

Разработано в ООО «Раздолье-Общепит» (10 листов)

Директор ООО «Раздолье-Общепит»

О.Ю. Егурнова

03.02.2025 г.



Согласовано Николаева Н.В.

заведующая МБДОУ «Тополек» п. Ленинский



М.П.

## 10-дневное МЕНЮ (основное)

для организации питания детей (с 1 до 3 лет и с 3 до 7 лет)

Составлено на основании:

\*- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Авторы: Могильный М.П., Тутельян В.А. 2012 г.

\*\*.-Рецептура блюд для детских учреждений (под редакцией Плотниковой Т.В.2013 г.)

\*\*\*.- сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Авторы: Могильный М.П., Тутельян В.А. 2011 г.

- технико-технологических карт, разработанных в ООО «Раздолье-Общепит»

2025 г.

| Неделя первая         |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
|-----------------------|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| сезон: осень-зима     |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| 2025 г.               |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| Февраль               |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет  |                                               |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| № рецептуры           | Наименование блюд                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|                       |                                               |              | Б                    | Ж     | У      |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
|                       | День-1: Понедельник-завтрак                   | грамм        |                      |       |        |                                | грамм        |                      |       |        |                                |
| ТТК 55                | Бутерброд с маслом                            | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         |
| ТТК 20                | Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" | 140          | 4.10                 | 5.13  | 21.21  | 148.37                         | 200          | 5.86                 | 7.33  | 30.30  | 211.96                         |
| пром                  | Хлеб пшеничный                                |              |                      |       |        |                                | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                          |
| ТТК 57                | Чай с сахаром                                 | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          |
|                       | Итого за завтрак:                             | 355          | 6.14                 | 13.11 | 43.29  | 317.68                         | 445          | 10.39                | 15.88 | 69.18  | 451.41                         |
|                       | Второй завтрак                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| пром                  | Сок фруктовый                                 | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          |
|                       | Обед                                          |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| 45*                   | Винегрет овощной                              |              |                      |       |        |                                | 50           | 0.70                 | 5.02  | 3.65   | 62.55                          |
| ТТК38                 | Щи по-уральски (с крупой)                     | 150          | 0.91                 | 2.20  | 6.61   | 50.14                          | 180          | 1.12                 | 2.25  | 8.18   | 57.85                          |
| 52**                  | Макароны отварные с маслом                    | 130          | 5.72                 | 4.99  | 32.53  | 197.63                         | 150          | 6.60                 | 5.76  | 37.53  | 228.03                         |
| ТТК13                 | Кнели из мяса цыпленка с рисом                | 60           | 10.15                | 9.79  | 7.84   | 133.70                         | 60           | 10.15                | 9.79  | 7.84   | 133.70                         |
| пром                  | Хлеб пшеничный                                | 20           | 1.66                 | 0.38  | 11.20  | 46.76                          | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                          |
| пром                  | Хлеб ржано-пшеничный                          | 20           | 1.30                 | 0.30  | 8.60   | 66.00                          | 30           | 1.95                 | 0.45  | 12.90  | 99.00                          |
| 372*                  | Компот из свежих яблок                        | 180          | 0.14                 | 0.14  | 25.09  | 103.14                         | 180          | 0.14                 | 0.14  | 25.09  | 103.14                         |
|                       | Итого за обед:                                | 560          | 19.88                | 17.80 | 91.87  | 597.37                         | 680          | 23.15                | 23.98 | 111.99 | 754.41                         |
|                       | Полдник                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| ТТК 57                | Чай с сахаром                                 | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          |
| 45                    | Пирожок печеный с капустой (или картофелем)   | 70           | 4.69                 | 5.10  | 42.80  | 224.20                         | 70           | 4.69                 | 5.10  | 42.80  | 224.20                         |
|                       | Итого за полдник:                             | 250          | 4.85                 | 5.10  | 52.02  | 261.61                         | 250          | 4.85                 | 5.10  | 52.02  | 261.61                         |
|                       | Всего за день:                                | 1265         | 30.87                | 36.01 | 198.38 | 1221.66                        | 1475         | 38.39                | 44.96 | 244.39 | 1512.43                        |
| 16*                   | Салат летний                                  |              |                      |       |        |                                | 50           | 0.61                 | 2.6   | 3.22   | 38.75                          |

Неделя первая

Февраль 2025 г.

сезон: осень-зима

ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет

ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет

| № рецептуры | Наименование блюд                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------------------|
|             |                                               |              | Б                    | Ж     | У      |              | Б                    | Ж     | У      |                                |                                |
| 1           | 2                                             | 3            | 4                    | 5     | 6      | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7                              | 7                              |
|             | <b>День: Вторник - Завтрак</b>                | грамм        |                      |       |        |              |                      |       |        |                                |                                |
| ТТК 55      | Бутерброд с маслом                            | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  |              | 1.88                 | 7.98  | 12.86  |                                | 131.90                         |
| ТТК 51      | Суп молочный с вермишелью                     | 150          | 4.30                 | 3.91  | 14.13  |              | 5.74                 | 5.21  | 18.84  |                                | 145.20                         |
| пром        | Хлеб пшеничный                                |              |                      |       |        | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  |                                | 70.14                          |
| 395*        | Кофейный напиток с молоком                    | 180          | 5.04                 | 4.00  | 18.31  |              | 5.04                 | 4.00  | 18.31  |                                | 131.69                         |
|             | <b>Итого за завтрак:</b>                      | 365          | 11.22                | 15.89 | 45.30  |              | 15.15                | 17.76 | 66.81  |                                | 478.93                         |
|             | <b>Второй завтрак</b>                         |              |                      |       |        |              |                      |       |        |                                |                                |
| пром        | Сок фруктовый                                 | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  |              | 0.00                 | 0.00  | 11.20  |                                | 45.00                          |
|             | <b>Обед</b>                                   |              |                      |       |        |              |                      |       |        |                                |                                |
| ТТК 61      | Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне | 150          | 4.10                 | 6.31  | 11.81  |              | 5.47                 | 8.41  | 15.74  |                                | 94.90                          |
| ТТК 41      | Мясо отварное, тушеное с картофелем домашнему | 150          | 8.97                 | 8.52  | 14.33  |              | 11.96                | 11.36 | 19.11  |                                | 220.92                         |
| пром        | Хлеб пшеничный                                | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  |              | 2.49                 | 0.57  | 16.80  |                                | 70.14                          |
| пром        | Хлеб ржано-пшеничный                          | 20           | 1.30                 | 0.30  | 8.60   |              | 1.95                 | 0.45  | 12.90  |                                | 99.00                          |
| ТТК 11      | Кисель                                        | 180          | 0.06                 | 0.00  | 21.49  |              | 0.06                 | 0.00  | 21.49  |                                | 86.04                          |
|             | <b>Итого за обед:</b>                         | 530          | 16.92                | 15.70 | 73.03  |              | 21.93                | 20.79 | 86.04  |                                | 571.00                         |
|             | <b>Полдник</b>                                |              |                      |       |        |              |                      |       |        |                                |                                |
| 451*        | Оладьи с яблоками                             | 60           | 4.22                 | 3.98  | 26.30  |              | 5.84                 | 7.51  | 36.42  |                                | 218.80                         |
| ТТК 57      | Чай с сахаром                                 | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   |              | 0.16                 | 0.00  | 9.22   |                                | 37.41                          |
|             | <b>Итого за полдник:</b>                      | 240          | 4.38                 | 3.98  | 35.52  |              | 6.00                 | 7.51  | 45.64  |                                | 256.21                         |
|             | <b>Всего за день:</b>                         | 1235         | 32.52                | 35.57 | 165.05 |              | 43.08                | 46.06 | 209.69 |                                | 1351.14                        |

| Неделя первая                |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
|------------------------------|-------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| Февраль 2025 г.              |                                                 |              |                      |       |        | сезон: осень-зима       |              |                      |       |        |                         |
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет        |                                                 |              |                      |       |        | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет    |              |                      |       |        |                         |
| № рецептуры                  | Наименование блюд                               | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность |
|                              |                                                 |              | Б                    | Ж     | У      |                         |              | Б                    | Ж     | У      |                         |
| 1                            | 2                                               | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7                       | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7                       |
| <b>День: Среда - Завтрак</b> |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| 15***                        | Сыр твердых сортов (порциями)                   | 15           | 3.92                 | 4.56  | 0.00   | 56.64                   | 15           | 3.92                 | 4.56  | 0.00   | 56.64                   |
| ТТК 56                       | Каша манная с маслом                            | 140          | 3.90                 | 5.13  | 16.02  | 126.85                  | 200          | 5.57                 | 7.33  | 22.89  | 181.21                  |
| пром                         | Хлеб пшеничный                                  | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   |
| ТТК 57                       | Чай с сахаром                                   | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   |
|                              | <b>Итого за завтрак:</b>                        | 365          | 10.47                | 10.26 | 42.04  | 291.04                  | 425          | 12.14                | 12.46 | 48.91  | 345.40                  |
| <b>Второй завтрак</b>        |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| пром                         | Сок фруктовый                                   | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   |
| <b>Обед</b>                  |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| 32*                          | Салат из свеклы с изюмом                        | 30           | 0.47                 | 1.84  | 4.06   | 34.62                   | 50           | 0.78                 | 3.06  | 6.77   | 57.70                   |
| ТТК 46                       | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 180          | 1.83                 | 2.08  | 14.25  | 83.51                   | 180          | 1.83                 | 2.08  | 14.25  | 83.51                   |
| ТТК 58                       | Плов из отварной птицы                          | 100          | 7.92                 | 9.60  | 19.21  | 191.00                  | 180          | 14.26                | 17.28 | 34.58  | 343.80                  |
| пром                         | Хлеб пшеничный                                  | 20           | 1.66                 | 0.38  | 11.20  | 46.76                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   |
| 376*                         | Компот из сушеных фруктов                       | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                   | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                   |
|                              | <b>Итого за обед:</b>                           | 510          | 12.31                | 13.90 | 73.04  | 453.75                  | 620          | 19.79                | 22.99 | 96.72  | 653.01                  |
| <b>Полдник</b>               |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| 16                           | Сдобная мелочь                                  | 50           | 5.05                 | 4.75  | 33.80  | 171.50                  | 50           | 5.05                 | 4.75  | 33.80  | 171.50                  |
| 400*                         | Молоко кипяченое                                | 180          | 5.48                 | 4.88  | 9.07   | 102.00                  | 200          | 6.09                 | 5.42  | 10.08  | 113.33                  |
|                              | <b>Итого за полдник:</b>                        | 230          | 10.53                | 9.63  | 42.87  | 273.50                  | 250          | 11.14                | 10.17 | 43.88  | 284.83                  |
|                              | <b>Всего за день:</b>                           | 1205         | 33.31                | 33.79 | 169.15 | 1063.29                 | 1395         | 43.07                | 45.62 | 200.71 | 1328.24                 |
| <b>летние салаты</b>         |                                                 |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| 17*                          | Салат из свежих овощей с яблоками               | 30           | 0.26                 | 1.56  | 1.58   | 21.39                   | 50           | 0.44                 | 2.6   | 2.64   | 35.65                   |

## Неделя первая

Февраль 2025 г.

сезон: осень-зима

ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет

ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет

| № рецептуры | Наименование блюда                    | Пищевые вещества (г) |       |       |        |         | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) |       |        |         |     | Пищевые вещества (г) |       |       |        |   | Энергетическая ценность (ккал) |   |   |   |  |
|-------------|---------------------------------------|----------------------|-------|-------|--------|---------|--------------|--------------------------------|-------|--------|---------|-----|----------------------|-------|-------|--------|---|--------------------------------|---|---|---|--|
|             |                                       |                      |       |       |        |         |              | грамм                          |       |        |         |     |                      | грамм |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             |                                       | Б                    | Ж     | У     | Б      | Ж       | У            |                                | Б     | Ж      | У       | Б   | Ж                    |       | У     | Б      | Ж | У                              |   |   |   |  |
| 1           | 2                                     | 3                    | 4     | 5     | 6      | 7       | 3            | 4                              | 5     | 6      | 7       | 3   | 4                    | 5     | 6     | 7      | 3 | 4                              | 5 | 6 | 7 |  |
|             | День: Четверг - Завтрак               | грамм                |       |       |        |         | грамм        |                                |       |        |         |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 55      | Бутерброд с маслом                    | 35                   | 1.88  | 7.98  | 12.86  | 131.90  | 35           | 1.88                           | 7.98  | 12.86  | 131.90  | 35  | 1.88                 | 7.98  | 12.86 | 131.90 |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 54      | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150                  | 6.44  | 7.71  | 27.15  | 203.30  | 150          | 6.44                           | 7.71  | 27.15  | 203.30  | 200 | 8.59                 | 10.28 | 36.20 | 271.07 |   |                                |   |   |   |  |
| пром        | Хлеб пшеничный                        | 30                   | 2.49  | 0.57  | 16.80  | 70.14   | 30           | 2.49                           | 0.57  | 16.80  | 70.14   | 30  | 2.49                 | 0.57  | 16.80 | 70.14  |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 27      | Какао с молоком                       | 180                  | 4.84  | 3.88  | 18.23  | 129.52  | 180          | 4.84                           | 3.88  | 18.23  | 129.52  | 180 | 4.84                 | 3.88  | 18.23 | 129.52 |   |                                |   |   |   |  |
|             | Итого за завтрак:                     | 395                  | 15.65 | 20.14 | 62.18  | 402.96  | 445          | 17.80                          | 22.71 | 71.23  | 470.73  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             | Второй завтрак                        |                      |       |       |        |         |              |                                |       |        |         |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| пром        | Сок фруктовый                         | 100                  | 0.00  | 0.00  | 11.20  | 45.00   | 100          | 0.00                           | 0.00  | 11.20  | 45.00   | 100 | 0.00                 | 0.00  | 11.20 | 45.00  |   |                                |   |   |   |  |
|             | Обед                                  |                      |       |       |        |         |              |                                |       |        |         |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 47      | Свекольник со сметаной                | 150                  | 1.50  | 4.34  | 9.50   | 83.11   | 180          | 1.76                           | 5.52  | 11.26  | 101.75  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| 321*        | Пюре картофельное                     | 110                  | 2.27  | 4.39  | 14.44  | 106.92  | 150          | 3.09                           | 5.06  | 16.67  | 145.80  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| 247**       | Соус томатный с маслом сливочным      |                      |       |       |        |         | 30           | 0.37                           | 0.90  | 2.93   | 21.37   |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 49      | "Рыбник" из минтая                    | 50                   | 8.75  | 6.50  | 4.55   | 110.97  | 50           | 8.75                           | 6.50  | 4.55   | 110.97  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| пром        | Хлеб пшеничный                        | 20                   | 1.66  | 0.38  | 11.20  | 46.76   | 30           | 2.49                           | 0.57  | 16.80  | 70.14   |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| пром        | Хлеб ржано-пшеничный                  | 20                   | 1.30  | 0.30  | 8.60   | 66.00   | 30           | 1.95                           | 0.45  | 12.90  | 99.00   |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 57      | Чай с сахаром                         | 180                  | 0.16  | 0.00  | 9.22   | 37.41   | 180          | 0.16                           | 0.00  | 9.22   | 37.41   |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             | Итого за обед:                        | 530                  | 15.64 | 15.91 | 57.51  | 451.17  | 650          | 18.57                          | 19.00 | 74.33  | 586.44  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             | Полдник                               |                      |       |       |        |         |              |                                |       |        |         |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| 12          | Булочка ванильная                     | 50                   | 4.60  | 2.80  | 33.10  | 176.00  | 50           | 4.60                           | 2.80  | 33.10  | 176.00  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
| ТТК 59      | Чай сладкий с молоком                 | 150                  | 2.39  | 1.88  | 10.90  | 69.76   | 180          | 2.87                           | 2.26  | 13.08  | 83.71   |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             | Итого за полдник:                     | 200                  | 6.99  | 4.68  | 44.00  | 245.76  | 230          | 7.47                           | 5.06  | 46.18  | 259.71  |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |
|             | Всего за день:                        | 1225                 | 38.28 | 40.73 | 174.89 | 1144.89 | 1425         | 43.84                          | 46.77 | 202.94 | 1361.88 |     |                      |       |       |        |   |                                |   |   |   |  |

Неделя первая

Февраль 2025 г.

сезон: осень-зима

ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет

| № рецептуры   | Наименование блюд                     | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|               |                                       |              | Б                    | Ж     | У      |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
|               | <b>День: Пятница - Завтрак</b>        |              |                      |       |        |                                | грамм        |                      |       |        |                                |
| ТТК 55        | Бутерброд с маслом                    | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         |
| 114**<br>пром | Каша пшенная молочная жидкая          | 140          | 5.42                 | 7.99  | 18.10  | 157.50                         | 200          | 7.75                 | 11.42 | 25.86  | 225.00                         |
| ТТК 57        | Хлеб пшеничный                        | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          |
|               | Чай с сахаром                         | 355          | 7.46                 | 15.97 | 40.18  | 326.81                         | 445          | 12.28                | 19.97 | 64.74  | 464.45                         |
|               | <b>Итого за завтрак:</b>              |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
|               | <b>Второй завтрак</b>                 |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| пром          | Сок фруктовый                         | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          |
|               | <b>Обед</b>                           |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| 25*           | Салат из картофеля с зеленым горошком |              |                      |       |        |                                | 50           | 0.98                 | 2.62  | 4.89   | 47.10                          |
| ТТК 48        | Борщ со свежей капустой со сметаной   | 150          | 1.05                 | 3.22  | 6.25   | 58.08                          | 180          | 1.24                 | 3.88  | 7.46   | 69.67                          |
| ТТК 60        | Каша гречневая вязкая с маслом        | 110          | 6.00                 | 6.22  | 24.63  | 157.76                         | 130          | 7.09                 | 7.35  | 29.11  | 186.44                         |
| ТТК 16        | Тефтели "Лукоморье" в соусе томатном  | 60           | 5.84                 | 5.92  | 4.31   | 83.44                          | 90           | 6.21                 | 6.82  | 7.24   | 104.81                         |
| пром          | Хлеб ржано-пшеничный                  | 30           | 1.95                 | 0.45  | 12.90  | 99.00                          | 50           | 3.25                 | 0.75  | 21.50  | 165.00                         |
| 376*          | Компот из сушеных фруктов             | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          |
|               | <b>Итого за обед:</b>                 | 530          | 15.27                | 15.81 | 72.41  | 496.14                         | 680          | 19.20                | 21.42 | 94.52  | 670.88                         |
|               | <b>Полдник</b>                        |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |
| ТТК 22        | Сырники из творога с морковью         | 60           | 9.17                 | 3.96  | 14.35  | 129.98                         | 60           | 9.17                 | 3.96  | 14.35  | 129.98                         |
| ТТК 57        | Чай с сахаром                         | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 200          | 0.18                 | 0.00  | 10.24  | 41.57                          |
|               | <b>Итого за полдник:</b>              | 240          | 9.33                 | 3.96  | 23.57  | 167.39                         | 260          | 9.35                 | 3.96  | 24.59  | 171.55                         |
|               | <b>Всего за день:</b>                 | 1225         | 32.06                | 35.74 | 147.36 | 1035.34                        | 1485         | 40.83                | 45.35 | 195.05 | 1351.88                        |

|     |                         |  |  |  |  |  |    |      |      |      |       |
|-----|-------------------------|--|--|--|--|--|----|------|------|------|-------|
| 13* | Салат из свежих огурцов |  |  |  |  |  | 50 | 0.38 | 3.04 | 1.19 | 33.65 |
|-----|-------------------------|--|--|--|--|--|----|------|------|------|-------|

|  |                               |      |       |       |        |         |      |       |       |        |         |
|--|-------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|------|-------|-------|--------|---------|
|  | СРЕДНИЕ показатели за неделю: | 1231 | 33.41 | 36.37 | 170.97 | 1107.43 | 1446 | 41.84 | 45.75 | 210.56 | 1381.11 |
|--|-------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|------|-------|-------|--------|---------|

Неделя вторая

| № рецептуры | Наименование блюд                               | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет |                      |       |        |                         |              | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет |       |        |                         |              |                         |
|-------------|-------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|-------------------------|
|             |                                                 | Масса порции          | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Масса порции | Энергетическая ценность |
|             |                                                 |                       | Б                    | Ж     | У      |                         |              | Б                    | Ж     | У      |                         |              |                         |
|             | <b>День: Понедельник-завтрак</b>                |                       |                      |       |        |                         | грамм        |                      |       |        |                         |              |                         |
| ТТК 55      | Бутерброд с маслом                              | 35                    | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                  | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                  | 35           | 131.90                  |
| 185*        | Каша жидкая молочная из рисовой крупы           | 140                   | 5.54                 | 6.06  | 23.28  | 166.08                  | 190          | 7.52                 | 8.23  | 31.60  | 225.40                  | 190          | 225.40                  |
| пром        | Хлеб пшеничный                                  | 30                    | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 70.14                   |
| ТТК 57      | Чай с сахаром                                   | 180                   | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   | 180          | 37.41                   |
|             | <b>Итого за завтрак:</b>                        | 385                   | 10.07                | 14.61 | 62.16  | 405.53                  | 435          | 12.05                | 16.78 | 70.48  | 464.85                  | 435          | 464.85                  |
|             | <b>Второй завтрак</b>                           |                       |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |              |                         |
| пром        | Сок фруктовый                                   | 100                   | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   | 100          | 45.00                   |
|             | <b>Обед</b>                                     |                       |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |              |                         |
| ТТК 46      | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 150                   | 1.55                 | 1.74  | 11.54  | 67.55                   | 180          | 1.83                 | 2.08  | 13.68  | 81.24                   | 180          | 81.24                   |
| ТТК 40      | Птица, тушеная в соусе с овощами                | 150                   | 8.23                 | 10.06 | 17.80  | 195.03                  | 200          | 10.97                | 13.41 | 23.73  | 260.04                  | 200          | 260.04                  |
| пром        | Хлеб пшеничный                                  | 30                    | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 70.14                   |
| пром        | Хлеб ржано-пшеничный                            | 20                    | 1.30                 | 0.30  | 8.60   | 66.00                   | 30           | 1.95                 | 0.45  | 12.90  | 99.00                   | 30           | 99.00                   |
| ТТК 59      | Чай сладкий с молоком                           | 150                   | 2.39                 | 1.88  | 10.90  | 69.76                   | 180          | 2.87                 | 2.26  | 13.08  | 83.71                   | 180          | 83.71                   |
|             | <b>Итого за обед:</b>                           | 500                   | 15.96                | 14.55 | 65.64  | 468.48                  | 620          | 20.11                | 18.77 | 80.19  | 594.13                  | 620          | 594.13                  |
|             | <b>Полдник</b>                                  |                       |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |              |                         |
| 53          | Пирожок печеный с повидлом                      | 70                    | 4.69                 | 3.71  | 44.17  | 224.20                  | 70           | 4.69                 | 3.71  | 44.17  | 224.20                  | 70           | 224.20                  |
| ТТК 57      | Чай с сахаром                                   | 180                   | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   | 200          | 0.18                 | 0.00  | 10.24  | 41.57                   | 200          | 41.57                   |
|             | <b>Итого за полдник:</b>                        | 250                   | 4.85                 | 3.71  | 53.39  | 261.61                  | 270          | 4.87                 | 3.71  | 54.41  | 265.77                  | 270          | 265.77                  |
|             | <b>Всего за день:</b>                           | 1235                  | 30.88                | 32.87 | 192.39 | 1180.62                 | 1425         | 37.03                | 39.26 | 216.28 | 1369.75                 | 1425         | 1369.75                 |

Неделя вторая

Февраль 2025 г. сезон: осень-зима

| № рецептуры | Наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность |
|-------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
|             |                                       |              | Б                    | Ж     | У      |                         |              | Б                    | Ж     | У      |                         |
|             |                                       |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
|             | День: Вторник - завтрак               | грамм        |                      |       |        | грамм                   |              |                      |       |        |                         |
| ТТК 54      | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150          | 6.44                 | 7.71  | 27.15  | 203.30                  | 200          | 8.59                 | 10.28 | 36.20  | 271.07                  |
| пром        | Хлеб пшеничный                        | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   |
| ТТК 27      | Какао с молоком                       | 180          | 4.84                 | 3.88  | 18.23  | 129.52                  | 180          | 4.84                 | 3.88  | 18.23  | 129.52                  |
|             | Итого за завтрак:                     | 360          | 13.77                | 12.16 | 62.18  | 402.96                  | 410          | 15.92                | 14.73 | 71.23  | 470.73                  |
|             | Второй завтрак                        |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| пром        | Сок фруктовый                         | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                   |
|             | Обед                                  |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| 45*         | Винегрет овощной                      |              |                      |       |        |                         | 50           | 0.70                 | 5.02  | 3.65   | 62.55                   |
| ТТК 61      | Суп картофельный с бобовыми           | 150          | 4.25                 | 2.81  | 12.17  | 74.78                   | 180          | 5.10                 | 3.38  | 14.60  | 89.74                   |
| 52**        | Макароны отварные с маслом            | 110          | 4.84                 | 4.23  | 30.91  | 167.23                  | 130          | 5.72                 | 4.99  | 36.53  | 197.63                  |
| ТТК14       | Котлетки "Аппетитки"                  | 50           | 6.54                 | 11.56 | 8.52   | 142.80                  | 50           | 6.54                 | 11.56 | 8.52   | 142.80                  |
| пром        | Хлеб пшеничный                        | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                   |
| ТТК 57      | Чай с сахаром                         | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                   |
|             | Итого за обед:                        | 520          | 18.28                | 19.17 | 77.62  | 492.36                  | 620          | 20.71                | 25.52 | 89.32  | 600.27                  |
|             | Полдник                               |              |                      |       |        |                         |              |                      |       |        |                         |
| ТТК 73      | Оладьи с повидлом                     | 50           | 2.62                 | 2.85  | 17.38  | 94.31                   | 75           | 3.93                 | 4.28  | 26.07  | 141.47                  |
| ТТК 59      | Чай сладкий с молоком                 | 150          | 2.39                 | 1.88  | 10.90  | 69.76                   | 180          | 2.87                 | 2.26  | 13.08  | 83.71                   |
|             | Итого за полдник:                     | 200          | 5.01                 | 4.73  | 28.28  | 164.07                  | 255          | 6.80                 | 6.54  | 39.15  | 225.18                  |
|             | Всего за день:                        | 1180         | 37.06                | 36.06 | 179.28 | 1104.39                 | 1385         | 43.43                | 46.79 | 210.90 | 1341.18                 |

летние салаты

|     |              |    |      |     |      |       |
|-----|--------------|----|------|-----|------|-------|
| 16* | Салат летний | 50 | 0.61 | 2.6 | 3.22 | 38.75 |
|-----|--------------|----|------|-----|------|-------|

Неделя вторая

Февраль 2025 г.

сезон: осень-зима

| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет        |                                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------------------|--------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| № рецептуры                  | Наименование блюд                                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |                      | Энергетическая ценность (ккал) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              |                                                       |              | Б                    | Ж     | У      |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                                |              | Б                    | Ж     | У                    |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>День: Среда - завтрак</b> |                                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |                      |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК 55                       | Бутерброд с маслом                                    | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86                | 131.90                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК 56                       | Каша манная с маслом                                  | 140          | 3.90                 | 5.13  | 16.02  | 126.85                         | 200          | 5.57                 | 7.33  | 22.89  | 181.21                         | 200          | 5.57                 | 7.33  | 22.89                | 181.21                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пром                         | Хлеб пшеничный                                        |              |                      |       |        |                                | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                          | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80                | 70.14                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК 57                       | Чай с сахаром                                         | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41                          | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22                 | 37.41                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              | <b>Итого за завтрак:</b>                              | 355          | 5.94                 | 13.11 | 38.10  | 296.16                         | 445          | 10.10                | 15.88 | 61.77  | 420.66                         | 445          | 10.10                | 15.88 | 61.77                | 420.66                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Второй завтрак</b>        |                                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |                      |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пром                         | Сок фруктовый                                         | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20                | 45.00                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Обед</b>                  |                                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |                      |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25*                          | Салат из картофеля с зеленым горошком                 |              |                      |       |        |                                | 50           | 0.98                 | 2.62  | 4.89   | 47.10                          | 50           | 0.98                 | 2.62  | 4.89                 | 47.10                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК 48                       | Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне | 150          | 1.05                 | 3.22  | 6.25   | 58.08                          | 180          | 1.24                 | 3.88  | 7.46   | 69.67                          | 180          | 1.24                 | 3.88  | 7.46                 | 69.67                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК 50                       | Кулеш с мясом ( из гречневой крупы)                   | 170          | 10.64                | 9.08  | 21.93  | 214.13                         | 190          | 11.85                | 9.80  | 24.52  | 235.31                         | 190          | 11.85                | 9.80  | 24.52                | 235.31                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пром                         | Хлеб пшеничный                                        | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                          | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14                          | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80                | 70.14                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пром                         | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20           | 1.30                 | 0.30  | 8.60   | 66.00                          | 30           | 1.95                 | 0.45  | 12.90  | 99.00                          | 30           | 1.95                 | 0.45  | 12.90                | 99.00                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 376*                         | Компот из сушеных фруктов                             | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32                | 97.86                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              | <b>Итого за обед:</b>                                 | 550          | 15.91                | 13.17 | 77.90  | 506.21                         | 660          | 18.94                | 17.32 | 90.89  | 619.08                         | 660          | 18.94                | 17.32 | 90.89                | 619.08                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Полдник</b>               |                                                       |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |              |                      |       |                      |                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пром                         | Печенье "Нарезное"                                    | 35           | 3.42                 | 3.95  | 23.87  | 163.90                         | 50           | 4.88                 | 5.64  | 34.10  | 234.10                         | 50           | 4.88                 | 5.64  | 34.10                | 234.10                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 400*                         | Молоко кипяченое                                      | 180          | 5.48                 | 4.88  | 9.07   | 102.00                         | 200          | 6.09                 | 5.42  | 10.08  | 113.33                         | 200          | 6.09                 | 5.42  | 10.08                | 113.33                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              | <b>Итого за полдник:</b>                              | 215          | 8.90                 | 8.83  | 32.94  | 265.90                         | 250          | 10.97                | 11.06 | 44.18  | 347.43                         | 250          | 10.97                | 11.06 | 44.18                | 347.43                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              | <b>Всего за день:</b>                                 | 1220         | 30.75                | 35.11 | 160.14 | 1113.27                        | 1455         | 40.01                | 44.26 | 208.04 | 1432.17                        | 1455         | 40.01                | 44.26 | 208.04               | 1432.17                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

летние салаты

|     |                                   |  |  |  |  |    |      |     |      |  |  |  |  |       |
|-----|-----------------------------------|--|--|--|--|----|------|-----|------|--|--|--|--|-------|
| 17* | Салат из свежих овощей с яблоками |  |  |  |  | 50 | 0.44 | 2.6 | 2.64 |  |  |  |  | 35.65 |
|-----|-----------------------------------|--|--|--|--|----|------|-----|------|--|--|--|--|-------|

| № рецепту<br>ры |  | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет            |  |              |                      |       |        |         |                         |              |                      | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
|-----------------|--|----------------------------------|--|--------------|----------------------|-------|--------|---------|-------------------------|--------------|----------------------|----------------------|--------|---------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|---------|-------------------------|
|                 |  | Наименование блюд                |  | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        |         | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) |                      |        |         | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        |         | Энергетическая ценность |
|                 |  |                                  |  |              | Б                    | Ж     | У      | 6       |                         |              | Б                    | Ж                    | У      | 6       |                         |              | Б                    | Ж     | У      | 6       |                         |
| 1               |  | 2                                |  | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7       |                         |              | 4                    | 5                    | 6      | 7       |                         |              | 4                    | 5     | 6      | 7       |                         |
|                 |  | <b>День: Четверг - Завтрак</b>   |  | грамм        |                      |       |        |         |                         |              |                      |                      |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
| ТТК 55          |  | Бутерброд с маслом               |  | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90  |                         |              | 1.88                 | 7.98                 | 12.86  | 131.90  |                         |              | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90  |                         |
| 113**           |  | Каша молочная кукурузная жидкая  |  | 150          | 6.40                 | 6.04  | 30.61  | 145.38  |                         |              | 8.10                 | 7.65                 | 38.77  | 184.14  |                         |              | 8.10                 | 7.65  | 38.77  | 184.14  |                         |
| ТТК 57          |  | Чай с сахаром                    |  | 180          | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41   |                         |              | 0.16                 | 0.00                 | 9.22   | 37.41   |                         |              | 0.16                 | 0.00  | 9.22   | 37.41   |                         |
|                 |  | <b>Итого за завтрак:</b>         |  | 365          | 8.44                 | 14.02 | 52.69  | 314.69  |                         |              | 10.14                | 15.63                | 60.85  | 353.45  |                         |              | 10.14                | 15.63 | 60.85  | 353.45  |                         |
|                 |  | <b>Второй завтрак</b>            |  |              |                      |       |        |         |                         |              |                      |                      |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
| пром            |  | Сок фруктовый                    |  | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00   |                         |              | 0.00                 | 0.00                 | 11.20  | 45.00   |                         |              | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00   |                         |
|                 |  | <b>Обед</b>                      |  |              |                      |       |        |         |                         |              |                      |                      |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
| ТТК 45          |  | Суп рыбный из консервов          |  | 150          | 5.48                 | 5.61  | 13.11  | 244.41  |                         |              | 6.58                 | 6.73                 | 15.73  | 245.29  |                         |              | 6.58                 | 6.73  | 15.73  | 245.29  |                         |
| 321*            |  | Пюре картофельное                |  | 150          | 3.09                 | 5.06  | 16.67  | 145.80  |                         |              | 3.09                 | 5.06                 | 16.67  | 145.80  |                         |              | 3.09                 | 5.06  | 16.67  | 145.80  |                         |
| 247**           |  | Соус томатный с маслом сливочным |  |              |                      |       |        |         |                         |              |                      |                      |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
| ТТК 15          |  | Ежики мясные                     |  | 60           | 7.98                 | 5.04  | 4.74   | 96.60   |                         |              | 7.98                 | 5.04                 | 4.74   | 96.60   |                         |              | 7.98                 | 5.04  | 4.74   | 96.60   |                         |
| пром            |  | Хлеб пшеничный                   |  | 30           | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14   |                         |              | 2.49                 | 0.57                 | 16.80  | 70.14   |                         |              | 2.49                 | 0.57  | 16.80  | 70.14   |                         |
| пром            |  | Хлеб ржано-пшеничный             |  | 20           | 1.30                 | 0.30  | 8.60   | 66.00   |                         |              | 1.30                 | 0.30                 | 8.60   | 66.00   |                         |              | 1.30                 | 0.30  | 8.60   | 66.00   |                         |
| ТТК 11          |  | Кисель                           |  | 180          | 0.06                 | 0.00  | 21.49  | 86.04   |                         |              | 0.06                 | 0.00                 | 21.49  | 86.04   |                         |              | 0.06                 | 0.00  | 21.49  | 86.04   |                         |
|                 |  | <b>Итого за обед:</b>            |  | 590          | 20.40                | 16.58 | 81.41  | 708.99  |                         |              | 22.52                | 18.75                | 91.26  | 764.24  |                         |              | 22.52                | 18.75 | 91.26  | 764.24  |                         |
|                 |  | <b>Полдник</b>                   |  |              |                      |       |        |         |                         |              |                      |                      |        |         |                         |              |                      |       |        |         |                         |
| пром            |  | Печенье сахарное                 |  | 30           | 2.14                 | 3.66  | 11.58  | 135.30  |                         |              | 3.57                 | 6.10                 | 19.30  | 225.50  |                         |              | 3.57                 | 6.10  | 19.30  | 225.50  |                         |
| ТТК 59          |  | Чай сладкий с молоком            |  | 150          | 2.39                 | 1.88  | 10.90  | 69.76   |                         |              | 2.87                 | 2.26                 | 13.08  | 83.71   |                         |              | 2.87                 | 2.26  | 13.08  | 83.71   |                         |
|                 |  | <b>Итого за полдник:</b>         |  | 180          | 4.53                 | 5.54  | 22.48  | 205.06  |                         |              | 6.44                 | 8.36                 | 32.38  | 309.21  |                         |              | 6.44                 | 8.36  | 32.38  | 309.21  |                         |
|                 |  | <b>Всего за день:</b>            |  | 1235         | 33.37                | 36.14 | 167.78 | 1273.74 |                         |              | 39.10                | 42.74                | 195.69 | 1471.90 |                         |              | 39.10                | 42.74 | 195.69 | 1471.90 |                         |

Неделя вторая

| № рецепту<br>ры |  | Наименование блюда                         | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет |                      |       |        |                                |              | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет |       |        |                                |  |  |
|-----------------|--|--------------------------------------------|-----------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--|--|
|                 |  |                                            | Масса порции          | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |  |  |
|                 |  |                                            |                       | Б                    | Ж     | У      |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                                |  |  |
|                 |  | День: Пятница - завтрак                    |                       |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |  |  |
| ТТК 55          |  | Бутерброд с маслом                         | 35                    | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         | 35           | 1.88                 | 7.98  | 12.86  | 131.90                         |  |  |
| ТТК 51          |  | Суп молочный с вермишелью                  | 150                   | 4.30                 | 3.91  | 14.13  | 108.90                         | 200          | 5.74                 | 5.21  | 18.84  | 145.20                         |  |  |
| 395*            |  | Кофейный напиток с молоком                 | 180                   | 5.04                 | 4.00  | 18.31  | 131.69                         | 180          | 5.04                 | 4.00  | 18.31  | 131.69                         |  |  |
|                 |  | Итого за завтрак:                          | 365                   | 11.22                | 15.89 | 45.30  | 372.49                         | 415          | 12.66                | 17.19 | 50.01  | 408.79                         |  |  |
|                 |  | Второй завтрак                             |                       |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |  |  |
| пром            |  | Сок фруктовый                              | 100                   | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          | 100          | 0.00                 | 0.00  | 11.20  | 45.00                          |  |  |
|                 |  | Обед                                       |                       |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |  |  |
| ТТК 43          |  | Щи со сметаной                             | 150                   | 1.32                 | 3.53  | 6.60   | 64.33                          | 200          | 1.75                 | 4.70  | 8.81   | 85.77                          |  |  |
| ТТК 58          |  | Плов из отварной птицы                     | 100                   | 7.92                 | 9.60  | 19.21  | 191.00                         | 180          | 14.26                | 17.28 | 34.58  | 343.80                         |  |  |
| пром            |  | Хлеб ржано-пшеничный                       | 30                    | 1.95                 | 0.45  | 12.90  | 99.00                          | 50           | 3.25                 | 0.75  | 21.50  | 165.00                         |  |  |
| 376*            |  | Компот из сушеных фруктов                  | 180                   | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          | 180          | 0.43                 | 0.00  | 24.32  | 97.86                          |  |  |
|                 |  | Итого за обед:                             | 460                   | 11.62                | 13.58 | 63.03  | 452.19                         | 610          | 19.69                | 22.73 | 89.21  | 692.43                         |  |  |
|                 |  | Полдник                                    |                       |                      |       |        |                                |              |                      |       |        |                                |  |  |
| пром            |  | Кондитерское изделие ( пряники)            | 35                    | 1.40                 | 2.10  | 21.00  | 108.50                         | 35           | 1.40                 | 2.10  | 21.00  | 108.50                         |  |  |
| пром            |  | Батон "Домашний" нарезной                  |                       |                      |       |        |                                | 15           | 1.43                 | 0.56  | 10.23  | 51.60                          |  |  |
| пром            |  | Кисломолочный продукт - РЯЖЕНКА ( варенец) | 180                   | 5.22                 | 4.50  | 7.56   | 92.00                          | 180          | 5.22                 | 4.50  | 7.56   | 92.00                          |  |  |
|                 |  | Итого за полдник:                          | 215                   | 6.62                 | 6.60  | 28.56  | 200.50                         | 230          | 8.05                 | 7.16  | 38.79  | 252.10                         |  |  |
|                 |  | Всего за день:                             | 1140                  | 29.46                | 36.07 | 148.09 | 1070.18                        | 1355         | 40.40                | 47.08 | 189.21 | 1398.32                        |  |  |

|                               |      |       |       |        |         |      |       |       |        |         |
|-------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|------|-------|-------|--------|---------|
| СРЕДНИЕ показатели за неделю: | 1202 | 32.30 | 35.25 | 169.54 | 1148.44 | 1403 | 39.99 | 44.03 | 204.02 | 1402.66 |
|-------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|------|-------|-------|--------|---------|