

«УТВЕРЖДЕНО»  
Заведующим МАДОУ ДС №14 «Умка»  
Е.Н.Манапова

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для детей возраста от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

День: первый  
Неделя: первая

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша овсяная молочная "Геркулес"	130/5	150/5	2,51	2,60	20,48	84,50	2,90	3,00	23,63	97,50	ТТК-39
Батон "Сдобный"	30	40	3,01	3,40	10,86	93,64	3,39	3,71	13,56	138,53	ТТК-9
Сыр порционно	5	5	0,05	0,09	0,03	36,70	0,02	0,05	1,08	36,48	ТК-348
Кофейный напиток с молоком	180	200	2,51	2,87	17,74	106,82	2,79	3,19	19,71	118,69	ТК№253
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>400</b>	<b>8,08</b>	<b>8,96</b>	<b>49,11</b>	<b>321,66</b>	<b>9,10</b>	<b>9,95</b>	<b>57,98</b>	<b>391,20</b>	
						<b>280</b>					<b>360</b>
Фрукты в ассортименте	100	100	0,30	0,00	10,20	41,90	0,30	0,00	10,20	41,90	АКТ К/П
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	
<b>Обед</b>											
Салат свекла с чесноком	50	60	0,70	5,03	4,62	66,63	0,84	6,05	5,53	79,97	ТК-22
Суп из овощей	160	200	1,23	3,75	8,06	73,75	1,54	4,69	10,07	92,19	ТК№35/04
Биточки паровые с маслом	70/5	80/5	10,29	11,50	5,71	98,70	13,23	14,80	7,33	102,70	ТК№161
Каша пшённая вязкая	110	150	4,40	3,73	11,31	71,62	6,00	5,09	15,42	97,66	ТК№189
Напиток из сухофруктов	160	180	0,24	0,00	14,86	61,47	0,50	0,00	25,10	101,51	ТКК-22Б
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,08	1,20	19,92	104,80	3,85	1,50	24,43	131,00	ТТК№31
<b>Итого</b>	<b>595</b>	<b>725</b>	<b>19,94</b>	<b>25,21</b>	<b>64,48</b>	<b>476,97</b>	<b>25,96</b>	<b>32,13</b>	<b>87,88</b>	<b>720,43</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Овощи свежие порционно	50	60	0,06	0,10	1,90	12,00	0,07	0,12	2,28	14,40	ТК-434
Рагу из овощей	160	180	8,32	4,95	12,97	204,55	10,40	6,19	16,21	274,07	ТТК№64/Т
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,34	0,27	14,91	73,20	2,16	0,32	18,60	83,38	ТТК№21
Сок фруктовый в ассортименте	180	200	0,44	0,00	9,54	39,60	0,50	0,00	10,60	44,00	ТК№12
Вафли в ассортименте	25	25	0,80	0,70	19,20	85,50	2,60	1,30	11,30	114,50	ТК№29
<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>505</b>	<b>11,96</b>	<b>6,02</b>	<b>58,52</b>	<b>414,85</b>	<b>15,73</b>	<b>7,93</b>	<b>58,99</b>	<b>530,35</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1490</b>	<b>1730</b>	<b>40,28</b>	<b>40,19</b>	<b>182,31</b>	<b>1255,38</b>	<b>51,09</b>	<b>50,01</b>	<b>215,05</b>	<b>1683,88</b>	

420  
1260

540  
1620

День: *второй*  
Неделя: *первая*

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры	
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)		
<b>Завтрак</b>												
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/5	200/5	2,10	2,72	10,53	75,20	3,00	3,89	15,04	107,43	ТТК-118	
Батон "Сдобный"	30	40	2,30	0,90	14,90	78,60	3,07	1,20	19,87	104,80	ТТК№9	
Яйцо отварное	1/50	1/50	5,10	4,60	0,30	63,00	5,10	4,60	0,30	63,00	ТТК№102	
Чай с молоком	150	200	2,09	2,67	9,95	65,43	2,79	3,56	13,27	87,24	ТК№261	
<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>495</b>	<b>11,59</b>	<b>10,89</b>	<b>35,68</b>	<b>282,23</b>	<b>13,96</b>	<b>13,25</b>	<b>48,48</b>	<b>362,47</b>		
<b>280</b>						<b>360</b>						
Виноград	100	100	0,60	0,20	15,00	65,00	0,60	0,20	15,00	65,00	АКТ К/П	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,60</b>	<b>0,20</b>	<b>15,00</b>	<b>65,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,20</b>	<b>15,00</b>	<b>65,00</b>		
<b>Обед</b>												
Помидор свежий	40	50	0,30	0,06	1,11	6,00	0,50	0,10	1,85	10,00	ТК-47	
Свекольник	160	200	1,24	4,05	6,43	66,67	1,54	5,08	8,04	83,33	ТК№34	
Гуляш из говядины	50/50	70/70	13,90	6,51	4,00	132,00	19,46	9,10	5,60	184,80	ТТК№17.11.1	
Макаронные отварные	140	180	5,04	5,76	19,88	155,87	6,48	7,41	25,56	200,40	ТК-3055	
Компот из яблок	160	180	0,20	0,20	20,28	83,25	0,23	0,23	22,82	93,66	ТТК№242	
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	2,00	0,35	10,25	54,30	2,50	0,44	12,81	67,88	ТТК№21	
<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>790</b>	<b>22,68</b>	<b>16,93</b>	<b>61,95</b>	<b>498,09</b>	<b>30,71</b>	<b>22,36</b>	<b>76,68</b>	<b>640,07</b>		
<b>490</b>						<b>630</b>						
Салат "Оригинальный"	50	60	0,71	4,21	3,37	54,17	0,85	5,05	4,04	65,00	ТТК24-96	
Картофельное пюре с морковью	150	200	3,08	3,46	22,10	131,84	4,01	4,62	29,46	175,78	ТК-217	
Чай с сахаром, лимоном	160	200	0,05	0,01	9,63	38,91	0,07	0,01	12,03	48,63	ТК№260	
Булочка домашняя	50	50	4,50	2,05	17,57	113,50	4,50	2,05	17,59	113,50	ТК-282	
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,34	0,27	14,91	73,20	2,16	0,32	18,60	83,38	ТТК№31	
<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>550</b>	<b>10,68</b>	<b>10,00</b>	<b>67,58</b>	<b>411,62</b>	<b>11,59</b>	<b>12,05</b>	<b>81,72</b>	<b>486,29</b>		
<b>Итого:</b>	<b>1555</b>	<b>1935</b>	<b>45,55</b>	<b>38,02</b>	<b>180,21</b>	<b>1256,94</b>	<b>56,86</b>	<b>47,86</b>	<b>221,88</b>	<b>1553,83</b>		

День: *третий*  
Неделя: *первая*

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	130/5	170/5	3,28	3,93	18,56	98,60	4,28	5,04	24,28	134,80	ТТК№40*10*
Батон "Сдобный"	30	40	2,30	0,90	14,90	78,60	3,07	1,20	19,87	104,80	ТТК№9
Сыр порционно	5	5	1,49	2,20	0,00	25,75	1,49	2,20	0,00	25,75	ТК-348
Кофейный напиток с молоком	180	180	2,51	2,87	17,74	106,82	2,51	2,87	17,74	106,82	ТК№253
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>400</b>	<b>9,58</b>	<b>9,90</b>	<b>51,20</b>	<b>309,77</b>	<b>11,35</b>	<b>11,31</b>	<b>61,89</b>	<b>372,17</b>	
<b>280</b>						<b>360</b>					
Груша	100	100	0,53	0,00	7,00	52,50	0,53	0,00	7,00	52,50	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,53</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>52,50</b>	<b>0,53</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>52,50</b>	
<b>Обед</b>											
Икра свекольная или морковная	50	60	0,58	4,17	3,58	61,11	0,70	5,03	4,30	73,33	ТК-163
Суп картофельный с рыбой	160	180	8,45	2,65	41,28	74,39	9,51	2,96	41,82	83,69	ТК№41/2004
Каша перловая рассыпчатая	130	170	4,16	5,33	27,69	178,10	5,44	6,97	36,21	232,90	ТК№13
Бефстроганов из отварной говядины	50	70	2,66	3,32	3,45	49,44	4,66	3,91	8,62	73,29	ТТК№158
Компот из чернослива	160	180	0,54	0,00	22,07	73,52	0,61	0,00	24,83	82,71	ТК-253
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	2,00	0,35	10,25	54,30	2,50	0,44	12,81	67,88	ТТК№21
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>710</b>	<b>18,39</b>	<b>15,82</b>	<b>108,32</b>	<b>490,86</b>	<b>23,42</b>	<b>19,31</b>	<b>128,59</b>	<b>613,80</b>	
<b>490</b>						<b>630</b>					
Запеканка рисовая с творогом	130	140	6,15	7,08	32,54	219,10	8,47	9,92	45,54	305,34	ТК№120
Чай с лимоном	150	180	0,04	0,01	8,13	32,82	0,04	0,01	9,75	39,39	ТК№260
Кондитерская изделия в ассортименте	25	50	1,65	2,13	18,10	97,75	3,30	4,26	36,20	195,50	ТТК№20
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,97	0,54	15,39	81,45	3,96	0,72	20,52	108,60	ТТК№31
<b>Итого:</b>	<b>335</b>	<b>410</b>	<b>10,81</b>	<b>9,76</b>	<b>74,16</b>	<b>431,12</b>	<b>15,77</b>	<b>14,91</b>	<b>112,01</b>	<b>648,83</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1365</b>	<b>1620</b>	<b>39,31</b>	<b>35,48</b>	<b>240,68</b>	<b>1284,25</b>	<b>51,07</b>	<b>45,53</b>	<b>309,49</b>	<b>1687,30</b>	

1260

1620

День: **четвертый**  
Неделя: **первая**

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/5	200/5	2,10	2,72	10,53	75,20	3,00	3,89	15,04	107,43	ТТК-38
Батон "Сдобный"	30	40	2,28	0,24	17,70	70,50	3,04	0,32	23,60	94,00	ТТК№9
Какао с молоком "Несквик"	180	180	4,42	4,50	29,26	171,00	4,41	4,50	29,25	171,00	ТК№40
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>425</b>	<b>8,80</b>	<b>7,46</b>	<b>57,49</b>	<b>316,70</b>	<b>10,45</b>	<b>8,71</b>	<b>67,89</b>	<b>372,43</b>	
<b>280</b>						<b>360</b>					
Фрукты в ассортименте	100	150	0,30	0,00	10,20	41,40	0,30	0,00	10,20	90,80	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,40</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>90,80</b>	
<b>Обед</b>											
Огурцы свежие порционно	50	60	0,40	0,05	1,25	7,00	0,48	0,06	1,50	8,40	ТК№57
Суп картофельный с клецками	150	180	1,28	1,73	8,63	55,50	1,53	2,07	10,35	66,60	ТК№37
Птица отварная	60	80	12,65	8,16	0,00	126,60	16,86	10,88	0,00	168,80	ТК№181
Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	130	160	2,95	3,81	27,73	159,47	3,63	4,69	34,13	196,27	ТК№191
Сок в ассортименте	150	180	0,40	0,00	8,48	35,20	0,45	0,00	9,54	39,60	ТК№12
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>710</b>	<b>21,49</b>	<b>14,55</b>	<b>65,66</b>	<b>491,61</b>	<b>27,71</b>	<b>18,70</b>	<b>79,98</b>	<b>614,47</b>	
<b>490</b>						<b>630</b>					
Винегрет овощной	30	50	0,42	3,00	2,04	37,20	0,70	5,05	3,40	62,00	71/04/ТК№11
Макаронные изделия, запеченные с сыром	110	130	6,41	6,90	26,06	196,65	4,76	7,21	22,68	177,12	ТТК-8
Кисломолочный продукт "Ряженка"	150	180	4,20	4,78	6,13	84,40	4,48	5,10	6,54	90,02	ТК№251
Кондитерские изделия в ассортименте	25	25	2,60	1,30	19,19	96,90	2,60	1,30	19,19	96,90	ТК№29
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,97	0,54	15,39	81,45	3,96	0,72	20,52	108,60	ТТК№21
<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>425</b>	<b>16,60</b>	<b>16,52</b>	<b>68,81</b>	<b>496,60</b>	<b>16,50</b>	<b>19,38</b>	<b>72,33</b>	<b>534,64</b>	
<b>Итого:</b>	<b>140</b>	<b>1710</b>	<b>47,19</b>	<b>38,53</b>	<b>202,16</b>	<b>1346,31</b>	<b>54,96</b>	<b>46,79</b>	<b>230,40</b>	<b>1643,87</b>	

1260

1620

День: пятый  
Неделя: первая

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша рисовая молочная жидкая	130/5	170/5	3,32	4,26	21,16	136,50	4,34	5,25	27,66	178,50	ТТК№36/10
Бутерброд с сыром	30/5	40/5	4,59	3,19	14,76	95,50	6,11	3,38	17,60	142,50	ТТК№9
Чай с молоком	180	200	<b>2,51</b>	<b>3,20</b>	<b>11,94</b>	<b>78,52</b>	<b>2,79</b>	<b>3,656</b>	<b>13,27</b>	<b>87,24</b>	ТТК№87
Итого:	<b>350</b>	<b>420</b>	<b>10,42</b>	<b>10,65</b>	<b>47,86</b>	<b>310,52</b>	<b>13,24</b>	<b>8,63</b>	<b>58,53</b>	<b>408,24</b>	
<b>280</b>						<b>360</b>					
Яблоко	100	100	0,31		10,20	41,40	0,36		12,24	49,68	
Итого	<b>100</b>	<b>100</b>	0,31	0,00	10,20	41,40	0,36	0,00	12,24	49,68	
<b>Обед</b>											
Салат "Здоровье"	50	60	0,75	2,50	3,69	40,00	0,90	3,00	4,36	48,00	ТК-29/я
Суп картофельный с мясными фрикадельками	160/25	180/25	1,09	1,73	10,37	62,08	1,20	1,95	11,67	69,84	153/04-155
Суфле рыбное	60	80	11,02	6,03	1,45	103,82	14,69	8,04	1,93	134,83	ТТК3
Капуста тушеная	110	130	2,67	3,14	9,71	77,54	3,15	3,71	11,47	91,64	ТК№200
Напиток "Золотой шар"	160	180	0,00	0,00	20,03	76,00	0,00	0,00	22,53	85,50	ТТК№68*28*
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТТК№31
Итого	<b>605</b>	<b>705</b>	<b>19,34</b>	<b>14,20</b>	<b>64,82</b>	<b>467,28</b>	<b>24,70</b>	<b>17,70</b>	<b>76,42</b>	<b>564,61</b>	
<b>490</b>						<b>630</b>					
Вареники ленивые	130	160	17,61	6,38	18,42	179,02	21,67	7,85	22,67	220,33	ТТК№116
Соус молочный сладкий	30	30	0,06	1,60	1,90	24,00	0,06	1,60	1,90	24,00	ТТК№224
Кисель фруктовый	160	180	0,00	0,01	10,84	43,78	0,07	0,01	11,44	46,21	ТК№233
Вафли в ассортименте	25	50	0,80	0,70	20,03	85,50	1,60	1,40	40,06	171,00	ТТК№19
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,97	0,54	15,39	81,45	3,96	0,72	20,52	108,60	ТТК№21
Итого:	<b>405</b>	<b>460</b>	<b>21,44</b>	<b>9,23</b>	<b>66,58</b>	<b>413,75</b>	<b>27,36</b>	<b>11,58</b>	<b>96,59</b>	<b>570,14</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1430</b>	<b>1665</b>	<b>51,51</b>	<b>34,08</b>	<b>189,46</b>	<b>1232,95</b>	<b>65,66</b>	<b>37,91</b>	<b>243,78</b>	<b>1592,67</b>	

420

540

1260

1620

День: первый  
Неделя: вторая

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	130/5	150/5	3,92	4,72	22,29	107,87	4,53	5,45	25,72	137,92	ТТК-117
Батон "Сдобный"	30	40	2,28	0,24	17,70	70,50	3,04	0,32	23,60	94,00	ТТК№9
Сыр порционно	5	5	1,49	2,20	0,00	25,74	1,49	2,20	0,00	25,74	ТК-348
Кофейный напиток с молоком	180	200	2,51	2,85	17,74	106,82	2,79	3,19	19,71	118,69	ТК№253
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>400</b>	<b>10,20</b>	<b>10,01</b>	<b>57,73</b>	<b>310,93</b>	<b>11,85</b>	<b>11,16</b>	<b>69,03</b>	<b>376,35</b>	
						<b>280</b>					<b>360</b>
Апельсин	100	100	0,70	0,00	6,30	28,50	0,70	0,00	6,30	28,50	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>6,30</b>	<b>28,50</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>6,30</b>	<b>28,50</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из отварной свекли с чесноком	50	60	0,70	5,04	4,61	66,54	0,84	6,05	5,53	79,97	ТК№22/04
Рассольник ленинградский	150	180	3,02	6,78	19,43	89,76	3,62	8,13	23,31	107,71	ТК-33
Печень тушеная в сливочном масле	60/5	80/5	7,38	3,42	0,79	52,62	9,84	4,56	1,05	78,16	ТК№162
Гороховое пюре	110	130	2,23	3,38	18,45	112,42	2,64	4,00	21,80	132,86	ТК3213
Компот из сухофруктов	150	180	0,24	0,00	14,13	61,47	0,50	0,00	25,00	101,51	ТК-253
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТК№31
<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>685</b>	<b>17,38</b>	<b>19,42</b>	<b>76,98</b>	<b>490,65</b>	<b>22,20</b>	<b>23,74</b>	<b>101,15</b>	<b>635,01</b>	
						<b>490</b>					<b>630</b>
Огурцы свежие порционно	50	60	0,40	0,04	1,25	7,00	0,48	0,06	1,50	8,40	ТК№57
Сельдь с луком	30/25	50/25	2,35	3,35	1,27	47,10	3,19	5,00	1,81	67,29	ТК-195
Картофель отварной	140	160	1,90	2,88	15,66	95,39	2,17	3,29	17,90	109,02	ТК№204
Напиток грушевый	160	200	0,80	0,00	31,68	126,40	1,00	0,00	39,60	158,00	ТК№285
Печенье в ассортименте	25	25	2,74	1,95	19,19	102,33	2,74	1,95	19,19	102,33	ТК№29
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,62	0,24	13,95	54,45	2,16	0,32	18,60	108,60	ТК№21
<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>480</b>	<b>9,81</b>	<b>8,46</b>	<b>83,00</b>	<b>432,67</b>	<b>11,74</b>	<b>10,62</b>	<b>98,60</b>	<b>553,82</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1435</b>	<b>1665</b>	<b>38,09</b>	<b>37,89</b>	<b>224,01</b>	<b>1258,18</b>	<b>46,49</b>	<b>45,52</b>	<b>275,08</b>	<b>1614,08</b>	

420-1260

540-1620

День: *второй*  
Неделя: *вторая*

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	130/10	170/10	2,73	5,46	17,03	116,90	3,15	6,30	19,50	141,80	ТТК№30
Батон "Сдобный"	30	40	2,50	0,90	14,90	78,60	3,07	1,20	19,87	104,80	ТТК№9
Какао с молоком (1 вар.)	180	190	3,38	3,53	15,60	138,53	3,56	3,72	16,46	146,22	ТК№248
Итого:	<b>350</b>	<b>410</b>	<b>8,61</b>	<b>9,89</b>	<b>47,53</b>	<b>334,03</b>	<b>9,78</b>	<b>11,22</b>	<b>55,83</b>	<b>392,82</b>	
<b>280</b>						<b>360</b>					
Фрукты в ассортименте	100	100	0,30	0,00	10,20	41,90	0,30	0,00	10,20	41,90	
Итого	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из огурцов консервированных с луком	50	60	0,06	6,45	1,20	52,00	0,07	7,74	1,44	62,40	ТТК№18
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	160/30	200/30	4,47	2,66	11,62	88,34	5,92	3,32	14,52	111,68	ТК№40/2004
Плов по-узбекски	170	200	8,84	10,03	16,07	208,34	10,40	11,80	18,89	245,09	ТТК№85*20
Компот из плодов консервированных	160	200	0,54	0,00	8,89	36,64	0,68	0,00	11,11	45,80	ТТК№240
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТТК№31
Итого	<b>610</b>	<b>740</b>	<b>17,72</b>	<b>19,94</b>	<b>57,35</b>	<b>493,16</b>	<b>21,83</b>	<b>23,86</b>	<b>70,42</b>	<b>599,77</b>	
<b>490</b>						<b>630</b>					
Икра кабачковая	50	60	0,90	3,55	5,80	58,86	1,08	4,26	6,96	70,56	Т.24/96/30-
Картофель жареный из отварного	140	200	1,52	8,51	15,02	143,30	2,17	12,14	21,46	204,71	ТТК№203
Кисломолочный продукт (Йогурт)	160	200	4,00	1,20	2,80	37,60	5,00	1,50	3,50	47,00	ТК-245Й
Пирожки печеные из сдобного теста	50	50	2,26	2,28	24,37	131,02	2,26	2,28	24,37	131,02	ТК№304
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,62	0,24	13,95	54,45	2,16	0,32	18,60	72,60	ТТК№21
Итого:	<b>430</b>	<b>550</b>	<b>10,30</b>	<b>15,78</b>	<b>61,94</b>	<b>425,23</b>	<b>12,67</b>	<b>20,50</b>	<b>74,89</b>	<b>525,89</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1490</b>	<b>1800</b>	<b>36,93</b>	<b>45,61</b>	<b>177,02</b>	<b>1294,32</b>	<b>44,58</b>	<b>55,58</b>	<b>211,34</b>	<b>1560,38</b>	

420

540

1260

1620



День: *третий*  
Неделя: *вторая*

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша овсяная молочная "Геркулес" с маслом сливочным	150/10	170/5	2,89	3,00	23,62	97,50	3,28	3,40	26,77	110,50	ТК-93
Батон "Сдобный" с маслом сливочным	30/10	40/5	2,14	4,50	14,96	111,65	3,12	6,00	19,95	148,87	ТТК№9
Кофейный напиток с молоком	150	180	2,09	2,39	14,78	89,02	2,51	2,85	17,74	106,82	ТК№253
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>400</b>	<b>7,12</b>	<b>9,89</b>	<b>53,36</b>	<b>298,17</b>	<b>8,91</b>	<b>12,25</b>	<b>64,46</b>	<b>366,19</b>	
<b>280</b>						<b>360</b>					
Фрукты в ассортименте	100	100	0,30	0,00	10,20	41,90	0,30	0,00	10,20	41,90	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	
<b>Обед</b>											
Овощи свежие порционно	50	60	0,06	0,10	1,90	12,00	0,07	0,12	2,28	14,40	ТТК№57
Борщ с капустой и картофелем	160	200	1,20	3,12	7,60	63,20	1,50	3,90	9,50	79,00	ТК№27
Котлета из говядины с маслом сливочным	60/5	80/5	9,54	8,64	9,60	156,60	12,72	11,52	12,80	208,80	ТТК№1/
Картофельное пюре	120	140	1,41	3,00	9,73	72,67	1,64	3,50	11,35	84,78	ТК№206
Напиток брусничный	170	200	0,09	0,00	17,90	71,98	0,10	0,00	21,07	84,69	ТТК№22/
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТТК№31
<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>735</b>	<b>16,11</b>	<b>15,66</b>	<b>66,30</b>	<b>484,29</b>	<b>20,79</b>	<b>20,04</b>	<b>81,46</b>	<b>606,47</b>	
<b>490</b>						<b>630</b>					
Ватрушка царская	140	190	20,44	8,47	20,37	239,56	27,74	11,50	27,65	325,11	ТТК-7
Чай с лимоном	160	200	0,05	0,01	9,54	38,92	0,07	0,01	12,04	48,64	ТТК№260
Вафли в ассортименте	25	25	0,80	0,70	20,03	85,50	0,80	0,70	20,03	85,50	ТК№29
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,62	0,24	13,95	54,45	2,16	0,32	18,60	72,60	ТТК321
<b>Итого:</b>	<b>355</b>	<b>455</b>	<b>22,91</b>	<b>9,42</b>	<b>63,89</b>	<b>418,43</b>	<b>30,77</b>	<b>12,53</b>	<b>78,32</b>	<b>531,85</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1410</b>	<b>1690</b>	<b>46,44</b>	<b>34,97</b>	<b>193,75</b>	<b>1242,79</b>	<b>60,77</b>	<b>44,82</b>	<b>234,44</b>	<b>1649,88</b>	

420

540

1260

1620

День: **четвертый**  
Неделя: **вторая**

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	
<b>Завтрак</b>											
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	130/5	170/5	2,10	1,94	19,13	100,00	6,75	6,98	29,86	139,24	ТК№86/04
Батон "Сдобный"	30	40	2,28	0,24	17,70	70,50	3,04	0,32	23,60	94,00	ТТК№9
Яйцо отварное	1/50	1/50	5,10	4,60	0,30	63,00	5,10	4,60	0,30	63,00	ТТК№102
Чай с молоком	150	200	2,09	2,66	9,05	65,44	2,51	3,20	11,94	78,52	ТК№261
<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>465</b>	<b>11,57</b>	<b>9,44</b>	<b>46,18</b>	<b>298,94</b>	<b>17,40</b>	<b>15,10</b>	<b>65,70</b>	<b>374,76</b>	
						<b>280</b>					<b>360</b>
Фрукты в ассортименте	100	100	0,31	0,00	10,20	41,90	0,31	0,00	10,20	41,90	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,31</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	<b>0,31</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	
<b>Обед</b>											
Огурец свежий	50	60	0,40	0,05	1,25	7,00	0,48	0,06	1,85	8,40	ТТК№57
Суп картофельный с макаронными изделиями	170	200	1,87	1,78	12,83	75,65	2,20	2,10	15,10	89,00	ТК№29
Суфле из кур с маслом сливочным	70/5	80/5	4,90	3,77	5,85	116,66	5,60	4,30	6,69	133,33	ТК№184
Каша перловая рассыпчатая	120	170	3,34	3,34	24,17	153,00	4,74	4,74	34,25	216,75	ТТК-94
Сок фруктовый в ассортименте	170	200	0,43	0,00	9,01	37,40	0,50	0,00	10,60	44,00	ТК№12
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТТК№31
<b>Итого</b>	<b>625</b>	<b>765</b>	<b>14,75</b>	<b>9,74</b>	<b>72,68</b>	<b>497,55</b>	<b>18,28</b>	<b>12,20</b>	<b>92,95</b>	<b>626,28</b>	
						<b>490</b>					<b>630</b>
Винегрет овощной с морской капустой	30	50	0,40	1,56	2,40	23,38	0,67	2,60	4,00	38,97	ТТК№1
Макароны, запеченные с сыром	110	150	6,99	7,53	28,43	214,53	8,73	9,42	35,54	268,15	ТК3198
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	200	3,90	4,46	6,56	82,14	5,58	6,38	9,38	117,34	ТК№251
Кондитерская изделия в ассортименте	25	25	0,80	0,70	20,03	85,50	0,80	0,70	20,03	85,50	ТК№29
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,62	0,24	13,95	54,45	2,16	0,32	18,60	72,60	ТТК№21
<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>465</b>	<b>13,71</b>	<b>14,49</b>	<b>71,37</b>	<b>460,00</b>	<b>17,94</b>	<b>19,42</b>	<b>87,55</b>	<b>582,56</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1435</b>	<b>1795</b>	<b>40,34</b>	<b>33,67</b>	<b>200,43</b>	<b>1298,39</b>	<b>53,93</b>	<b>46,72</b>	<b>256,40</b>	<b>1625,50</b>	

420

540

1260

1620

День: пятый  
Неделя: вторая

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)		Ясли				Сад				№ Рецептуры	
	ясли	сад	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)		
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	130/5	170/5	3,54	3,97	22,81	90,26	4,62	5,19	29,83	118,04	ТТК42	
Батон "Сдобный"	30	40	2,28	0,24	17,70	70,50	3,04	0,32	23,60	94,00	ТТК№9	
Масло сливочное порционно	5	5	0,04	3,62	0,06	33,05	0,04	3,62	0,06	33,05	ТТК-270617	
Кофейный напиток с молоком	180	190	2,51	2,87	17,74	106,82	2,65	3,03	18,73	112,75	ТК№253	
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>410</b>	<b>8,37</b>	<b>10,70</b>	<b>58,31</b>	<b>300,63</b>	<b>10,35</b>	<b>12,16</b>	<b>72,22</b>	<b>357,84</b>		
						<b>280</b>						
Фрукты в ассортименте	100	100	0,30	0,00	10,20	41,90	0,30	0,00	10,20	41,90		
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>41,90</b>		
<b>Обед</b>												
Томаты консервированные порционно	50	60	0,50	0,05	0,00	10,00	0,66	0,06	0,00	12,00	ТК№101	
Суп картофельный с горохом	170/15	200/20	1,29	4,52	7,36	75,56	1,52	5,32	8,66	88,89	ТТК№51*06	
Котлеты или биточки рыбные	70	80	10,35	1,92	6,78	85,81	11,83	2,20	7,75	98,07	ТК№134	
Картофель отварной с маслом	120/5	150/5	2,43	3,70	20,13	122,64	3,04	4,62	25,16	153,30	ТК№205	
Напиток яблочно-апельсиновый	180	200	0,15	0,07	12,72	98,30	0,17	0,09	15,73	133,46	ТТК-78	
Хлеб Дарницкий ржаной	40	50	3,81	0,80	19,57	107,84	4,76	1,00	24,46	134,80	ТТК№31	
<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>765</b>	<b>18,53</b>	<b>11,06</b>	<b>66,56</b>	<b>500,15</b>	<b>21,98</b>	<b>13,29</b>	<b>81,76</b>	<b>620,52</b>		
						<b>490</b>						
Лапшевник с творогом и соусом	110	160	9,46	8,47	19,25	168,05	13,76	12,32	28,00	265,40	ТК№125	
Кисель из концентрата	150	180	0,00	0,00	15,36	120,00	0,00	0,00	17,28	135,00	ТК№233	
Кондитерская изделия в ассортименте	25	25	0,80	0,70	20,03	85,50	0,80	0,70	20,03	85,50	ТК№29	
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,62	0,24	13,95	54,45	2,16	0,32	18,60	72,60	ТТК№21	
<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>405</b>	<b>11,88</b>	<b>9,41</b>	<b>68,59</b>	<b>428,00</b>	<b>16,72</b>	<b>13,34</b>	<b>83,91</b>	<b>558,50</b>		
<b>Итого:</b>	<b>1415</b>	<b>1850</b>	<b>39,08</b>	<b>31,17</b>	<b>203,66</b>	<b>1270,68</b>	<b>49,35</b>	<b>38,79</b>	<b>248,09</b>	<b>1578,76</b>		

420

540

1260

1620