



И.И. МАДОВ  
с.а.г. № 174  
2025 года



Утверждаю  
Директор МАУ "Центр социального питания"  
С.В. Шакина

01.27" января 2025 года

### ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для питания детей с 1 до 3 лет; с 3 до 7 лет (с 12 - ти часовым пребыванием детей),  
посещающих муниципальные автономные дошкольные образовательные учреждения г.Череповца  
с 27.01.2025 года по 27.04.2025 года ( завтраки, обеды, полдники, ужины)

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			
			Выход блюда (г)	Сады		Ясли		Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	Б			Ж	У	
<b>Первый день:</b>												
ЗАВТРАК:	Каша жидкая молочная пшеничная	ТТК № 56 (Я,С)	200	6,0	3,6	26,4	160,1	180	5,4	3,2	23,8	144,1
	Бутерброд с маслом и сыром	ТТК № 87 / (Я,С)	30/10/10	4,90	11,0	15,4	179,4	30/10/10	4,9	11,0	15,4	179,4
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 / (Я,С)						180	2,8	2,2	10,4	73,4
	Напиток кофейный с молоком (витаминный)		180	2,8	2,2	10,5	73,5					
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кисель из ягод	ТТК № 77 (Я,С)	200	0,4	0,0	17,0	69,6	170	0,3	0,0	16,0	58,9
	Вафли порционно		50,0	2,8	11,0	33,0	245,0	50	2,8	11,0	33,0	245,0
			680	16,9	27,8	102,3	727,6	630	16,2	27,4	98,6	700,8
ОБЕД:	Суп картофельный с бобовыми, говяжьей и гречками	ТТК № 29 (Я,С), ТТК № 37 (Я,С)	180/10/10	8,7	5,0	17,0	178,6	150/5/10	8,0	4,4	14,5	169,7
	Паста "Новинка" (свинина)	ТТК № 34/ (Я,С)	190 (60/130)	10,6	18,4	29,2	352,3	160 (40/120)	8,2	15,2	26,7	279,0
	Напиток из изюма	ТТК № 14/ (Я,С)	200	0,3	0,0	17,3	64,8	200	0,3	0,0	17,3	64,8
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		34	2,4	0,3	13,9	68,0	30	2,1	0,3	12,3	60,0
ИТОГО:			624	21,9	23,7	77,4	663,7	555	18,6	19,9	70,8	573,5
ПОЛДНИК:	Напиток яблочный	ТТК № 33/ (Я,С)	200	0,1	0,0	26,4	102,0	200	0,1	0,0	26,4	102,0
	Яйцо вареное	ТТК № 47 (Я,С)	40	5,0	3,8	0,3	57,2	40	5,0	3,8	0,3	57,2
	Зеленый горошек припущенный		15	1,0	0,1	1,9	6,3	15	1,0	0,1	1,9	6,3
	Батон йодированный		45	3,6	1,4	22,8	117,0	28	2,2	0,9	14,2	72,8
ИТОГО:			300	9,7	5,2	51,4	282,5	283	8,3	4,8	42,8	238,3
УЖИН:	Запеканка "Золотистая" с молоком стуженным	ТТК № 97/ (Я,С)	130/30	10,2	24,4	50,5	453,8	100/20	7,6	18,3	41,0	339,2
	Напиток из мандаринов	ТТК № 32 / (Я,С)	200	0,2	0,0	10,7	45,7	200	0,2	0,0	10,7	45,7
ИТОГО:			360	10,4	24,4	61,2	499,5	320	7,8	18,3	51,7	384,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1964	49,2	81,1	292,3	2173,3	1788	50,9	70,4	263,9	1897,5



Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Сад						Энергетическая ценность	
			Пищевые вещества (г)			Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У		Б	Ж		У
<b>Второй день:</b>										
<b>ЗАВТРАК:</b>										
Каша молочная рисовая	ТТК № 28 (Я,С)	180	2,7	0,2	36,9	150	2,2	0,2	30,8	138,0
Бутерброд с сыром	ТТК № 65 / (Я,С)	30/7	4,1	2,9	15,3	30/7	4,1	2,9	15,3	102,5
Чай с молоком	ТК № 4 / (Я,С)	150	1,9	0,9	3,5	150	1,9	0,9	3,5	59,6
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>										
Фрукты свежие (яблоко)		104	0,4	0,4	10,2	100	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>ИТОГО:</b>										
Напиток из сухофруктов	ТТК № 6 (Я,С)	180	0,2	0,0	11,2	150	0,2	0,0	9,3	37,5
<b>ИТОГО:</b>										
Борщ с капустой, картофелем, филе куриным и сметаной	ТТК № 40 (Я,С)	180/5/5	5,5	4,1	9,7	150/5/5	4,8	3,6	8,1	83,3
<b>ОБЕД:</b>										
Рагу из птицы	ТТК № 79 / (Я,С)	40/135	16,1	12,6	19,2	35/125	15,1	11,8	17,4	248,5
Огулец соленый		20	0,2	0,0	0,3	20	0,2	0,0	0,3	2,2
Напиток апельсиновый	ТТК № 21 (Я,С)	180	0,2	0,0	8,6	160	0,2	0,0	7,6	31,0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный		30	1,9	0,3	12,3	25	1,6	0,3	10,3	50,0
<b>ИТОГО:</b>										
Блюкефир	ТК № 2 (Я,С)	200	6,0	5,0	8,0	150	4,5	3,8	6,0	76,5
<b>ПОЛДНИК:</b>										
Сушка						20	2,0	1,0	14,0	73,0
Печенье сахарное		50	3,6	6,4	34,5					
<b>ИТОГО:</b>										
Зразы рубленые из говядины с соусом сметанным с томатом	ТТК № 7 (Я,С) ТТК № 3 (Я,С)	250	9,6	11,4	42,5	170	6,5	4,8	20	149,5
<b>УЖИН:</b>										
Греча отварная	ТТК № 78 / (Я,С)	70/30	10,3	14,5	12,8	50/20	7,4	10,1	9,0	158,5
Чай с сахаром	ТК № 9 / (Я,С)	130	7,2	6,8	37,0	110	6,1	5,7	31,3	204,6
Хлеб ржано-пшеничный йодированный		200	0,2	0,0	5,0	180	0,2	0,0	4,5	18,0
<b>ИТОГО:</b>										
		30	2,1	0,3	12,3	28	2,0	0,3	11,5	56,0
		460	19,8	21,6	67,1	388,0	15,7	16,1	56,3	437,1
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		1956	62,6	50,3	236,8	1671	52,9	41,0	188,7	1386,2



Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Саг				Ясли				
			Б	Ж	У		Б	Ж	У		
<b>Третий день:</b>											
<b>ЗАВТРАК:</b>											
Вермишель молочная	ТТК № 86 (Я,С)	180	6,5	10,8	29,6	218,3	150	5,4	9,0	24,7	181,9
Бутерброд с маслом	ТК № 1 / (Я,С)	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6	30/7	2,2	5,1	15,0	124,2
Какао с молоком	ТТК № 19/ (Я,С)	200	2,7	3,9	12,9	110,3	150	2,0	2,9	9,7	82,7
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>											
Сухари		20	2,0	0,6	16,6	50,0	20	2,0	0,6	16,6	50,0
Компот из свежих груш	ТТК №44/ (Я,С)	200	0,2	0,0	14,1	57,3	200	0,2	0,0	14,1	57,3
<b>ИТОГО:</b>											
Суп картофельный с рыбой	ТТК № 36 (Я,С)	180/10	5,3	0,2	15,4	77,5	150/5	5,1	0,2	12,9	496,1
Плов из свинины	ТТК № 39 (Я,С)	50/150	21,6	11,8	37,8	350,0	40/130	17,3	9,4	30,2	302,1
Напиток яблочный	ТТК № 33/ (Я,С)	200	0,0	0,0	12,4	49,8	180	0,0	0,0	11,2	44,8
<b>Хлеб ржано-пшеничный йодированный</b>											
		30	1,8	0,2	12,3	60,0	26	1,6	0,2	10,7	52,0
<b>ИТОГО:</b>											
Напиток из изюма	ТК № 14/ (Я,С)	180	0,3	0,0	15,6	58,3	180	0,3	0,0	15,6	58,3
Фрукты свежие (груша)		115	0,4	0,3	12,5	48,3	100	0,3	0,3	10,9	42,0
<b>ИТОГО:</b>											
Капуста тушеная	ТТК № 8 (Я,С)	130	2,6	4,7	10,2	100,1	110	2,2	4,0	8,7	84,7
Котлета куриная	ТТК № 7 (Я,С)	70	15,3	14,8	14,0	285,7	50	10,9	10,6	10,0	204,1
Чай с лимоном	ТК № 5 (Я,С)	200/10	0,3	0,0	5,3	23,1	200/10	0,3	0,0	5,3	23,1
<b>Батон йодированный</b>											
		30	2,4	0,9	15,3	78,0	30	2,4	0,9	15,3	78,0
<b>ИТОГО:</b>											
		440	20,6	20,4	44,8	486,9	400	15,8	15,5	39,3	389,9
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>											
		1985	63,7	56,3	239,5	1711,3	1758	52,2	43,2	210,9	1447,2



	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			
			Выход блюда (г)	Сахар		Ясли						
				Б	Ж	У	Б	Ж		У		
<b>Четвертый день:</b>												
ЗАВТРАК:	Каша геркулесовая молочная	ТТК № 18/ (Я,С)	180	5,0	9,4	23,8	207,0	180	5,0	9,4	23,8	207,0
	Бутерброд с сыром	ТТК № 65/ (Я,С)	30/7	4,1	2,9	15,3	102,5	30/7	4,1	2,9	15,3	102,5
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 (Я,С)	180	2,8	2,7	10,4	73,5	150	2,3	1,8	8,7	61,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кисель "Витаминный"	ТТК № 11 (Я,С)	200	0,0	0,0	29,6	89,8					
	Кисель из ягод	ТТК № 77/ (Я,С)						150	0,3	0,0	14,2	58,0
	Сушка		10	1,0	0,5	7,0	36,5	10	1,0	0,5	7,0	36,5
ИТОГО:			607	12,9	15,5	86,1	509,3	527,0	12,7	14,6	69,0	465,2
ОБЕД:	Суп крестьянский с курой и сметаной	ТТК № 109 (Я,С)	180/10/10	6,7	7,9	13,9	153,7	150/5/10	4,3	6,5	11,6	121,5
	Биточки рыбные с соусом молочным	ТТК № 53 (Я,С)	70/20	10,5	8,2	12,7	169,4	50/20	7,6	6,2	9,5	126,8
	Пюре картофельное	ТТК № 22 (Я,С)	130	2,8	5,8	18,7	141,7	110	2,3	4,9	15,8	119,9
	Напиток из сухофруктов	ТТК № 6/ (Я,С)	180	0,3	0,0	12,4	45,0	150	0,2	0,0	9,3	37,5
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		34	2,3	0,3	13,9	68,0	29	2,0	0,3	11,9	58,0
ИТОГО:			634	22,6	22,2	71,6	577,8	524,0	16,4	17,9	58,1	463,7
ПОЛДНИК:	Напиток кефирный фруктовый	ТТК № 4 (Я,С)	180	5,0	4,4	19,8	113,3	180	5,0	4,4	19,8	113,3
	Ватрушка с повидлом	ТТК № 115 (Я,С)	75	3,5	4,2	32,5	189,2	75	3,5	4,2	32,5	189,2
ИТОГО:			255	8,5	8,6	52,3	302,5	255	8,5	8,6	52,3	302,5
УЖИН:	Филе куриное тушеное в соусе	ТТК № 118 (Я,С)	70/20	31,9	13,1	14,7	303,2	50/20	23,0	9,9	10,8	224,0
	Макароны отварные	ТТК № 85/ (Я,С)	130	4,6	5,3	30,6	191,1	110	3,9	4,5	25,9	161,7
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	180	0,2	0,0	4,5	18,0
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		30	2,1	0,3	12,3	60,0	30	2,1	0,3	12,3	60,0
ИТОГО:			450	38,8	18,7	62,6	574,3	390	29,2	14,7	53,5	463,7
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1946	82,8	65,0	272,6	1963,9	1696	66,8	55,8	232,9	1695,1



	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			г	Ж	У	Б	Ж	У		г	Б	Ж	У			
														Саг		
<b>Пятый день:</b>																
ЗАВТРАК:	Каша жидкая молочная ячневая	ТТК № 10 (Я,С)	200	5,7	3,1	25,8	154,1	180	5,1	2,8	23,2	138,7				
	Чай с лимоном	ТТК № 5(Я,С)	200/10	0,3	0,0	5,3	21,9	200/5	0,2	0,0	5,3	21,6				
	Бутерброд с маслом	ТТК № 1 / (Я,С)	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Напиток апельсиновый	ТТК № 21 (Я,С)	180	0,2	0,0	8,6	34,9	150	0,1	0,0	7,2	29,1				
	Пряник		62	1,7	1,3	22,8	238,7	31	0,9	0,7	11,4	119,4				
ИТОГО:			512	10,2	12,5	78,0	594,2	456	8,6	11,6	62,6	453,4				
ОБЕД:	Суп картофельный с рисом и филе куриным	ТТК № 49 / (Я,С)	180/10	7,4	2,0	15,1	99,5	150/10	6,6	1,7	12,6	85,1				
	Гуляш из свинины	ТТК № 117 (Я,С)	60/50	10,6	15,6	3,9	207,1	50/40	8,9	12,7	3,0	169,5				
	Греча отварная	ТТК № 78 (Я,С)	130	7,2	6,8	37,0	241,8	110	6,1	5,7	31,3	204,6				
	Напиток из плодов шиповника	ТТК № 13 (Я,С)	200	0,7	0,3	11,4	45,6	150	0,5	0,2	8,6	34,2				
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		40	2,8	0,4	16,4	80,0	30	2,1	0,3	12,3	60,0				
ИТОГО:			670	28,7	25,1	83,8	674,0	540	24,2	20,6	67,8	553,4				
ПОЛДНИК:	Компот из свежих груш	ТТК № 44 (Я,С)	180	0,2	0,0	12,7	51,6	180	0,2	0,0	12,7	51,6				
	Фрукты свежие (мандарин)		100	0,8	0,2	7,5	33,0	100	0,8	0,2	7,5	33,0				
ИТОГО:			280	1,0	0,2	20,2	84,6	280	1	0	20	85				
УЖИН:	Запеканка творожная "Диетическая" с соусом ягодным	ТТК № 54 (Я,С) ТТК № 83 (Я,С)	130/20	10,7	12,4	30,7	293,4	110/20	9,1	10,5	28,8	255,6				
	Чай витаминный с яблоком	ТТК № 43 (Я,С)	200	0,3	0,0	25,9	99,2	180	0,3	0,0	23,3	89,3				
	Батон йодированный		44	3,5	1,3	22,4	114,4	33	2,6	1,0	16,8	85,8				
ИТОГО:			394,0	14,5	13,7	79,0	507,0	343,0	12,0	11,5	68,9	430,7				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1856,0	54,4	51,5	261,0	1859,8	1619	45,8	43,9	219,5	1522,1				

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Саг				Ясли			
				Б	Ж	У		Б	Ж	У	
<b>Шестой день:</b>											
<b>ЗАВТРАК:</b>	Каша манная жидкая молочная	ТТК № 1/ (Я,С)	180	5,5	3,2	29,2	166,5	4,6	2,6	24,3	138,8
	Бутерброд с маслом и сыром	ТТК № 87 / (Я,С)	30/5/10	3,7	10,0	15,4	161,2	3,7	10,0	15,4	161,2
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 (Я,С)	200	3,1	2,4	11,7	81,7	2,3	1,8	8,7	61,2
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>	Кисель из ягод	ТТК № 77 (Я,С)						0,3	0,0	14,2	52,0
	Кисель "Витаминный"	ТТК № 11 (Я,С)	150	0,0	0,0	21,4	67,4				
	Вафли порционно		50	2,8	11,0	33,0	245,0	2,8	11,0	33,0	245,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>625</b>	<b>15,1</b>	<b>26,6</b>	<b>110,7</b>	<b>721,8</b>	<b>13,7</b>	<b>25,4</b>	<b>95,6</b>	<b>658,2</b>
<b>ОБЕД:</b>	Суп рыбный "Мозайка"	ТТК № 3 (Я,С)	180/5	5,3	2,2	15,7	100,2	4,7	1,8	13,1	83,9
	Суфле куриное, соус молочный	ТТК № 88 (Я,С) ТТК № 82 (Я,С)	70/30	12,0	13,8	3,7	166,2	8,7	10,2	3,1	118,7
	Рис отварной	ТТК № 10 (Я,С)	130	3,2	5,4	33,4	197,6	2,7	4,5	28,3	167,2
	Напиток из изюма	ТТК № 14/ (Я,С)	200	0,3	0,0	17,3	64,8	0,2	0,0	12,9	48,6
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		40	2,6	0,5	16,5	80,0	2,6	0,5	16,5	80,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>655</b>	<b>23,4</b>	<b>21,9</b>	<b>86,6</b>	<b>608,8</b>	<b>18,94</b>	<b>17,04</b>	<b>73,87</b>	<b>498,4</b>
<b>ПОЛДНИК:</b>	Напиток апельсиновый	ТТК № 21 (Я,С)	200	0,2	0,0	9,6	38,8	0,1	0,0	7,2	29,1
	Фрукты свежие (яблоко)		102	0,4	0,4	9,8	47,9	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>302</b>	<b>0,6</b>	<b>0,4</b>	<b>19,4</b>	<b>86,7</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>76,1</b>
<b>УЖИН:</b>	Кукуруза консервированная припущенная	ТТК № 105 (Я,С)	15	0,3	0,0	1,7	7,5	0,2	0,0	1,1	5,0
	Омлет натуральный	ТТК № 111/ (Я,С)	160	12,9	14,6	5,2	207,3	10,5	11,9	4,2	168,4
	Чай с лимоном	ТТК № 6 (Я,С)	180/5	0,2	0,0	4,7	19,1	0,2	0,0	4,7	19,1
	Батон йодированный		30	2,4	0,9	15,2	78,0	2,4	0,9	15,2	78,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>390</b>	<b>15,8</b>	<b>15,5</b>	<b>26,8</b>	<b>311,9</b>	<b>13,3</b>	<b>12,8</b>	<b>25,2</b>	<b>270,5</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>1972</b>	<b>54,9</b>	<b>64,4</b>	<b>243,5</b>	<b>1729</b>	<b>46,4</b>	<b>56</b>	<b>212</b>	<b>1503</b>



	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	СаД			Энергетическая ценность	Выход блюда (г)	Ясли			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)					Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Седьмой день:</b>												
<b>ЗАВТРАК:</b>	Каша жидкая молочная пшеничная	ТТК № 42 (Я,С)	200	6,0	3,1	24,7	152,2	180	5,4	2,8	22,2	137,0
	Бутерброд с маслом	ТТК № 1 / (Я,С)	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6	30/8	2,3	8,1	15,5	131,4
	Чай с молоком	ТТК № 4/ (Я,С)	200	2,5	1,2	4,7	79,5	150	1,9	0,9	3,5	59,6
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>	Напиток из ягод	ТТК № 62 (Я,С)	200	0,0	0,0	12,0	48,0	180	0,0	0,0	10,8	43,2
	Фрукты свежие (груша)		102	0,4	0,3	11,1	43,7	103	0,4	0,3	11,2	43,2
<b>ИТОГО:</b>			<b>742</b>	<b>11,2</b>	<b>12,7</b>	<b>68,0</b>	<b>468,0</b>	<b>651,0</b>	<b>10,0</b>	<b>12,1</b>	<b>63,2</b>	<b>414,4</b>
<b>ОБЕД:</b>	Щи из квашеной капусты с картофелем, филе куриным и сметаной	ТТК № 113 (Я,С)	180/10/10	3,3	5,2	7,8	101,4	150/10/10	2,7	4,3	6,5	84,5
	Жаркое по-домашнему (свинина)	ТТК № 17 (Я,С)	170 (40/130)	14,3	10,8	15,1	154,7	150 (30/120)	13,4	7,4	16,2	117,5
	Напиток из плодов шиповника	ТТК № 13 (Я,С)	200	0,7	0,3	11,4	45,6	180	0,6	0,3	10,3	41,0
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		40	2,5	0,5	13,8	80,0	30	1,9	0,4	12,4	60,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>610</b>	<b>20,8</b>	<b>16,8</b>	<b>48,1</b>	<b>381,7</b>	<b>530,0</b>	<b>18,6</b>	<b>12,4</b>	<b>45,4</b>	<b>303,0</b>
<b>ПОЛДНИК:</b>	Напиток лимонный	ТТК № 21 (Я,С)	200	0,2	0,0	9,6	38,8	180	0,2	0,0	8,6	34,9
	Булочка "Школьная"	ТТК № 215/Ш	50	4,1	7,0	28,6	186,0	50	4,1	7,0	28,6	186,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>250</b>	<b>4,33</b>	<b>7</b>	<b>38,2</b>	<b>224,8</b>	<b>230</b>	<b>4,3</b>	<b>7</b>	<b>37,2</b>	<b>220,9</b>
<b>УЖИН:</b>	Греча отварная	ТТК № 78 (Я,С)	130	7,2	6,8	37,0	241,8	110	6,1	5,7	31,3	204,6
	Котлета из говядины с овощами, соус красный	ТТК № 76 (Я,С)	70/30	9,6	15,1	13,9	211,7	50/30	7,0	11,1	10,4	151,2
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	200	0,2	0,0	5,0	20,0
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		40	2,5	0,5	16,5	80,0	30	1,9	0,4	12,4	60,0
<b>ИТОГО:</b>			<b>470,0</b>	<b>19,5</b>	<b>22,4</b>	<b>72,4</b>	<b>553,5</b>	<b>420,0</b>	<b>15,2</b>	<b>17,2</b>	<b>59,1</b>	<b>435,8</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>2072,0</b>	<b>55,9</b>	<b>58,9</b>	<b>226,7</b>	<b>1628,0</b>	<b>1831</b>	<b>48,1</b>	<b>48,7</b>	<b>204,9</b>	<b>1374,1</b>



	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда (г)			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			г	Б	Ж	У	Б	Ж		У	г	Б	Ж	У		
															СаД	
<b>Восьмой день:</b>																
<b>ЗАВТРАК:</b>	Каша "Дружба"	ТТК № 120 (Я,С)	180	6,3	3,3	39,8		221,4				5,3	2,8	33,2	184,5	
	Бутерброд с сыром	ТТК № 65 / (Я,С)	30/7	4,9	3,8	15,3		102,5				4,9	3,8	15,3	102,5	
	Какао с молоком	ТТК № 19 / (Я,С)	180	2,4	3,5	11,7		82,7				2,3	3,3	11,0	78,1	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>	Чай с апельсином	ТТК № 5 (Я,С)	200/5	0,1	0,0	5,4		21,9				0,1	0,0	5,4	21,9	
	Сушка															
	Печенье сахарное		25	2,0	2,8	17,5		105,0				2,0	1,0	14,0	73,0	
<b>ИТОГО:</b>			<b>602</b>	<b>15,7</b>	<b>13,4</b>	<b>89,7</b>		<b>533,5</b>				<b>14,6</b>	<b>10,9</b>	<b>78,9</b>	<b>460,0</b>	
<b>ОБЕД:</b>	Рассольник "Ленинградский" с филе куриным и сметаной	ТТК № 51 (Я,С)	180/5/5	5,1	5,0	14,9		110,9				4,5	4,4	12,4	94,7	
	Шницель рыбный "Диетический", соус молочный	ТТК № 57 (Я,С) ТТК № 82 (Я,С)	70/20	9,0	5,9	12,8		229,5				6,6	4,6	9,6	169,8	
	Макаронные отварные	ТТК № 85 (Я,С)	130	4,6	5,3	30,6		191,1				3,9	4,5	25,9	161,7	
	Напиток яблочный	ТТК № 33 (Я,С)	180	0,1	0,0	23,8		91,8				0,1	0,0	23,8	91,8	
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		30	1,9	0,4	12,4		60,0				1,8	0,4	11,6	56,0	
<b>ИТОГО:</b>			<b>620</b>	<b>20,6</b>	<b>16,6</b>	<b>94,5</b>		<b>683,3</b>				<b>16,8</b>	<b>13,9</b>	<b>83,3</b>	<b>574,0</b>	
<b>ПОЛДНИК:</b>	Бюкефир	ТТК № 2 (Я,С)	200	5,1	5,6	8,0		102,0				3,8	4,2	6,0	76,5	
	Пряник		62	1,7	1,3	22,8		238,7				1,7	1,3	22,8	238,7	
<b>ИТОГО:</b>			<b>262</b>	<b>6,8</b>	<b>6,9</b>	<b>30,8</b>		<b>340,7</b>				<b>5,5</b>	<b>5,5</b>	<b>28,8</b>	<b>315,2</b>	
<b>УЖИН:</b>	Картофельная запеканка с курой, соус молочный	ТТК № 35 (Я,С) ТТК № 82 (Я,С)	150/20	12,6	13,1	29,6		301,1				10,9	11,5	25,9	281,4	
	Напиток из мандаринов	ТТК № 32 (Я,С)	200	0,2	0,0	11,9		45,7				0,2	0,0	10,7	41,1	
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		39	2,5	0,5	16,1		78,0				1,8	0,4	11,6	56,0	
			<b>409</b>	<b>15,3</b>	<b>13,6</b>	<b>57,6</b>		<b>424,8</b>				<b>12,9</b>	<b>11,9</b>	<b>48,2</b>	<b>378,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>1893</b>	<b>58,4</b>	<b>50,5</b>	<b>272,6</b>		<b>1982</b>				<b>49,8</b>	<b>42</b>	<b>239</b>	<b>1728</b>	

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Ясли			Энергетическая ценность (ккал)	
				Саг				Ясли				
				Б	Ж	У		Б	Ж	У		
<b>Девятый день:</b>												
ЗАВТРАК:	Каша геркулесовая молочная	ТТК № 18 (Я,С)	200	5,6	10,4	26,4	230,0	150	4,2	7,8	19,8	172,9
	Бутерброд с маслом и сыром	ТТК № 87 / (Я,С)	30/10/10	3,7	13,6	15,4	179,4	30/10/10	3,7	13,6	15,4	179,4
	Кофейный напиток с молоком	ТТК № 2(Я,С)						150	2,3	1,8	8,7	61,5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кофейный напиток "Витаминный"	ТК № 2 (Я,С)	200	3,1	2,4	11,7	81,7					
	Сухари		20	1,8	1,6	13,0	76,0	20	1,8	1,6	13,0	76,0
	Кисель из ягод	ТК № 77/ (Я,С)	200	0,3	0,0	15,8	69,6	180	0,3	0,0	14,2	43,2
ИТОГО:			670	14,5	28,0	82,3	636,7	550,0	12,3	24,8	71,1	533,0
ОБЕД:	Свекольник с филе куриным и сметаной	ТТК № 61/ (Я,С)	180/10/10	4,9	5,9	11,6	104,1	150/5/10	4,5	1,6	9,3	93,9
	Голубцы ленивые с курой, соус сметанный с томатом	ТТК № 96 (Я,С)	150/50	10,9	9,5	13,1	245,6	130/20	9,4	8,2	11,4	182,6
	Напиток из сухофруктов	ТТК № 6 (Я,С)	200	0,2	0,0	12,4	50,0	150	0,2	0,0	9,3	37,5
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный		45	2,8	0,6	18,6	90,0	29	1,8	0,4	12,0	58,0
ИТОГО:			645	18,8	16,0	55,7	489,7	494,0	15,9	10,2	42,0	372,0
ПОЛДНИК:	Компот из свежих груш	ТТК № 44 (Я,С)	200	0,3	0,0	35,9	142,0	150	0,2	0,0	26,9	106,5
	Фрукты свежие (яблоко)		103	0,4	0,4	10,0	43,3	100	0,4	0,4	9,8	42,0
ИТОГО:			303	0,7	0,4	45,9	185,3	250	0,6	0,4	36,65	148,5
УЖИН:	Морковный бисквит со ступенным молоком	ТТК № 116 (Я,С)	150/20	7,6	28,7	69,7	637,5	130/15	6,6	24,9	60,4	544,8
	Чай с яблоком	ТТК № 43 (Я,С)	200	0,3	0,0	25,9	99,2	150	0,2	0,0	19,4	74,4
	Батон йодированный		45	3,6	1,4	22,8	117,0	25	2,0	0,8	22,8	65,0
ИТОГО:			415	11,5	30,1	118,4	853,7	320	8,8	25,7	102,6	684,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2033,0	45,5	74,5	302,3	2165,4	1614	37,6	61,1	252,4	1737,7



Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Сахар				Ясли				
			Б	Ж	У		Б	Ж	У		
<b>Десятый день:</b>											
<b>ЗАВТРАК:</b>											
Каша молочная гречневая	ТТК № 52 (Я,С)	200	5,7	3,2	24,0	154,1	180	5,1	2,9	21,6	138,7
Бутерброд с маслом	ТК № 1 / (Я,С)	30/15	2,3	8,1	15,5	177,6	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6
Чай с апельсином	ТТК № 5 / (Я,С)	200/10	0,2	0,0	5,4	22,2	180/10	0,1	0,0	4,9	21,9
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</b>											
Напиток яблочный	ТТК № 33 / (Я,С)	200	0,0	0,0	26,0	102,0	180	0,0	0,0	23,8	91,8
Сушка		10	1,0	0,5	7,0	36,5	10	1,0	0,5	7,0	36,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>595</b>	<b>9,2</b>	<b>11,8</b>	<b>77,9</b>	<b>492,4</b>	<b>505,0</b>	<b>8,5</b>	<b>11,5</b>	<b>72,8</b>	<b>433,5</b>
<b>ОБЕД:</b>											
Суп картофельный с вермишелью и филе куриным	ТТК № 108 (Я,С)	180/15	5,7	2,0	15,5	106,1	150/10	4,3	1,7	12,6	85,1
Суфле печеночное с соусом красным	ТТК № 110 (Я,С) ТТК № 73 (Я,С)	70/20	16,6	6,3	11,1	163,5	50/20	12,0	4,8	8,4	121,8
Каша перловая рассыпчатая	ТТК № 121 (Я,С)	130	3,9	2,8	27,6	150,9	110	3,3	2,3	23,4	127,7
Напиток из плодов шиповника	ТТК № 13 (Я,С)	180	0,6	0,3	10,3	41,0	180	0,6	0,3	10,3	41,0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный		45	2,8	0,6	18,6	90,0	30	1,9	0,4	12,4	60,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>640</b>	<b>29,6</b>	<b>12,0</b>	<b>83,1</b>	<b>551,5</b>	<b>550</b>	<b>22,1</b>	<b>9,5</b>	<b>67,1</b>	<b>435,6</b>
<b>ПОЛДНИК:</b>											
Напиток кефирный фруктовый	ТК № 4 (Я,С)	200	5,6	5,0	22,0	156,0	150	4,2	3,7	16,5	117,0
Зефир		60	0,3	0,0	48,0	192,0	60	0,3	0,0	48,0	192,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>260</b>	<b>5,9</b>	<b>5</b>	<b>70</b>	<b>348</b>	<b>210</b>	<b>4,5</b>	<b>3,7</b>	<b>64,5</b>	<b>309</b>
<b>УЖИН:</b>											
Пудинг из творога с изюмом со стухенным молоком	ТТК № 87 (Я,С)	150/20	18,4	12,1	21,8	266,1	130/20	15,9	10,4	18,9	230,6
Чай с сахаром	ТТК № 9 / (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	180	0,2	0,0	4,5	18,0
Батон йодированный		46	3,7	1,4	23,3	119,6	25	2,0	0,8	12,7	65,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>416</b>	<b>22,3</b>	<b>13,5</b>	<b>50,1</b>	<b>405,7</b>	<b>355</b>	<b>18,1</b>	<b>11,2</b>	<b>36,1</b>	<b>313,6</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1911</b>	<b>67,0</b>	<b>37,3</b>	<b>281,1</b>	<b>1797,6</b>	<b>1620</b>	<b>53,2</b>	<b>35,9</b>	<b>240,5</b>	<b>1491,7</b>
Итого за 10 дней:		<b>19588</b>	<b>594,3</b>	<b>589,8</b>	<b>2628,4</b>	<b>18770</b>	<b>16899</b>	<b>503,7</b>	<b>497,8</b>	<b>2264,5</b>	<b>15783</b>
Среднее за 1 день:		<b>1958,8</b>	<b>59,4</b>	<b>59,0</b>	<b>262,8</b>	<b>1877,0</b>	<b>1689,9</b>	<b>50,4</b>	<b>49,8</b>	<b>226,4</b>	<b>1578,3</b>
Средний суммарный объем блюд по нормам за 1 день (в гр)		<b>1800</b>									
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % к калорийности			<b>13,40</b>	<b>30,60</b>	<b>56,00</b>						