



|                   |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
|-------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|---------|---------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК - 437         | Чай полусладкий с молоком                         | 180     | 150     | 1,68  | 1,26  | 1,25  | 0,94  | 7,53   | 5,65   | 48,09   | 36,06   | 2,10  | 1,58  | 0,015 | 0,011 | 76,5    | 57,37   | 0,43  | 0,32  | 8,8    | 6,7    |
| ТТК-652           | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным            | 25/25   | 25/25   | 2,57  | 2,57  | 6,71  | 6,71  | 8,72   | 8,72   | 85,56   | 85,56   | 1,24  | 1,24  | 0,005 | 0,005 | 93,120  | 93,120  | 1,15  | 1,15  | 25,18  | 25,18  |
| 182/16            | Каша ячневая вязкая                               | 130     | 100     | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0     | 0     | 0,08  | 0,06  | 23      | 18      | 0,5   | 0,4   | 7,21   | 5,9    |
|                   | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                   |         |         | 8,61  | 7,54  | 11,80 | 10,65 | 45,48  | 39,38  | 339,88  | 300,74  | 3,34  | 2,82  | 0,12  | 0,10  | 197,22  | 173,09  | 2,30  | 2,09  | 46,85  | 43,44  |
|                   | ИТОГО                                             |         |         | 39,77 | 30,16 | 43,45 | 35,68 | 226,26 | 169,69 | 1592,34 | 1253,94 | 51,48 | 39,76 | 0,75  | 0,59  | 434,83  | 356,37  | 22,22 | 10,32 | 189,55 | 149,00 |
| 2 день            |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 3/16              | Бутерброд с маслом с сыром                        | 30/5/5. | 20/5/5  | 3,74  | 3,00  | 5,91  | 5,62  | 16,43  | 12,33  | 130,13  | 104,00  | 0,04  | 0,04  | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6,10    | 0,46  | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 199/2016          | Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом    | 180/3   | 150/3   | 7,17  | 5,38  | 7,02  | 5,89  | 30,49  | 22,88  | 213,86  | 166,01  | 4,22  | 3,17  | 0,11  | 0,08  | 191     | 143     | 0,9   | 0,70  | 18,0   | 7,50   |
| ттк №18           | Какао с молоком полусладкий                       | 180     | 150     | 3,09  | 2,58  | 2,57  | 2,14  | 15,74  | 13,11  | 98,39   | 81,99   | 3,63  | 3,03  | 0,028 | 0,024 | 109,44  | 91,2    | 0,32  | 0,27  | 14,22  | 11,85  |
|                   |                                                   |         |         | 14,00 | 10,96 | 15,50 | 13,65 | 62,66  | 48,32  | 442,38  | 352,00  | 7,89  | 6,24  | 0,19  | 0,13  | 309,04  | 240,30  | 1,68  | 1,28  | 45,62  | 28,25  |
| Второй завтрак    |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 386/16            | Ацидофилин                                        | 150     | 100     | 4,54  | 3,02  | 4,05  | 2,70  | 6,48   | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30  | 0,86  | 0,09  | 0,06  | 270,00  | 180,00  | 0,225 | 0,15  | 15,0   | 8      |
|                   | Печенье                                           | 23      | 23      | 2,05  | 2,05  | 2,68  | 2,68  | 25,43  | 25,43  | 114,10  | 114,10  | 0,00  | 0,00  | 0,02  | 0,02  | 7,9     | 7,93    | 0,57  | 0,57  | 3,50   | 3,50   |
|                   |                                                   |         |         | 6,59  | 5,07  | 6,73  | 5,38  | 31,91  | 29,75  | 204,61  | 167,78  | 1,30  | 0,86  | 0,11  | 0,08  | 277,93  | 187,93  | 0,80  | 0,72  | 18,50  | 11,50  |
| Обед              |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| ТТК №994          | Салат "Пестрый"                                   | 50      | 40      | 3,40  | 2,72  | 2,22  | 1,80  | 9,23   | 7,40   | 70,20   | 56,20   | 4,20  | 3,36  | 0,04  | 0,03  | 31,00   | 24,80   | 0,40  | 0,30  | 5,70   | 4,6    |
| 111/16            | Суп с макаронными изделиями                       | 200     | 150     | 8,05  | 6,00  | 7,18  | 6,67  | 21,12  | 18,34  | 141,33  | 123,35  | 2,19  | 1,83  | 0,18  | 0,14  | 33,62   | 26,22   | 1,82  | 1,47  | 8,54   | 6,40   |
| 289/2017          | Рагу из птицы                                     | 50/150  | 50/100  | 12,30 | 8,20  | 17,66 | 11,80 | 29,85  | 20,00  | 313,00  | 208,70  | 8,08  | 5,40  | 0,21  | 0,14  | 57,66   | 38,44   | 0,11  | 0,07  | 26,40  | 17,6   |
| 342/15            | Напиток из свеж.ябл.                              | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54  | 3,41  | 0,11  | 0,08  | 6,40    | 4,80    | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                       | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59    | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|                   |                                                   |         |         | 27,13 | 19,70 | 27,75 | 20,81 | 104,64 | 80,59  | 712,22  | 536,05  | 19,01 | 14,00 | 0,59  | 0,43  | 140,18  | 103,45  | 3,66  | 2,81  | 58,15  | 46,28  |
| Усиленный полдник |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 400/14            | Молоко кипяченое                                  | 140     | 130     | 4,28  | 4,00  | 3,70  | 3,43  | 7,08   | 6,57   | 78,72   | 73,09   | 1,91  | 1,78  | 0,08  | 0,07  | 265,40  | 246,50  | 0,22  | 0,20  | 20,6   | 19,1   |
| 386/16            | Десерт фруктовый Яблоко                           | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00   | 15,20   | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 252/16            | Запеканка из творога с морковью с соусом молочным | 100/30  | 75/30   | 12,24 | 9,33  | 11,65 | 9,08  | 27,78  | 21,83  | 264,45  | 205,95  | 0,81  | 0,63  | 0,20  | 0,02  | 132,40  | 205,95  | 0,74  | 0,6   | 22,7   | 17,0   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                    | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                   |         |         | 18,47 | 15,26 | 15,96 | 13,10 | 55,70  | 48,74  | 435,88  | 369,50  | 13,72 | 12,86 | 0,32  | 0,13  | 418,40  | 472,25  | 1,78  | 1,56  | 57,96  | 50,27  |
|                   | ИТОГО                                             |         |         | 66,19 | 50,99 | 65,94 | 52,94 | 254,91 | 207,40 | 1795,09 | 1425,33 | 41,92 | 33,96 | 1,21  | 0,77  | 1145,55 | 1003,93 | 7,92  | 6,37  | 180,23 | 136,30 |
| 3 день            |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 2/04              | Бутерброд с повидлом                              | 30/5/10 | 20/5/10 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 16,21  | 134,93  | 108,80  | 0,10  | 0,10  | 0,02  | 0,01  | 5,2     | 3,4     | 0,22  | 0,11  | 9,6    | 7,5    |
| 182/15            | Каша молочная пшенная с маслом                    | 180/3   | 150/3   | 7,79  | 5,85  | 6,15  | 5,23  | 38,72  | 29,05  | 241,46  | 186,71  | 4,03  | 3,02  | 0,57  | 0,43  | 9,00    | 5,00    | 0,70  | 0,50  | 17,30  | 6,2    |
| 227/16            | Яйцо вареное                                      | 1 шт    | 1 шт    | 5,52  | 5,52  | 5,04  | 5,04  | 0      | 0      | 67,44   | 67,44   | 0     | 0     | 0,03  | 0,03  | 22,00   | 22,00   | 1,00  | 1,00  | 4,80   | 4,80   |
| ТТК №437          | Чай полусладкий с молоком                         | 180     | 150     | 1,46  | 1,26  | 1,12  | 0,94  | 6,46   | 5,65   | 42,00   | 36,06   | 1,89  | 1,58  | 0,013 | 0,011 | 68,8    | 57,37   | 0,39  | 0,32  | 7,9    | 6,7    |
|                   |                                                   |         |         | 17,04 | 14,16 | 16,80 | 15,41 | 66,53  | 50,91  | 485,83  | 399,01  | 6,02  | 4,70  | 0,63  | 0,48  | 105,00  | 87,77   | 2,31  | 1,93  | 39,60  | 25,20  |
| Второй завтрак    |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 386/16            | Ряженка                                           | 150     | 100     | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180,00  | 120,00  | 0     | 0     | 0,15   | 0,1    |
|                   |                                                   |         |         | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180     | 120     | 0     | 0     | 0,15   | 0,1    |
| Обед              |                                                   |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 25/04             | Салат "Степной"                                   | 50      | 40      | 1,08  | 0,86  | 4,13  | 3,31  | 15,93  | 14,75  | 65,25   | 52,20   | 6,93  | 8,67  | 0,08  | 0,08  | 20,20   | 16,16   | 0,51  | 0,41  | 11,7   | 9,4    |
| 63/16             | Борщ с капустой и карт. со сметаной               | 200/5   | 150/5   | 1,80  | 1,38  | 6,76  | 3,01  | 18,59  | 7,99   | 143,43  | 107,57  | 19,97 | 17,23 | 0,07  | 0,05  | 47,22   | 36,40   | 1,32  | 0,99  | 14,90  | 8,60   |
| ТТК-53к           | Мякоть птицы тушеная в соусе                      | 50/50   | 50/50   | 11,08 | 11,08 | 7,64  | 7,64  | 23,78  | 23,78  | 168,20  | 168,20  | 1,28  | 1,28  | 0,080 | 0,080 | 11,45   | 11,45   | 1,23  | 1,23  | 22,43  | 22,43  |

|                   |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
|-------------------|-------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|--------|--------|-------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК-446           | Пюре из бобовых "Янтарное"                      | 130     | 100    | 14,70 | 11,31 | 4,32  | 3,32  | 32,42  | 24,94  | 227,34  | 174,88  | 0      | 0      | 0     | 0     | 0,67    | 0,45   | 0,01  | 0,01  | 0,07   | 0,05   |
| ТТК №3            | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий  | 180     | 150    | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 59,94   | 0,03   | 0,02   | 0     | 0     | 17,25   | 12,94  | 1,95  | 1,46  | 13,80  | 10,35  |
|                   | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                     | 1/30    | 1/20   | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|                   |                                                 |         |        | 32,36 | 27,64 | 23,38 | 17,70 | 135,53 | 106,59 | 793,25  | 651,65  | 28,21  | 27,20  | 0,28  | 0,25  | 108,29  | 86,59  | 6,17  | 4,94  | 76,81  | 65,81  |
| Усиленный полдник |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 686/04            | Чай с лимоном (полусладкий)                     | 180/7   | 150/7  | 0,27  | 0,22  | 0     | 0     | 15,33  | 11,57  | 62,40   | 47,16   | 3,30   | 3,27   | 0,003 | 0,002 | 3,25    | 2,43   | 0,087 | 0,065 | 0,840  | 0,630  |
| 219/2016          | Макаронные изделия отварные                     | 130     | 100    | 4,62  | 3,57  | 3,78  | 2,91  | 31,67  | 24,36  | 179,30  | 137,92  | 0,00   | 0,00   | 0,08  | 0,06  | 17,09   | 13,15  | 0,60  | 0,46  | 18,80  | 14,50  |
| ТТК-730           | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным | 50/30   | 50/30  | 4,24  | 4,24  | 6,72  | 6,72  | 14,24  | 14,24  | 94,38   | 94,38   | 1,61   | 1,61   | 0,01  | 0,01  | 26,50   | 26,50  | 0,39  | 0,39  | 5,57   | 5,57   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                 |         |        | 10,65 | 9,55  | 10,68 | 9,81  | 72,18  | 61,11  | 383,54  | 326,92  | 4,91   | 4,88   | 0,11  | 0,09  | 51,44   | 46,68  | 1,30  | 1,14  | 30,87  | 26,36  |
|                   | ИТОГО                                           |         |        | 64,40 | 54,25 | 54,61 | 45,42 | 280,24 | 222,61 | 1737,62 | 1427,58 | 40,19  | 37,48  | 1,09  | 0,86  | 444,73  | 341,04 | 9,78  | 8,01  | 147,43 | 117,47 |
| 4 день            |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 3/16              | Бутерброд с маслом с сыром                      | 30/5/5. | 20/5/5 | 3,74  | 3,00  | 5,91  | 5,62  | 16,43  | 12,33  | 130,13  | 104,00  | 0,04   | 0,04   | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6,10   | 0,46  | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 181/16            | Каша молочная манная (жидкая) с маслом          | 180/3   | 150/3  | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 162,89  | 4,22   | 3,17   | 0,38  | 0,29  | 182,00  | 136,00 | 0,40  | 0,30  | 13,30  | 8,22   |
| ттк № 17          | Кофейный напиток полусладкий                    | 180     | 150    | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61   | 67,17   | 0,75   | 0,62   | 0,03  | 0,03  | 110,60  | 92,2   | 0,20  | 0,2   | 19,80  | 16,50  |
|                   |                                                 |         |        | 12,87 | 10,06 | 14,88 | 11,61 | 64,19  | 49,32  | 440,44  | 334,06  | 5,01   | 3,83   | 0,46  | 0,35  | 301,20  | 234,30 | 1,06  | 0,81  | 46,50  | 33,62  |
| Второй завтрак    |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 402/14            | Простокваша                                     | 150     | 100    | 4,59  | 3,06  | 3,96  | 2,64  | 6,49   | 4,33   | 79,92   | 53,28   | 1,27   | 0,84   | 0,045 | 0,03  | 212     | 153    | 0,15  | 0,1   | 20     | 12     |
|                   |                                                 |         |        | 4,59  | 3,06  | 3,96  | 2,64  | 6,49   | 4,33   | 79,92   | 53,28   | 1,27   | 0,84   | 0,05  | 0,03  | 212,00  | 153,00 | 0,15  | 0,10  | 20,00  | 12,00  |
| Обед              |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 46/16             | Винегрет " Дары осени"                          | 50      | 40     | 0,98  | 0,76  | 3,55  | 2,84  | 13,94  | 13,15  | 51,49   | 41,19   | 9,35   | 7,48   | 0,04  | 0,03  | 11,60   | 9,30   | 0,40  | 0,34  | 10,06  | 8,04   |
| 82/16             | Рассольник Ленинградский со смет                | 200/5   | 150/5  | 2,16  | 1,65  | 3,79  | 3,03  | 9,97   | 7,51   | 117,67  | 98,93   | 17,68  | 13,26  | 0,20  | 0,06  | 30,40   | 23,42  | 1,31  | 0,98  | 18,26  | 12,43  |
| ТТК-331           | Котлеты "Любимые"                               | 75      | 50     | 10,5  | 7,00  | 9,00  | 6,00  | 11,00  | 6,00   | 167,00  | 105,00  | 0      | 0      | 0,083 | 0,056 | 12,74   | 10,2   | 1,27  | 1,1   | 11,1   | 7,4    |
| 182/16            | Каша пшеничная вязкая с маслом                  | 130/3   | 100/3  | 4,03  | 3,10  | 3,80  | 2,93  | 21,10  | 16,23  | 134,75  | 103,66  | 0      | 0      | 0,09  | 0,07  | 23      | 18     | 0,5   | 0,4   | 18,5   | 14,2   |
| 417/16            | Напиток из шиповника                            | 180     | 150    | 0,68  | 0,51  | 0,28  | 0,21  | 18,97  | 14,23  | 81,30   | 61,00   | 100,00 | 75,00  | 0,01  | 0,01  | 21,30   | 16,00  | 0,63  | 0,47  | 3,50   | 2,60   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                     | 1/30    | 1/20   | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|                   |                                                 |         |        | 21,55 | 15,66 | 20,93 | 15,41 | 100,36 | 77,68  | 661,32  | 498,64  | 127,03 | 95,74  | 0,47  | 0,27  | 110,54  | 86,11  | 5,26  | 4,13  | 75,33  | 59,69  |
| Усиленный полдник |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 400/14            | Молоко кипяченое                                | 140     | 130    | 4,28  | 4,00  | 3,70  | 3,43  | 7,08   | 6,57   | 78,72   | 73,09   | 1,91   | 1,78   | 0,08  | 0,07  | 265,40  | 246,50 | 0,22  | 0,20  | 20,6   | 19,1   |
| 386/16            | Десерт фруктовый Яблоко                         | 100     | 95     | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00  | 10,45  | 0,02  | 0,02  | 16,00   | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 203/16            | Запеканка рисовая с творогом с повидлом         | 120/15  | 90/15  | 12,50 | 9,38  | 17,92 | 9,62  | 36,45  | 29,28  | 365,07  | 281,22  | 0,95   | 0,87   | 0,08  | 0,06  | 265,7   | 199,5  | 0,84  | 0,63  | 16,10  | 7,10   |
|                   | Хлеб Пшеничный                                  | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                                 |         |        | 18,73 | 15,31 | 22,23 | 13,64 | 64,37  | 56,19  | 536,50  | 444,77  | 13,86  | 13,10  | 0,20  | 0,17  | 551,70  | 465,80 | 1,88  | 1,62  | 51,36  | 40,37  |
|                   | ИТОГО                                           |         |        | 57,74 | 44,09 | 62,00 | 43,30 | 235,41 | 187,52 | 1718,18 | 1330,75 | 147,17 | 113,51 | 1,18  | 0,82  | 1175,44 | 939,21 | 8,35  | 6,66  | 193,19 | 145,68 |
| 5 день            |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |         |        |       |       |        |        |
| 1/16              | Бутерброд с маслом                              | 30/5    | 20/5   | 2,25  | 1,51  | 4,99  | 4,71  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00   | 0      | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6      | 0,46  | 0,31  | 8,70   | 6,2    |
| 227/16            | Яйцо вареное                                    | 1 шт    | 1 шт   | 5,52  | 5,52  | 5,04  | 5,04  | 0      | 0      | 67,44   | 67,44   | 0      | 0      | 0,03  | 0,03  | 22,00   | 22,00  | 1,00  | 1,00  | 4,80   | 4,80   |
| 93/04             | Суп молочный с макаронными изд                  | 180     | 150    | 4,58  | 3,44  | 3,84  | 2,88  | 37,86  | 23,39  | 184,28  | 153,21  | 1,30   | 0,98   | 0,11  | 0,09  | 202,03  | 161,62 | 0,67  | 0,53  | 16,14  | 8,10   |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                 | 180     | 150    | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00   | 0,00   | 0     | 0     | 5,05    | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|                   |                                                 |         |        | 12,55 | 10,62 | 13,87 | 12,63 | 61,38  | 40,36  | 388,58  | 326,12  | 1,30   | 0,98   | 0,19  | 0,15  | 237,68  | 193,51 | 2,97  | 2,47  | 34,04  | 22,40  |



|                   |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
|-------------------|--------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| Завтрак           |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 3/16              | Бутерброд с маслом с сыром                 | 30/5/10 | 20/5/5  | 5,19  | 3,00  | 7,24  | 5,62  | 18,49  | 12,33  | 147,90  | 104,00  | 0,08   | 0,04   | 0,05  | 0,03  | 8,60   | 6,10   | 0,46  | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 222/16            | Макароны запеченные с яйцом с маслом       | 180/3   | 150/3   | 4,43  | 3,69  | 16,90 | 14,08 | 39,60  | 33,02  | 315,00  | 262,53  | 3,60   | 3,00   | 0,16  | 0,13  | 56,5   | 47,1   | 1,7   | 1,4   | 9,7    | 8,1    |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                            | 180     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00   | 0,00   | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
|                   |                                            |         |         | 9,82  | 6,84  | 24,14 | 19,70 | 63,15  | 49,14  | 483,94  | 382,31  | 3,68   | 3,04   | 0,21  | 0,16  | 70,15  | 56,99  | 3,00  | 2,34  | 27,52  | 20,30  |
| Второй завтрак    |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 707/04            | Сок фруктовый разливной                    | 180     | 150     | 0,90  | 0,75  | 0     | 0     | 18,18  | 15,15  | 76,32   | 63,60   | 4,32   | 3,60   | 0,02  | 0,02  | 12,6   | 10,50  | 2,52  | 2,10  | 7,20   | 6,00   |
|                   |                                            |         |         | 0,90  | 0,75  | 0     | 0     | 18,18  | 15,15  | 76,32   | 63,60   | 4,32   | 3,60   | 0,02  | 0,02  | 12,60  | 10,50  | 2,52  | 2,10  | 7,20   | 6,00   |
| Обед              |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК № 49          | Салат «Летний»                             | 50      | 40      | 0,95  | 0,76  | 2,60  | 2,10  | 5,10   | 4,10   | 47,00   | 37,60   | 30,00  | 24,00  | 0,02  | 0,02  | 26,0   | 21,00  | 0,34  | 0,27  | 9,90   | 7,90   |
| 91/16             | Суп картофельный с клецками                | 200     | 150     | 7,96  | 7,18  | 9,41  | 8,54  | 26,71  | 22,60  | 183,36  | 155,97  | 12,40  | 9,37   | 0,09  | 0,07  | 22,3   | 16,7   | 1,3   | 1,00  | 13,96  | 8,97   |
| ТТК №9            | Биточки рыбные «Морячка» с соусом томатным | 50/30   | 50/30   | 8,80  | 8,80  | 3,40  | 3,40  | 6,66   | 6,66   | 98,10   | 98,10   | 1,80   | 1,80   | 0,11  | 0,11  | 15,80  | 15,80  | 0,64  | 0,64  | 29,12  | 29,12  |
| 321/14            | Пюре картофельное                          | 130     | 100     | 2,57  | 1,98  | 3,96  | 3,05  | 15,42  | 8,79   | 225,61  | 170,47  | 6,00   | 4,60   | 0,14  | 0,11  | 36,98  | 29,58  | 1,09  | 0,81  | 11,05  | 8,50   |
| 417/16            | Напиток из шиповника                       | 180     | 150     | 0,68  | 0,51  | 0,28  | 0,21  | 18,97  | 14,23  | 81,30   | 61,00   | 100,00 | 75,00  | 0,01  | 0,01  | 21,30  | 16,00  | 0,63  | 0,47  | 3,50   | 2,60   |
|                   | Хлеб Пшеничный                             | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|                   |                                            |         |         | 24,16 | 21,87 | 20,16 | 17,70 | 98,24  | 76,94  | 744,48  | 612,00  | 150,20 | 114,77 | 0,42  | 0,36  | 133,88 | 108,27 | 5,15  | 4,03  | 81,44  | 72,11  |
| Усиленный полдник |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                            | 180     | 150     | 0,20  | 0,15  | 0     | 0     | 5,06   | 3,79   | 21,04   | 15,78   | 0,00   | 0,00   | 0     | 0     | 5,05   | 3,79   | 0,84  | 0,63  | 4,4    | 3,3    |
| 386/16            | Десерт фруктовый Яблоко                    | 100     | 95      | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00  | 10,45  | 0,02  | 0,02  | 16,00  | 15,20  | 0,60  | 0,57  | 9,0    | 8,5    |
| 196/17            | Плов сладкий                               | 130     | 100     | 3,42  | 2,63  | 5,10  | 3,92  | 54,02  | 41,56  | 278,20  | 214,00  | 0,61   | 0,47   | 0,04  | 0,03  | 47,3   | 36,4   | 1,34  | 1,03  | 44,3   | 34,1   |
|                   | Хлеб Пшеничный                             | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   |                                            |         |         | 5,57  | 4,71  | 5,71  | 4,51  | 79,92  | 65,69  | 391,95  | 320,24  | 11,61  | 10,92  | 0,08  | 0,07  | 72,97  | 59,99  | 3,00  | 2,45  | 63,36  | 51,55  |
|                   |                                            |         |         | 40,45 | 34,17 | 50,01 | 41,91 | 259,49 | 206,92 | 1696,69 | 1378,15 | 169,81 | 132,33 | 0,73  | 0,61  | 289,60 | 235,75 | 13,67 | 10,92 | 179,52 | 149,96 |
| 2 день            |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| Завтрак           |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 2/04              | Бутерброд с повидлом                       | 30/5/10 | 20/5/10 | 2,27  | 1,53  | 4,49  | 4,20  | 21,35  | 16,21  | 134,93  | 108,80  | 0,10   | 0,10   | 0,02  | 0,01  | 5,2    | 3,4    | 0,22  | 0,11  | 9,6    | 7,5    |
| 97/16             | Суп молочный с рисом                       | 180     | 150     | 3,80  | 2,85  | 4,89  | 3,80  | 18,93  | 11,20  | 129,95  | 91,43   | 4,00   | 3,00   | 0,027 | 0,036 | 169,56 | 127,17 | 0,222 | 0,166 | 12,52  | 6,89   |
| 591/14            | Кисель из концентрата полусладкий          | 180     | 150     | 0,10  | 0,07  | 0     | 0     | 28,48  | 16,11  | 86,30   | 64,73   | 0,96   | 0,72   | 0     | 0     | 24,00  | 18,00  | 1,20  | 0,90  | 12,00  | 9,00   |
|                   |                                            |         |         | 6,17  | 4,45  | 9,38  | 8,00  | 68,76  | 43,52  | 351,18  | 264,96  | 5,06   | 3,82   | 0,05  | 0,05  | 198,76 | 148,57 | 1,64  | 1,18  | 34,12  | 23,39  |
| Второй завтрак    |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 402/14            | Простокваша                                | 150     | 100     | 4,59  | 3,06  | 3,96  | 2,64  | 6,49   | 4,33   | 79,92   | 53,28   | 1,27   | 0,84   | 0,045 | 0,03  | 212    | 153    | 0,15  | 0,1   | 20     | 12     |
|                   |                                            |         |         | 4,59  | 3,06  | 3,96  | 2,64  | 6,49   | 4,33   | 79,92   | 53,28   | 1,27   | 0,84   | 0,05  | 0,03  | 212,00 | 153,00 | 0,15  | 0,10  | 20,00  | 12,00  |
| Обед              |                                            |         |         |       |       |       |       |        |        |         |         |        |        |       |       |        |        |       |       |        |        |
| 23/16             | Салат из картофеля с солеными огурцами     | 50      | 40      | 0,73  | 0,49  | 4,70  | 3,14  | 4,28   | 3,58   | 66,38   | 44,56   | 6,00   | 4,80   | 0,03  | 0,02  | 10,7   | 8,52   | 0,30  | 0,20  | 10,95  | 8,52   |
| ТТК №425          | Суп "Гречишное зернышко"                   | 200     | 150     | 2,34  | 1,76  | 6,49  | 5,87  | 12,56  | 9,42   | 132,04  | 99,03   | 5,46   | 3,10   | 0,08  | 0,10  | 8,25   | 6,60   | 1,4   | 1,12  | 22,5   | 14,00  |
| 287/14            | Тефтели мясные (2 вариант)                 | 50/30   | 50/30   | 7,84  | 7,84  | 12,97 | 12,97 | 17,43  | 17,43  | 177,80  | 177,80  | 1,24   | 1,24   | 0,079 | 0,079 | 63,19  | 63,19  | 1,23  | 1,23  | 12,16  | 12,16  |
| 219/2016          | Макаронные изделия отварные                | 130     | 100     | 4,62  | 3,57  | 3,78  | 2,91  | 31,67  | 24,36  | 179,30  | 137,92  | 0,00   | 0,00   | 0,08  | 0,06  | 17,09  | 13,15  | 0,60  | 0,46  | 18,80  | 14,50  |
| 342/15            | Напиток из свеж.ябл.                       | 180     | 150     | 0,18  | 0,14  | 0,18  | 0,14  | 19,06  | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54   | 3,41   | 0,11  | 0,08  | 6,40   | 4,80   | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|                   | Хлеб Пшеничный                             | 1/20    | 1/20    | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6    | 4,6    | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|                   | Хлеб Ржаной                                | 1/30    | 1/20    | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9    | 4,59   | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |

|          |                                                |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
|----------|------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|---------|--------|-------|------|--------|--------|
|          |                                                |         |        | 18,91 | 16,44 | 28,63 | 25,43 | 110,38 | 89,64  | 743,21  | 607,11  | 17,24 | 12,55 | 0,43  | 0,38  | 117,08  | 105,45 | 4,86  | 3,98 | 81,92  | 66,90  |
|          | Усиленный полдник                              |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| ТТК №437 | Чай полусладкий с молоком                      | 180     | 150    | 1,46  | 1,26  | 1,12  | 0,94  | 6,46   | 5,65   | 42,00   | 36,06   | 1,89  | 1,58  | 0,013 | 0,011 | 68,8    | 57,37  | 0,39  | 0,32 | 7,9    | 6,7    |
| ТТК №53к | Мякоть птицы тушеная в соусе                   | 25/25   | 25/25  | 5,54  | 5,54  | 3,82  | 3,82  | 11,89  | 11,89  | 84,10   | 84,10   | 0,64  | 0,64  | 0,065 | 0,065 | 9,85    | 9,85   | 1,01  | 1,01 | 15,45  | 15,45  |
| 510/04   | Каша перловая вязкая                           | 130     | 100    | 2,64  | 2,03  | 3,61  | 2,77  | 20,66  | 15,89  | 125,69  | 96,68   | 0     | 0     | 0,04  | 0,01  | 13,0    | 10,0   | 1,13  | 0,87 | 18     | 11     |
| 386/16   | Десерт фруктовый Яблоко                        | 100     | 95     | 0,43  | 0,41  | 0,43  | 0,41  | 9,90   | 9,40   | 45,25   | 43,00   | 11,00 | 10,45 | 0,02  | 0,02  | 16,00   | 15,20  | 0,60  | 0,57 | 9,0    | 8,5    |
|          | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22 | 5,66   | 5,66   |
|          |                                                |         |        | 11,59 | 10,76 | 9,16  | 8,12  | 59,85  | 53,77  | 344,50  | 307,30  | 13,53 | 12,67 | 0,16  | 0,13  | 112,25  | 97,02  | 3,35  | 2,99 | 56,01  | 47,31  |
|          |                                                |         |        | 41,26 | 34,71 | 51,13 | 44,19 | 245,48 | 191,26 | 1518,81 | 1232,65 | 37,10 | 29,88 | 0,68  | 0,58  | 640,09  | 504,04 | 10,00 | 8,25 | 192,05 | 149,60 |
|          | 3 день                                         |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
|          | Завтрак                                        |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 3/16     | Бутерброд с маслом с сыром                     | 30/5/5. | 20/5/5 | 3,74  | 3,00  | 5,91  | 5,62  | 16,43  | 12,33  | 130,13  | 104,00  | 0,04  | 0,04  | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6,10   | 0,46  | 0,31 | 13,40  | 8,90   |
| 182/15   | Каша молочная пшенная с маслом                 | 180/3   | 150/3  | 7,79  | 5,85  | 6,15  | 5,23  | 38,72  | 29,05  | 241,46  | 186,71  | 4,03  | 3,02  | 0,07  | 0,03  | 9,00    | 5,00   | 0,70  | 0,50 | 25,30  | 14,00  |
| ТТК №437 | Чай полусладкий с молоком                      | 180     | 150    | 1,46  | 1,26  | 1,12  | 0,94  | 6,46   | 5,65   | 42,00   | 36,06   | 1,89  | 1,58  | 0,013 | 0,011 | 68,8    | 57,37  | 0,39  | 0,32 | 7,9    | 6,7    |
|          |                                                |         |        | 12,99 | 10,11 | 13,18 | 11,79 | 61,61  | 47,03  | 413,59  | 326,77  | 5,96  | 4,64  | 0,13  | 0,07  | 86,40   | 68,47  | 1,55  | 1,13 | 46,60  | 29,60  |
|          | Второй завтрак                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 386/16   | Ряженка                                        | 150     | 100    | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180,00  | 120,00 | 0     | 0    | 0,15   | 0,1    |
|          |                                                |         |        | 4,35  | 2,90  | 3,75  | 2,5   | 6,00   | 4,00   | 75,00   | 50,00   | 1,05  | 0,7   | 0,06  | 0,04  | 180,00  | 120,00 | 0     | 0    | 0,15   | 0,1    |
|          | Обед                                           |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| ТТК №473 | Салат Зайка                                    | 50      | 40     | 1,01  | 0,80  | 4,02  | 3,22  | 3,53   | 2,83   | 54,34   | 43,47   | 2,90  | 2,30  | 0,03  | 0,02  | 20,2    | 16,16  | 0,51  | 0,41 | 11,70  | 9,36   |
| 86/16    | Суп картофельный с крупой                      | 200     | 150    | 1,73  | 1,30  | 2,30  | 1,70  | 11,43  | 8,57   | 84,24   | 63,18   | 6,60  | 4,95  | 0,09  | 0,07  | 19,2    | 14,4   | 0,8   | 0,58 | 13,96  | 8,97   |
| ТТК №22  | Биточки "Рябушка" с соусом томатным            | 70/30   | 50/30  | 1,58  | 1,06  | 6,58  | 4,78  | 19,45  | 6,30   | 83,07   | 62,92   | 0,02  | 0,14  | 0,082 | 0,055 | 10,34   | 6,98   | 1,14  | 0,77 | 6,22   | 4,15   |
| 182/16   | Каша ячневая вязкая                            | 130     | 100    | 2,84  | 2,19  | 3,66  | 2,82  | 18,29  | 14,07  | 158,77  | 131,66  | 0     | 0     | 0,08  | 0,06  | 23      | 18     | 0,5   | 0,4  | 7,21   | 5,9    |
| ТТК №3   | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий | 180     | 150    | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92   | 59,94   | 0,03  | 0,02  | 0     | 0     | 17,25   | 12,94  | 1,95  | 1,46 | 13,80  | 10,35  |
|          | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22 | 5,66   | 5,66   |
|          | Хлеб Ржаной                                    | 1/30    | 1/20   | 1,68  | 1,12  | 0,33  | 0,22  | 14,44  | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0     | 0     | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59   | 0,93  | 0,62 | 8,25   | 9,36   |
|          |                                                |         |        | 10,86 | 8,36  | 17,09 | 12,94 | 97,51  | 66,90  | 569,45  | 450,03  | 9,55  | 7,41  | 0,33  | 0,25  | 101,49  | 77,67  | 6,02  | 4,46 | 66,80  | 53,75  |
|          | Усиленный полдник                              |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 400/14   | Молоко кипяченое                               | 140     | 130    | 4,28  | 4,00  | 3,70  | 3,43  | 7,08   | 6,57   | 78,72   | 73,09   | 1,91  | 1,78  | 0,08  | 0,07  | 265,40  | 246,50 | 0,22  | 0,20 | 20,6   | 19,1   |
| ТТК №24  | Сырники из творога с повидлом                  | 100/15  | 75/15  | 10,98 | 8,23  | 18,37 | 9,28  | 35,39  | 26,54  | 388,47  | 291,35  | 0,69  | 0,52  | 0,15  | 0,11  | 367,45  | 275,60 | 1,19  | 0,9  | 17,0   | 10,3   |
|          | Хлеб Пшеничный                                 | 1/20    | 1/20   | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 10,94  | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0     | 0     | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6    | 0,22  | 0,22 | 5,66   | 5,66   |
|          |                                                |         |        | 16,78 | 13,75 | 22,25 | 12,89 | 53,41  | 44,05  | 514,65  | 411,90  | 2,60  | 2,30  | 0,25  | 0,20  | 637,45  | 526,70 | 1,63  | 1,31 | 43,26  | 35,02  |
|          |                                                |         |        | 44,98 | 35,12 | 56,27 | 40,12 | 218,53 | 161,98 | 1572,69 | 1238,70 | 19,16 | 15,05 | 0,77  | 0,56  | 1005,34 | 792,84 | 9,20  | 6,90 | 156,81 | 118,47 |
|          | 4 день                                         |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
|          | Завтрак                                        |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 1/16     | Бутерброд с маслом                             | 30/5    | 20/5   | 2,25  | 1,51  | 4,99  | 4,71  | 18,46  | 13,18  | 115,82  | 89,69   | 0,00  | 0     | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6      | 0,46  | 0,31 | 8,70   | 6,2    |
| 181/16   | Каша молочная манная (жидкая) с маслом         | 180/3   | 150/3  | 6,61  | 4,96  | 7,33  | 4,62  | 33,82  | 25,37  | 229,70  | 162,89  | 4,22  | 3,17  | 0,38  | 0,29  | 182,00  | 136,00 | 0,40  | 0,30 | 13,30  | 8,22   |
| ТТК №17  | Кофейный напиток полусладкий                   | 180     | 150    | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61   | 67,17   | 0,75  | 0,62  | 0,03  | 0,03  | 110,60  | 92,2   | 0,20  | 0,2  | 19,80  | 16,50  |
|          |                                                |         |        | 11,38 | 8,57  | 13,96 | 10,70 | 66,22  | 50,17  | 426,13  | 319,75  | 4,97  | 3,79  | 0,46  | 0,35  | 301,20  | 234,30 | 1,06  | 0,81 | 41,80  | 30,92  |
|          | Второй завтрак                                 |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 707/04   | Сок фруктовый разливной                        | 150     | 130    | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,5    | 9,10   | 2,10  | 1,82 | 6,00   | 3,20   |
|          |                                                |         |        | 0,75  | 0,65  | 0     | 0     | 15,15  | 13,13  | 63,60   | 55,12   | 3,60  | 3,12  | 0,02  | 0,01  | 10,50   | 9,10   | 2,10  | 1,82 | 6,00   | 3,20   |
|          | Обед                                           |         |        |       |       |       |       |        |        |         |         |       |       |       |       |         |        |       |      |        |        |
| 25/04    | Салат "Степной"                                | 50      | 40     | 1,08  | 0,86  | 4,13  | 3,31  | 15,93  | 14,75  | 65,25   | 52,20   | 6,93  | 8,67  | 0,08  | 0,08  | 20,20   | 16,16  | 0,51  | 0,41 | 11,7   | 9,4    |
| 87/16    | Суп картофельный с бобовыми                    | 200     | 150    | 10,50 | 7,34  | 9,90  | 6,45  | 13,38  | 10,04  | 177,67  | 135,60  | 12,85 | 9,82  | 0,18  | 0,16  | 38,08   | 30,46  | 2,03  | 1,62 | 20,24  | 15,18  |
| ТТК №34  | Котлеты "Крестьянские" с соусом                | 70/30   | 50/30  | 11,16 | 7,44  | 12,44 | 7,96  | 17,30  | 6,20   | 213,76  | 146,17  | 0,56  | 0,37  | 0,08  | 0,054 | 35,66   | 23,77  | 1,35  | 0,90 | 6,27   | 3,27   |
| 183/15   | Каша гречневая вязкая                          | 130     | 100    | 4,03  | 3,10  | 4,12  | 3,17  | 21,54  | 16,57  | 139,36  | 107,20  | 0     | 0     | 0,17  | 0,13  | 27,90   | 21,46  | 2,57  | 1,98 | 23,45  | 16,12  |

|          |                                           |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
|----------|-------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|---------|---------|--------|--------|-------|-------|---------|---------|-------|-------|--------|--------|
| 591/14   | Кисель из концентрата полусладкий         | 180     | 150    | 0,10   | 0,07   | 0      | 0      | 28,48   | 16,11  | 86,30   | 64,73   | 0,96   | 0,72   | 0     | 0     | 24,00   | 18,00   | 1,20  | 0,90  | 12,00  | 9,00   |
|          | Хлеб Пшеничный                            | 1/20    | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          | Хлеб Ржаной                               | 1/30    | 1/20   | 1,68   | 1,12   | 0,33   | 0,22   | 14,44   | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59    | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|          |                                           |         |        | 30,07  | 21,45  | 31,10  | 21,29  | 122,01  | 84,23  | 791,45  | 594,76  | 21,30  | 19,58  | 0,56  | 0,46  | 157,34  | 119,04  | 8,81  | 6,65  | 87,57  | 67,95  |
|          | Усиленный полдник                         |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 686/04   | Чай с лимоном (полусладкий)               | 180/7   | 150/7  | 0,27   | 0,22   | 0,06   | 0,05   | 15,28   | 11,52  | 62,73   | 47,38   | 3,30   | 3,27   | 0,003 | 0,002 | 3,25    | 2,43    | 0,087 | 0,065 | 0,84   | 0,63   |
| 272/16   | Котлета рыбная любительская с соусом      | 50/30   | 50/30  | 7,09   | 7,09   | 3,42   | 3,42   | 7,74    | 7,74   | 89,85   | 89,85   | 2,44   | 2,44   | 0,060 | 0,060 | 31,00   | 31,000  | 0,86  | 0,860 | 23,2   | 23,2   |
| 321/14   | Пюре картофельное                         | 130     | 100    | 2,57   | 1,98   | 3,96   | 3,05   | 15,42   | 8,79   | 225,61  | 170,47  | 6,00   | 4,60   | 0,14  | 0,11  | 36,98   | 29,58   | 1,09  | 0,81  | 11,05  | 8,50   |
|          | Хлеб Пшеничный                            | 1/20    | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          |                                           |         |        | 11,45  | 10,81  | 7,62   | 6,70   | 49,38   | 38,99  | 425,65  | 355,16  | 11,74  | 10,31  | 0,22  | 0,19  | 75,83   | 67,61   | 2,26  | 1,96  | 40,75  | 37,99  |
|          |                                           |         |        | 53,65  | 41,48  | 52,68  | 38,69  | 252,76  | 186,52 | 1706,83 | 1324,79 | 41,61  | 36,80  | 1,26  | 1,02  | 544,87  | 430,05  | 14,23 | 11,24 | 176,12 | 140,06 |
|          | 5 день                                    |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
|          | Завтрак                                   |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 3/16     | Бутерброд с маслом с сыром                | 30/5/5. | 20/5/5 | 3,74   | 3,00   | 5,91   | 5,62   | 16,43   | 12,33  | 130,13  | 104,00  | 0,04   | 0,04   | 0,05  | 0,03  | 8,60    | 6,10    | 0,46  | 0,31  | 13,40  | 8,90   |
| 173/16   | Каша молочная пшеничная с маслом          | 180/3   | 150/3  | 7,99   | 6,00   | 7,33   | 4,54   | 37,51   | 28,14  | 230,02  | 177,48  | 1,31   | 0,98   | 0,07  | 0,05  | 142,08  | 106,6   | 0,110 | 0,08  | 24,33  | 11,25  |
| ТТК №437 | Чай полусладкий с молоком                 | 180     | 150    | 1,46   | 1,26   | 1,12   | 0,94   | 6,46    | 5,65   | 42,00   | 36,06   | 1,89   | 1,58   | 0,013 | 0,011 | 68,8    | 57,37   | 0,39  | 0,32  | 7,9    | 6,7    |
|          |                                           |         |        | 13,19  | 10,26  | 14,36  | 11,10  | 60,40   | 46,12  | 402,15  | 317,54  | 3,24   | 2,60   | 0,13  | 0,09  | 219,48  | 170,07  | 0,96  | 0,71  | 45,63  | 26,85  |
|          | Второй завтрак                            |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 386/16   | Ацидофилин                                | 150     | 100    | 4,54   | 3,02   | 4,05   | 2,70   | 6,48    | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30   | 0,86   | 0,09  | 0,06  | 270,00  | 180,00  | 0,225 | 0,15  | 15,0   | 8      |
|          |                                           |         |        | 4,54   | 3,02   | 4,05   | 2,70   | 6,48    | 4,32   | 90,51   | 53,68   | 1,30   | 0,86   | 0,09  | 0,06  | 270,00  | 180,00  | 0,23  | 0,15  | 15,00  | 8,00   |
|          | Обед                                      |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
| ТТК №65  | Салат "Здоровье"                          | 50      | 40     | 4,45   | 3,56   | 4,50   | 3,60   | 19,00   | 17,20  | 47,50   | 42,00   | 3,75   | 3,00   | 0,03  | 0,02  | 10,95   | 8,76    | 0,15  | 0,12  | 9,0    | 7,0    |
| 148/04   | Суп -лапша домашняя с мясом птицы         | 200/15  | 150/15 | 8,05   | 7,50   | 7,18   | 6,67   | 11,15   | 8,36   | 141,47  | 123,45  | 2,21   | 1,84   | 0,07  | 0,05  | 14,75   | 11,06   | 0,87  | 0,65  | 12,03  | 9,02   |
| 259/14   | Жаркое из мякоти птицы                    | 50/100  | 25/75  | 17,24  | 7,83   | 10,44  | 7,00   | 19,02   | 6,01   | 228,99  | 146,00  | 8,18   | 5,45   | 0,04  | 0,02  | 18,83   | 12,55   | 0,17  | 0,11  | 18,40  | 9,90   |
| 342/15   | Напиток из свеж.ябл.                      | 180     | 150    | 0,18   | 0,14   | 0,18   | 0,14   | 19,06   | 14,29  | 78,58   | 58,94   | 4,54   | 3,41   | 0,11  | 0,08  | 6,40    | 4,80    | 0,18  | 0,13  | 3,60   | 2,70   |
|          | Хлеб Пшеничный                            | 1/20    | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          | Хлеб Ржаной                               | 1/30    | 1/20   | 1,68   | 1,12   | 0,33   | 0,22   | 14,44   | 9,62   | 61,65   | 41,40   | 0      | 0      | 0,03  | 0,02  | 6,9     | 4,59    | 0,93  | 0,62  | 8,25   | 9,36   |
|          |                                           |         |        | 33,12  | 21,67  | 22,81  | 17,81  | 93,61   | 66,42  | 605,65  | 459,25  | 18,68  | 13,70  | 0,30  | 0,21  | 62,43   | 46,36   | 2,52  | 1,85  | 56,94  | 43,64  |
|          | Усиленный полдник                         |         |        |        |        |        |        |         |        |         |         |        |        |       |       |         |         |       |       |        |        |
| 400/14   | Молоко кипяченое с печеньем сах. в асорт. | 140/25  | 130/25 | 5,63   | 5,35   | 6,56   | 6,29   | 15,72   | 15,21  | 144,44  | 138,81  | 1,37   | 1,37   | 0,08  | 0,07  | 270,40  | 251,50  | 0,52  | 0,50  | 20,60  | 19,10  |
| 386/16   | Десерт фруктовый мандарин                 | 50      | 50     | 0,35   | 0,35   | 0,09   | 0,09   | 9,52    | 9,52   | 40,00   | 40,00   | 16,70  | 16,70  | 0,02  | 0,02  | 15,44   | 15,44   | 0,07  | 0,07  | 7,50   | 7,50   |
| 222/16   | Макароны запеченные с яйцом с маслом      | 150/3   | 150/3  | 3,69   | 3,69   | 14,08  | 14,08  | 33,02   | 33,02  | 262,53  | 262,53  | 1,00   | 1,00   | 0,13  | 0,13  | 47,1    | 47,1    | 1,4   | 1,4   | 8,1    | 8,1    |
|          | Хлеб Пшеничный                            | 1/20    | 1/20   | 1,52   | 1,52   | 0,18   | 0,18   | 10,94   | 10,94  | 47,46   | 47,46   | 0      | 0      | 0,02  | 0,02  | 4,6     | 4,6     | 0,22  | 0,22  | 5,66   | 5,66   |
|          |                                           |         |        | 11,19  | 10,91  | 20,91  | 20,64  | 69,20   | 68,69  | 494,43  | 488,80  | 19,07  | 19,07  | 0,25  | 0,24  | 337,54  | 318,64  | 2,21  | 2,19  | 41,86  | 40,36  |
|          |                                           |         |        | 62,04  | 45,86  | 62,13  | 52,25  | 229,69  | 185,55 | 1592,74 | 1319,27 | 42,29  | 36,23  | 0,77  | 0,60  | 889,45  | 715,07  | 5,92  | 4,90  | 159,43 | 118,85 |
|          | Итого                                     |         |        | 242,38 | 191,34 | 272,22 | 217,16 | 1205,95 | 932,23 | 8087,76 | 6493,56 | 309,97 | 250,29 | 4,21  | 3,36  | 3369,35 | 2677,75 | 53,01 | 42,20 | 863,93 | 557,40 |

|                  | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Пищевые вещества (гр) | Энерг. ценность (ккал) | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |          |      | Минер.вещества (мг) |        |          |      |          |       |
|------------------|------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|---------------|-------|----------|------|---------------------|--------|----------|------|----------|-------|
|                  | Дет. сад         | Ясли             | Белки                 | Белки                 | Жиры                  | Жиры                  | Углеводы              | Углеводы              | Дет. сад               | Ясли                   | С             | С     | В1       |      | Са                  |        | Fe       |      | Mg       |       |
|                  |                  |                  | Дет. сад              | Ясли                  | Дет. сад              | Ясли                  | Дет. сад              | Ясли                  |                        |                        | Дет. сад      | Ясли  | Дет. сад | Ясли | Дет. сад            | Ясли   | Дет. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли  |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: |                  |                  | 269,35                | 217,0                 | 312,1                 | 249,5                 | 1261,1                | 1019,5                | 8674,7                 | 7136,3                 | 266,5         | 223,4 | 4,6      | 3,9  | 4426,6              | 3735,0 | 56,3     | 47,8 | 967,2    | 557,4 |

|                   |  |  |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |      |        |        |       |      |        |        |
|-------------------|--|--|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|------|------|--------|--------|-------|------|--------|--------|
| В среднем в день: |  |  | 53,90 | 43,24 | 62,42 | 49,90 | 252,22 | 203,90 | 1 735,00 | 1 427,30 | 53,31 | 45,00 | 0,90 | 0,80 | 885,30 | 747,00 | 11,30 | 9,55 | 193,40 | 111,48 |
|-------------------|--|--|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|------|------|--------|--------|-------|------|--------|--------|

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

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

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

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

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

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

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

конт.тел.:8(8552) 707107