	<b>200</b>
	<i>Обед</i>						<i>Обед</i>					
7.19/1/2	<i>Салат из мор.кап.яйцом с р.м <b>или</b></i>	65	1	4	4	40	7.19/1	78	1	5	5	50
7.097/1	<i>Салат из помидор с растит. маслом</i>	111	1	10	5	45	7.097	111	1	10	5	50
4.20/2	Суп-лапша на курином бульоне	44.5	1	1.	6	150	4.20/2	44.5	1	1.	6	200
2021/1/9	Мясо кур отварное	250	14	14	10	60	2021/1/10	254	14	14	10	70
7.047	Розовое пюре без молока	93	2	2	15	120	7.047	135	3	5	18	150
7.078	Компот из изюма <b>или</b>	45	0	0	11	150	7.078	45	0	0	11	200
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	28	0	0	7	150	7.6/10,	28	0	0	7	200
7.002/1	Хлеб ржаной	181	7	1	42	40	7.003	181	7	1	42	40
7.422	Соль 4/6 гр	0	0	0	0	6	7.н044	0	0	0	0	6
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>85</b>	<b>566</b>	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>85</b>	<b>736</b>
	<i>Уплотненный полдник</i>						<i>Уплотненный полдник</i>					
7.10/10/1	Чай	19	0	0	5	180	7.10/10	19	0	0	5	200
2021/11/4	Каша пшеничная с изюмом	132	4	5	15	150	2021/11/4.	132	4	5	15	200
7.051	Хлеб пшеничный	231	8	1	50	25	7.052	231	8	1	50	30
	<b>Итого:</b>	<b>772</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>126</b>	<b>410</b>	<b>Итого:</b>	<b>772</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>126</b>	<b>530</b>

20 день	Ясли	Сад
---------	------	-----







|

|





I







**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 507203158059586111652294573924499816527024422889

Владелец Алдакимова Ольга Сергеевна

Действителен с 11.01.2024 по 10.01.2025