

Утверждаю: Генеральный директор АО «Комбинат школьного питания «Центральный» »

интания

рантон 48 сош № 48
города, горона
А.Н. Панова

Согласовано:

Цикличное 24-х дневное меню (примерное, вариативное) горячих завтраков для питания детей в общеобразовательных учреждениях в возрасте с 12 до 18 лет

		Первая і	неделя				
	Первый день (1)						
Nº TTK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						10 PG 11	1-1-7
TTK 002781	Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе		90	11,69	12,56	13,68	215,20
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
ti:	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные	100,00	100,00				
	СВИНИНА	42,00	41,60				
	говядина лук репчатый очищенный	10,20 16,10	10,10 16,10	-			
	рис крупа	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50			-	
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный	0,00	10				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная	0,40	0,40				
	соль йодированная	0,03	0,03				
TTK 002855	или Тефтели мясные запеченые		80	11,54	12,30	12,98	209,46
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные :	100	100				
	свинина	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				
	рис	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта соль йодированная	3,00 0,50	3,00				
TTI(000004		0,50	0,50				
TTK 002691	или Котлета мясная "Белорусская"	4.00	90	10,1	11,23	10,2	182,27
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":	102	102				
	СВИНИНА	34,70	34,30				
	говядина	18,40	18,20				
	лук репчатый	12,00	12,00				
	картофель	35,00	35,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	6,00	6,00				
TTK 003094	или Котлета мясная "По-деревенски"		90	11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":	1,80 108	1,80 108				
	свинина	25,80	25,50				
	говядина	25,80	25,50				
	лук репчатый	10,00	10,00				
	хлеб пшеничный	17,50	17,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 002298	или Котлета мясная "По-домашнему"		90	13,60	15,08	10,80	236,47
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему":	108	108				
	Свинина	59,90	59,30				
	говядина	11,40	11,30				
	лук репчатый	11,00	11,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	15,00	15,00				
	или Котлета мясная "Оригинальная"	4.00	90	11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80	1,80				

	п/ф Котлета мясная "Оригинальная":	108	108				
	свинина	25,80	25,50				
	говядина	25,80	25,50				
	лук репчатый	10,00	10,00				
	хлеб пшеничный	17,50	17,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	специи	0,80	0,80				
	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 001331	Гречка отварная рассыпчатая		130	4,59	4,01	23,86	151,16
TTK 003288	крупа гречневая	35,00	35,00	.,,	1,5		101,10
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 003289	или Рис припущенный		130	3,69	3,32	35,84	172,66
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00		0,00	0,02	33,04	172,00
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	45,00				
	соль йодированная	0,48					
TTK 001329	или Булгур припущенный	0,40	0,48 130	4.24	2.00	20.00	450.40
TTK 003290		35,00		4,24	3,66	26,66	158,16
. 11. 000200	крупа булгур масло сладкосливочное 72,5%	4,33	35,00 4,33				
	касло сладкосливочное 72,376	0,48	0,48				
TTK 001191	или Булгур с овощами (125/25)	0,40	150	5,55	5,23	34,60	209,92
2 2 1	крупа булгур	41,95	41,95	0,00	0,23	5-7,00	203,32
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16					
	масло растительное	1,41	1,41				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001328	или Полба припущенная		130	5,17	4,15	30,21	178,57
	крупа полба дробленая пропаренная	41,99	41,99				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001327	или Перловка отварная с овощами (125/25)		150	4,03	5,02	27,80	175,41
TTK 003291	крупа перловая	37,72	37,72				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16					
	масло растительное	1,41	1,41				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001189	или Рис припущенный с овощами (125/25)		150	3,43	5,02	33,54	193,43
TTK 003292	крупа рис	41,66	41,66				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001356	или Плов с мясом (40/130)		170	12,75	13,71	34,17	308,19
TTK 001176	свинина мясная	69,46	59,20				
TTK 003295	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная	10,40	10,40				
	лук репчатый очищенный	7,80	7,80				
	масло подсолнечное	2,60	2,60				
	томатная паста	4,16	4,16				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	лавровый лист	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,61	0,61				
TTK 003434	или Плов ароматный из булгура с мясом (40/130)		170	14,27	12,47	30,07	293,94
TTK 003297	свинина мясная	69,46	59,20				
TTK 0002870	крупа булгур	36,00	36,00				
	морковь свежая очищенная	14,87	14,87				
	лук репчатый очищенный	15,52	15,52				
	масло подсолнечное	1,22	1,22				
	масло подсолнечное	1,22	1,22				

	чеснок сушеный	0,22		0,22				
	паприка молотая	0,17		0,17				
	базилик сушеный	0,22		0,22				
	соль йодированная	0,49		0,49				
TTK 003435	или Плов ароматный с мясом (40/130)		170		12,85	12,07	31,35	275,76
TTK 002875	свинина мясная	69,46		59,20				2.0,.0
TTK 002876	крупа рис пропаренный	43,33		43,33				
	морковь свежая очищенная	18,30		18,30				
	лук репчатый очищенный	19,10		19,10				
	масло подсолнечное	1,50		1,50				
	чеснок сушеный	0,27		0,27				
	паприка молотая	0,21		0,21				
	базилик сушеный	0,27		0,27				
	соль йодированная	0,60		0,60				
TTI(004707	или Каша гречневая с тушеным мясом и овощами	0,00						
TTK 001707	(40/130)		170		12,72	21,22	28,60	357,98
TTK 003296	свинина тушеная в/с	56,00		56,00				
	крупа гречневая	39,00		39,00				
	морковь свежая очищенная	13,78		13,78				
	лук репчатый очищенный	13,78		13,78				
	масло подсолнечное	1,73		1,73				
	соль йодированная	0,34		0,34				
TTK 001493	или Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами		170		42.04	40.00	00.00	004.00
1111 00 1493	(40/130)		170		13,84	12,26	28,60	281,82
TTK 002223	говядина тушеная в/с	56,00		56,00				
	крупа гречневая	39,00		39,00				
	морковь свежая очищенная	13,78		13,78				
	лук репчатый очищенный	13,78		13,78				
	масло растительное	1,73		1,73				
	соль йодированная	0,34		0,34				
TTK 000140	Чай ройбуш		200		0,00	0,00	0,00	0,01
	чайный напиток Ройбуш	0,50		0,50				
TTK 000003	или Чай черный		200	OLD THE STREET	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай черный байховый	0,50		0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный		200		0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	0,50		0,50				
TTK 0001358	или Чай с лимоном		200		0,06	0,01	4,21	18,39
	чай черный байховый	0,50		0,50				
	лимон свежий	8,00		7,00				
	caxap	4,00		4,00				
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке		10		0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно		10		0,10	7,20	0,14	66,10
	или Тост с маслом сливочным (17/10)		27		1,51	7,64	9,13	111,42
			31,5		2,43	7,73	6,18	103,94
555417	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	- 1,0	17,00	2,70	,,,,	0,10	100,04
	масло сливочное	10,00		10,00				
TTK 001323	Томаты черри	10,00	100		0,88	0,20	2,69	18,00
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная		30		0,60		2,70	13,20
	или Огурцы свежие		80		0,52	0,09	2,50	12,00
555256	огурцы свежие	81,60		80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие		80,00		3,70	3,13	_,,,	1-1,-10
		81,63	33,30	80,00				
	или помидоры свежие	01,03		30,00				
			80,00	נ	0,62	0,12	2,32	13,20
	или Нарезка из свежих овощей							
		40.80		40.00				
	огурцы свежие	40,80 40,80		40,00				
TTK 001379	огурцы свежие помидоры свежие	40,80	80 Or	40,00	0.54	0.09	2.55	12.28
ГТК 001379	огурцы свежие помидоры свежие или Огурцы свежие с зеленью	40,80 8	80,00	40,00 0	0,54	0,09	2,55	12,28
TTK 001379	огурцы свежие помидоры свежие	40,80	80,00	40,00	0,54	0,09	2,55	12,28

	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80	,00	0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	сахар	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	8	30	1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	7	70	0,52	0,09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00				
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)		8	0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори		3	1,23	0,06	1,32	10,80
	Хлеб ржаной	4	10	2,96	0,92	19,00	96,00
	Хлеб пшеничный	4	10	3,26	1,00	18,28	102,40
	Итого	600,00		23,48	25,94	77,65	648,87

Первая неделя

Второй день (1) Нетто. Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал ды, г гр Завтрак Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным TTK 001312 250 8,65 9.68 37.23 272.65 (250/6)крупа рис круглозерный 18,01 18,01 крупа пшено 18.01 18.01 молоко пастеризованное 2,5% 175,00 175,00 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6,00 5,00 caxap 5,00 соль йодированная 0.63 0.63 или Каша молочная геркулесовая с клубникой и TTK 001721 250 маслом сливочным (250/2/6) 8,14 10,33 26,70 236.86 или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и TTK 001720 250 маслом сливочным (250/2/6) 7.63 9,50 27.19 229.75 хлопья овсянная (геркулес/5 злаков) 22.23 22.23 молоко пастеризованное 2,5% 175,00 175,00 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6,00 5,00 5,00 caxap соль йодированная 0.63 0.63 клубника сублимированная 2.00 2,00 или Каша молочная пшенная с бананом и маслом TTK 001389 250 7,58 9,13 28.05 227,73 сливочным крупа пшено 26,56 26,56 молоко пастеризованное 2,5% 148,75 148,75 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6.00 4,50 caxap 4,50 0.50 соль йодированная 0,50 банан свежий 62,50 37,50 или Каша молочная рисовая с бананом и маслом TTK 001943 250 6,40 8,23 38,58 254,60 сливочным крупа рис круглозерный 25.00 25.00 молоко пастеризованное 2,5% 127,78 127,78 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6,00 caxap 4,50 4,50 соль йодированная 0.50 0.50 банан свежий 50,00 83,35 или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и TTK 001716 250 8,05 10,26 24,51 227,57 яблоком и маслом сливочным или Каша молочная геркулесовая "Царь" с TTK 001717 250 8,11 10,30 26,91 237,80 клубникой и яблоком и маслом сливочным или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и TTK 001718 250 7,60 9,48 27,40 230,68 яблоком и маслом сливочным или Каша молочная геркулесовая с черникой и TTK 001743 250 8.08 26.68 10,29 236,71 яблоком и маслом сливочным хлопья Геркулес/5 злаков 22,23 22,23

молоко пастеризованное 2,5%

175.00

175.00

	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,55	5,55				
	соль йодированная	0,63	0,63				
	клубника (черника) сублимированная	1,25	1,25				
	яблоко сублимированное	1,25	1,25				
TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом	2!		8,10	10,30	25,70	222.40
11110011722	сливочным или Каша молочная из 5 злаков с маслом			0,10	10,30	25,70	232,40
TTK002358	СЛИВОЧНЫМ	2	50	7,50	9,50	26,10	225,30
	крупа геркулес	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным	2!	50	7,95	9,25	29,41	239,63
	(250/6)						
	крупа ячневая	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом	2!	50	8,51	9,83	30,39	247,73
	сливочным (250/6) крупа пшено	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTI(00.470.4	или Каша молочная кукурузная с маслом						
TTK 001724	сливочным (250/6)	25	50	7,61	9,24	31,80	247,73
	крупа кукурузная	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар	5,00	5,00				
	соль йодированная или Каша молочная рисовая с маслом сливочным	0,63	0,63				
TTK 001725	(250/6)	25	50	7,16	9,18	31,44	238,83
	крупа рис круглозерный	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001726	или Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (250/6)	25	50	8,35	9,25	29,83	237,51
	крупа пшеничная	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001357	Чай с апельсином	20		0,06	0,01	4,57	18,74
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	сахар	4,00	4,00				
TTK 0001358	или Чай с лимоном	20	00	0,06	0,01	4,21	18,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				

	лимон свежий	8,00	7,00				
	сахар или Чай облепиховый с апельсином (или чай	4,00	4,00				
TTK	ягодно-фруктовый)	20	0	0,06	0,01	5,21	22,39
	облепиха с/м	10,00	10,00				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)	63	3	11,85	7,87	11,5	166,02
TTK 000190	или Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	63		10,1	7,71	17,12	178,38
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	34,00	34,00				
TTI(000000	СЫР	19,00	19,00				
TTK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	16,	25	1,46	3,25	1,46	40,63
TTK 001065	или Сыр "Гауда" слайсы	29	,0	7,77	7,31	0,00	96,86
TTK 001061	или Сыр твердый ("Российский") порционно			4,9	5,7	0	70,9
	сыр твердый	20,83	20,00		0,1	•	70,5
TTK 003431	или Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и						
111(003431	сыром "Гауда" (17/14,5/8,75)	40		6,30	10,47	6,16	144,10
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	сыр масло сливочное	14,50 8,75	14,50 8,75				
TTK 001469	Молоко питьевое ванильное обогащенное	our and contrade					
	витаминами	80)	2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001490	или Молоко питьевое ванильное обогащенное						
111001490	йодом и селеном	80		2,70	2,50	8,50	67,30
TTIC 001 404	или Молоко питьевое шоколадное обогащенное						
TTK 001491	витаминами	80		2,32	2,00	9,36	64,72
TTIC 004 400	или Молоко питьевое банановое обогащенное						
TTK 001492	витаминами	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко питьевое банановое обогащенное						
TTK 001494	йодом и селеном	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко питьевое клубничное обогащенное						
TTK 001495	витаминами	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко ванильное с цикорием "Ванильный						
TTK 001564	латте"	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Мороженое молочное ванильное с						
TTK 000058	пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не	55		1,98	3,41	11,39	86,90
	чаще 1 раза в 7-10 дней)						
	или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой и пребиотиком (продукт сезонный -						
TTK 000054	выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по	55		2,15	3,58	13,81	99,00
	30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)						
TTIC 000050	или Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком (продукт сезонный - выдается в						
TTK 000056	период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не	55		1,43	2,64	14,41	86,90
	чаще 1 раза в 7-10 дней)						
TTIC 000400	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"(продукт сезонный - выдается в период с						
TTK 000129	01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в	70		0,42	3,15	13,58	84,00
	7-10 дней)						
TTI/ 000/	или Мороженое фруктовое "Сорбет Манго" (продукт сезонный - выдается в период с 01.09.						
TTK 000130	по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10	70		0,11	0,21	18,20	74,90
	дней)						
	или Хлеб ржаной	20		1,46	0,26 1,50	7,28	37,4 154,00
	Хлеб пшеничный	60	1	4,90	7 60	27,40	76/1111

Пе	рвая	нел	епя
	Pour.		03 171

Третий день (1) Нетто, Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г Углево-ды, г ЭЦ, ккал гр Завтрак TTK 002001 Фрикасе из филе куриного (45/45) 90 14,87 9,25 4.20 160.17 TTK 002002 Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45) 90 14,88 9.26 4.22 160,36 TTK 003305 филе куриное 73.08 62.64 TTK 003306 сметана 10% 16,88 16,88 укроп свежий 1,47 1,13 лук репчатый очищенный 20,00 20,00 масло подсолнечное 0,90 0,90 масло сладкосливочное 72,5% 5,63 5.63 мука пшеничная 2,50 2,50 соль йодированная 0.40 0.40 TTK 003306 итальянские (прованские) травы 0,20 0,20 или Чахохбили из филе куриного с свежими томатами TTK 001325 90 14,38 4,20 3,90 111,09 (45/45)TTK 003303 или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45) 90 TTK 003304 филе куриное 73,08 62,64 1,30 1,00 чеснок свежий укроп сушеный 0,02 0,02 помидоры свежие/томаты зам. 19.38 19.00 томатная паста 5,30 5,30 лук репчатый очищенный 26,00 26.00 масло подсолнечное 1,60 1,60 соль йодированная 0,40 0,40 TTK 002809 или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка" 90 12,32 16,72 9,36 237,20 TTK 002808 96 96 п/ф из мяса птицы котлета филе куриное 53,40 52.90 3,00 яйцо (или сухой яичный порошок) 3,00 хлеб пшеничный 7.00 7.00 сухари панировочные 7,00 6.00 лук репчатый очищенный 12,00 12,00 масло подсолнечное 13,40 13,40 соль йодированная 0,40 0,40 TTK 001955 90 или Наггетсы куриные "Хрустящие" 10,6 13,32 19,08 238,60 филе куриное 56,10 55,60 10,00 10,00 яйцо клетчатка 15,00 15,00 сухари панировочные 8,00 8,00 0.60 0.60 масло подсолнечное 0,80 соль йодированная 0,80 TTK 002993 Ежики из мяса птицы в сливочном соусе 90 11.54 12,30 12,98 209,46 TTK 002992 100,00 пф ежики из мяса птицы: 53,50 филе куриное 54.00 9,33 рис крупа 9.33 лук репчатый очищенный 16.00 16,00 мука пшеничная 5,00 5,00 0.50 0,50 соль йодированная ТТК 002994 соус сливочный 20,00 20,00 молоко 20.00 масло сладкосливочное 72,5% 2,00 2,00 1,00 мука пшеничная 1.00 0,30 соль йодированная 0,30 специя томат-чеснок-базелик 0,10 0,10 TTK 003197 Овощное рагу 150 3,28 4,05 21.41 135,35 картофель свежий очищенный 100,00 100,00 капуста белокачанная свежая 63,00 50,00 лук репчатый очищенный 18,00 18,00 масло подсолнечное 3,50 3,50

	мука пшеничная	1,20	1,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001347	ил Овощи тушеные	1!	50	2,65	1,3	8,11	55,26
	капуста белокачанная свежая	150,00	120,00				
	морковь свежая очищенная	20,00	20,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001169	или Рагу овощное	18		2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очищенный	117,00	117,00				
	морковь свежая очищенная	30,00	30,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003307	или Жаркое "По- домашнему" с мясом птицы (50/150)	20		16,63	8,97	21,37	233,06
TTK 003308	или Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы (50/150)		00				200,00
	филе грудки	73,08	69,60				
	картофель свежий очищенный/ картофель дольки очищенные	106,70	106,70				
	морковь свежая очищенная	23,20	23,20				
	лук репчатый очищенный	17,10	17,10				
	томатная паста	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	чеснок	0,20	0,15				
	укроп	1,00	0,70				
	лавровый лист	0,01	0,01				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003310	или Шурпа " По-деревенски" из мяса птицы (50/150)	20		17,68	8,19	17,19	213,94
TTK 003311	или Шурпа "По-домашнему" из мяса птицы (50/150)			17,00	0,13	17,13	210,54
	филе грудкой	73,08	69,60				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	картофельные дольки/картофель свежий очищенный	81,66	81,66				
	морковь свежая очищенная	365,00	35,00				
	лук репчатый очищенный	17,26	17,26				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,19	0,19				
	лавровый лист	0,01	0,01				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003312	или Бигус с мясом птицы (50/150)	21	00	17,21	8,84	13,69	203,13
	филе грудкой	73,08	69,60				
	капуста белокачанная свежая	180,00	160,00				
	морковь свежая очищенная	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001107	Кисель витаминизированный		00	0,00	0,00	23,50	95,00
	основа инстантная, витаминизированная Витошка	25,00	25,00	7.5		,	,
	или Кисель витаминизированный клубника-лимон		00	0.45	0.07	24.45	00.40
TTK 000102	"Гарден"			0,15	0,07	21,45	89,16
	клубника с/м	16,60	16,60				
	сок лимона	5,00	5,00				
	основа инстантная, витаминизированная Витошка	15,00	15,00				
	caxap	6,00	6,00				
TTK 000113	или Кисель витаминизированный вишня-лайм "Гарден"		00	0,19	0,08	23,48	96,13
	вишня с/м	16,60	16,60				
	сок лимона	5,00	5,00				
		5,00 15,00	5,00 15,00				
	сок лимона						

TTK 000170	или Напиток яблочный	20	0	0,08	0,08	9,96	41,90
	яблоки свежие	22,2	20				1,,00
	или яблоки с/м	20,00	20,00				
	caxap	8,00	8,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000166	или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	20		0,13	0,10	10,25	42,50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	20	0	0,13	1,88	8,10	40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	20	0	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	20	0	0,18	0,11	9,75	43,25
TTK 001521	или Напиток смородиновый с яблоком	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001520	или Напиток яблочный со смородиной	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	20		0,15	0,10	10,10	42,25
TTK 002343	или Напиток фруктово-ягодный с клюквой	20		0,13	0,08	10,43	42,50
TTK 002342	или Напиток яблочно-брусничный	20	0	0,15	0,10	10,25	43,25
TTK 002341	или Напиток яблочно-клюквенный	20	0	0,10	0,08	10,73	43,50
TTK 000159	или Напиток из вишни	20	0	0,25	0,13	9,93	40,70
TTK 001132	или Напиток лимонный	20	0	0,23	0,03	8,75	40,50
TTK 001131	или Напиток апельсиновый	20		0,23	0,05	10,03	41,75
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00	25,00	0,23	0,05	10,03	41,75
	сахар	8.00	8,00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200		0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00	0,00	0,00	12,00	30,73
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200		0,23	0,04	10,14	44,13
TTK 003066	или Напиток апельсиново-облепиховый			0,27	0.06	9,43	39,70
	основа для напитка облепиховая	25,00	25,00				
	апельсин	12,50	12,50				
	лимоны	12,50	12,50				
TTK 003312	или Напиток брусничный	200	,00	0,00	0,00	12,60	50,75
TTK 003315	Или Напиток смородиновый	200	,00	0,00	0,00	12,95	51,80
	основа для напитка клюквенная	35,00	35.00				
		00,00	00,00				
TTK 000117, TTK 000118,	Творог обогащенный "Растишка" (клубника-абрикос,	4:		2 00	4 50	E 24	46.00
TTK 000119	клубника-банан-вкус пломбир, лесные ягоды-персик груша)	**	,	2,88	1,58	5,31	46,80
	или Творожок в индивидуальной упаковке, творожный						
	десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в			2,88	1,58	5,36	47,80
TTI(000047	индивидуальной упаковке)						
TK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	6	•	7,44	4,74	11,64	118,98
	Кондитерское изделие (печенье Тюменочка	2:	2				
TK 002910	витанимизированное или иная кондитерская продукция)			2,75	1,76	12,76	89,76
TK 001512	или Кондитерское изделие (печенье затяжное Мария или иная кондитерская продукция)	2	2	1,76	1,89	16,72	87,56
	инал колдитерская продукция)			1,70			
111001312	Хлеб ржаной	A)	2 96	0.92	19	96
111001012	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	41		2,96 2,80	0,92 0,40	19 18,41	96 88,00

Первая неделя

	Четвертый день (1)	,	,	·			,
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 002524	Котлета рыбная "Нежная"	90		11,86	17,35	4,50	221,65
	масло подсолнечное		16,00				
	ТТК 002523 п/ф котлета рыбная "Нежная"		102,00	-			
	филе минтая		41,00				
	филе грудки клетчатка		21,00 4,00	-			
	лук репчатый очищенный		10,00				
	молочный белок		1,00	-			
	сухарь панировочный		6,00	-			
	соль йодированная		0,30	pa seriesta a		fill south a second	
TTK 002701	или Котлета из белой рыбки	90		13,01	18,87	4,80	241,13
	масло подсолнечное		16,00				
	ТТК 002700 п/ф котлета из белой рыбки	102,	,00				
	филе минтая	49,50	49,00				
	орийя	18,00	18,00				
	клетчатка	5,00	5,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	сухарь панировочный		8,10				
		0,20	0,20				
	соль йодированная						
TTK 000198	или Рыба припущенная с маслом сливочным (90/5)	90		17,61	4,73	0,56	114,18
	филе минтая замороженное на шкуре	122,70	109,20				
	лук репчатый очищенный	6,00	6,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 000194	или Рыба (лососевая) припущенная с маслом	0,10	0,10	21,37	11,07	0,56	187,43
111000194	сливочным (90/5)	90)	21,37	11,07	0,36	107,43
	филе горбуши замороженное (или иная)	119,32	106,20				
	филе кижуча замороженное	119,32	106,20				
	лук репчатый очищенный	6,00	6,00				
	масло сладкосливочное 72,5%						
		5,00	5,00				
TTK 000211	соль йодированная	0,40 9 (0,40	46.20	744	11,39	174,16
TTK 000211	или Тефтели рыбные горбуша (филе)		74,50	16,29	7,14	11,33	174,10
111001201	лук репчатый очищенный		15,00				
	крупа рис		8,00				
	мука пшеничная высшего сорта		6,00				
	масло подсолнечное		1,40				
			0,40				
TTK 001508	соль йодированная или Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	115		12,95	7,42	19,09	196,29
111 001500			136,35	12,00	1,72	10,00	100,20
	рыбные палочки (наггетсы) масло подсолнечное		0,60				
TTK 000233	или Рыбные палочки из филе минтая (Халяль)	9!		10,19	7,10	15,01	165,74
	рыбные палочки (наггетсы) в панировке		107,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	0,30	0,30				

TTK 001599	или запеканка картофельная с минтаем (или горбушей)	2	00	15,24	5,66	29,93	219,38
	или минтай (филе) (или иная)	62,71	56,50				
	лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001873	Пюре картофельное		50	3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30	0,02	7,11	21,30	150,70
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002665	или Картофель мятый	150	0,00	3,12	4,19	25,23	151,43
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTI(000070	NEW NEW HOLD NEW HOLD NEW HOLD IN HEALTH NEW HOLD NEW HO						
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски		50	3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40				
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
	соль йодированная	0,44	0,44				
TTK 001317	или Картофельные шарики запеченые		50	3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые		50	0,00	.,,,	21,00	100,70
1111001010	картофель свежий очищенный/ шарики						
	пастеризованные	168,00	168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001315	или Картофель отварной		50	244	4.04	05.05	450.04
11001313				3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003329	или Картофель тушеный	1:	50	2,70	5,48	20,35	142,21
	картофель свежий очищенный	103,45	103,45				
	морковь свежая очищенная	25,90	30,45				
	лук репчатый очищенный	20,70	16,43				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 000003	Чай черный		00	0,00	0,00	0,00	0,01
11K 000000	чай черный байховый	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000140	или Чай ройбуш		00	0,00	0,00	0,00	0.04
1111000140	전기트들이 살아보다는 얼마가 되었다면 하면 하셨다면 살아 나는 살아 가입니다면 하면 살아서 되었다.			0,00	0,00	0,00	0,01
TTI(000400	чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный		00	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай гречишный	0,50	0,50				
TTK 0001358	или Чай с лимоном	20	00	0,06	0,01	4,21	18,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 000175	Блинчикии		2	1,48	2,69	9,67	69,92
- ALVER DESCRIPTION	Блинчикии без начинки быстрозамороженные	45,00	42,00	.,-10	_,00	5,57	00,02
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	1,00	1,00				
TTK 003339	или Блинчикии (треугольник)	4	5	2,04	2,57	14,41	87,62
	Блинчикии без начинки (треугольник)	40					
	быстрозамороженные	45	45				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72.5%	1,00	1,00				
TTK 001139	масло сладкосливочное 72,5% или Блинчикии "Ажурные"	1,00	1,00	2,42	4,35	13,23	101,74

	Блинчикии без начинки для фарширования быстрозамороженные	62	60				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 003330	или Оладьи		35	2,11	2,62	14,01	88,12
TTK 003331	или Оладушки домашние		45	2,72	3,75	18,03	138,34
TTK 003332	или Оладьи мини		25	1,01	1,41	10,01	61,01
TTK 003335	или Оладушки пышные с яблоком и морковью		30	1,51	1,67	1,71	67,97
TTK 002807	Молоко сгущенное с сахаром		20	1,40	1,70	11,20	66,00
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.		21	1,47	1,80	11,76	69,30
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г		10	0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев			0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев		20				
TTK 000213	или Джем лесные ягоды Махеев						
TTK 000254	или Блинчикии с яблоком		60	2,42	5,55	29,43	173,74
	Блины фаршированные с яблоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000258	Блинчики с вареным сгущенным молоком	60	0,00	4,52	5,85	16,43	173,74
	Блины с вареным сгущенным молоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000256	Блинчики десертные с вишней	60	0,00	2.42		20.42	470.74
	Блины фаршированные десертные с вишней быстрозамороженные	60,00	60,00	2,42	5,55	29,43	173,74
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 002232	или Сэндвич с вареной сгущенкой		30	3,30	6,80	31,50	205,50
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)	1	50	0,71	0,60	14,70	70,50
	или Фрукт вакуумной сушки		7				
	или Сухофрукты		9				
TTK 000050, 000049, 000053	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г		17	0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г	1	25	0,00	0,00	14,37	57,50
	Хлеб ржаной		20	1,46	0,26	7,28	37,4
	Хлеб пшеничный		10	2,80	0,40	18,41	88,00
Итого за день		712,00)	21,45	25,54	79,81	692,24

Первая неделя

	Пятый день (1)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак							
TTK 003435	Плов ароматный с мясом (40/130)	17	0	12,85	12,07	31,35	275,76
TTK 002875	свинина мясная	69,46	59,20				
TTK 002876	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная	18,30	18,30				
	лук репчатый очищенный	19,10	19,10				
	масло подсолнечное	1,50	1,50	-			
	чеснок сушеный	0,27	0,27				
	паприка молотая	0,21	0,21	-			
	базилик сушеный	0,27	0,27				
TTI(000 40 4	соль йодированная	0,60	0,60				
TTK 003434	или Плов ароматный из булгура с мясом (40/130)	17		14,27	12,47	30,07	293,94
TTK 003297	свинина мясная	69,46	59,20				
TTK 002870	крупа булгур	36,00	36,00				
	морковь свежая очищенная	14,87	14,87				
	лук репчатый очищенный	15,52	15,52				
	масло подсолнечное	1,22	1,22				
	чеснок сушеный	0,22	0,22				
	паприка молотая	0,17	0,17				
	базилик сушеный	0,22	0,22				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001356	или Плов с мясом (40/130)	170		12,75	13,71	34,17	308,19
TTK 001176	свинина мясная	69,46	59,20	12,10	10,71	04,17	500,15
TTK 003295	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная	10,40	10,40				
	лук репчатый очищенный	7,80	7,80				
	масло подсолнечное	2,60	2,60				
	томатная паста	4,16	4,16				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	лавровый лист	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,61	0,61				
TTK 001707	или Каша гречневая с тушеным мясом и овощами (40/130)	170		12,72	21,22	28,60	357,98
TTK 003296	свинина тушеная в/с	56,00	56,00				
	крупа гречневая	39,00	39,00				
	морковь свежая очищенная	13,78	13,78				
	лук репчатый очищенный	13,78	13,78				
	масло подсолнечное	1,73	1,73				
	соль йодированная	0,34	0,34				
TTK 001493	или Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами (40/130)	170	0	13,84	12,26	28,60	281,82
TTK 002223	говядина тушеная в/с	56,00	56,00				
	крупа гречневая	39,00	39,00				
	морковь свежая очищенная	13,78	13,78				
	лук репчатый очищенный	13,78	13,78				
	масло растительное	1,73	1,73				
	соль йодированная	0,34	0,34				
TTK 001677	или Поджарка из мяса (45/45)	90		11,6	14,93,	7,05	211,62
TTK 001976	свинина мясная	80,49	66,60				
	лук репчатый очищенный	67,50	67,50				
	그 내는 그 사이를 하는 것 같아 그리고 있는 것이 없는 것이 되는 것 같아 그리고 말하는 것이 없는 것이 없는 것이 없는 것이 없다면		OR SHEWEN AND				

	масло подсолнечное	2,81	2	۷,81				
	соль йодированная	0,45		0,45				
TTK 001676	или Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (40/50)		90		9,86	11,90	3,16	161,45
TTK 002180	свинина мясная	71,54	5	9,20				
	масло подсолнечное	1,20		1,20				
	лук репчатый очищенный	11,25	1	1,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25	2	2,25				
	томатная паста	3,63	3	3,63				
	соль йодированная	0,40	(0,40				
TTK 001671	или Бефстроганов из мяса (40/50)		90		10,55	13,49	4,81	185,91
TTK 002177	говядина	87,80	5	0,56				
	или свинина мясная	71,543	3 5	9,20				
	лук репчатый очищенный	30,00	3	0,00				
	сметана 10%	15,00	1	5,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2	2,50				
	масло подсолнечное	1,25		1,25				
	соль йодированная	0,40	(0,40				
TTK 001744	или Гуляш из говядины (40/50)		90		12,17	12,04	3,34	170,02
	говядина	72,32	6	3,20				
	лук репчатый очищенный	11,25	1	1,25				
	томатная паста	3,63	3	3,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2	2,50				
	масло подсолнечное	1,88		1,88				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTK 001696	или Азу из мяса (40/50)		90		9,94	13,21	3,93	176,74
TTK 002174	свинина	71,543	3 5	9,20				
	масло подсолнечное	2,5		2,5				
	лук репчатый очищенный	15		15				
	мука пшеничная высшего сорта	2,5		2,5				
	огурцы соленые	31,69	1	6,25				
	паста томатная	2,5		2,5				
	соль йодированная	0,4		0,4				
TTK 001670	или Азу из говядины (40/50)		90		12,22	12,67	3,93	178,35
	говядина	72,048	3 6	3,20				
	огурцы соленые без уксуса	31,69	1	6,25				
	лук репчатый очищенный	15,00	1	5,00				
	томатная паста	2,50	2	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50		2,50				
	масло подсолнечное	2,50		2,50				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTK 002194	или Мясо тушеное с овощами (50/40)		90		12,23	14,96	2,77	197,71
	свинина	89,43		74				
	томатная паста	1,8		1,8				
	морковь свежая очищенная	6,40		6,40				
	лук репчатый очищенный	9,00		9,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,80		1,80				
	масло подсолнечное	1,60		1,60				
	соль йодированная	0,32		0,32				
TTK 003340	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)		90		12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048		3,20				
	томатная паста	2,25		2,25				
	морковь свежая очищенная	8,00		8,00				
	лук репчатый очищенный	11,25		1,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25		2,25				
	масло подсолнечное	2,00		2,00				
	соль йодированная	0,40	(0,40				
TTK 003341	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем		90		13,01	13,93	5,11	197,44
	болгарским (40/50)	72,048	3 6	3,20				
	сметана 10%	18,75		8,75				
	лук репчатый очищенный	12,50		2,50				
	лук репчатый очищенный	12,50	10 E	2,00				

	Sisteman and the second						
	перец сладкий резанный замороженный	18,75	18,75				
	укроп свежий	0,85	0,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	чеснок свежий	0,80	0,75				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002277	или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским (50/40)		90	12,4	14,86	3,70	200.40
	Свинина	89,43	74,00	12,4	14,00	3,70	200,48
	перец сладкий резанный замороженный	15,00					
			15,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	томатная паста	2,00	2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	петрушка свежая	0,68	0,50				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 002184	или Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (50/40)	9	0	12,84	16,37	4,09	217,89
	свинина мясная	89,43	74,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00	15,00				
	укроп свежая	0,68	0,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	сметана 10%	15,00	15,00				
	чеснок свежий	0,64	0,60				
TTI(004224	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 001331 TTK 003288	или Гречка отварная рассыпчатая	13		4,59	4,01	23,86	151,16
	крупа гречневая	35,00	35,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 003289	соль йодированная или Рис припущенный	0,48 1 3	0,48	2 60	2 20	25.04	470.00
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00	45,00	3,69	3,32	35,84	172,66
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001329	или Булгур припущенный	13		4,24	3,66	26,66	158,16
TTK 003290	крупа булгур	35,00	35,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001191	или Булгур с овощами (125/25)	15	50	5,55	5,23	34,60	209,92
	крупа булгур	41,95	41,95				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло растительное	1,41	1,41				
ETIC 004000	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001328	или Полба припущенная	13		5,17	4,15	30,21	178,57
	крупа полба дробленая пропаренная	41,99	41,99				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 001327	соль йодированная	0,48 15	0,48	4.00	F 00	07.00	475 44
TTK 001327	или Перловка отварная с овощами (125/25)			4,03	5,02	27,80	175,41
	крупа перловая масло сладкосливочное 72,5%	37,72	37,72				
	масло сладкосливочное 72,5% лук репчатый очищенный	4,33 17,91	4,33				
	[20] 20 [20] [20] [20] [20] [20] [20] [2		17,91 17,16				
	морковь свежая очищенная	17,16 1,41					
	масло растительное соль йодированная	0,48	1,41				
	ооль иодированная	0,40	0,48				
TTK 001189	или Рис припушенный с овошами (125/25)	15	50	3/12	5.02	32 EA	102 /2
ГТК 001189 ГТК 003292	или Рис припущенный с овощами (125/25) крупа рис	41,66	5 0 41,66	3,43	5,02	33,54	193,43

	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTV 001161	соль йодированная	0,48	0,48	0.54	0.00	0.55	40.00
TTK 001161	Огурцы свежие с зеленью	80,0		0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	00,08				
	укроп	0,41	0,30				
	соль йодированная	0,30	0,30				
TTIC 004000	чеснок свежий	0,40	0,10	0.70	0.40	0.45	44.40
TTK 001323	Томаты черри			0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	30		0,60		2,70	13,20
TTK 003298	или Огурцы свежие	80		0,52	0,09	2,50	12,00
	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,					
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,		0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 002006	Kongress and Alberta Maria Mar	80,	00	0.42	4.04	1.00	42 E0
1 1 N 002000	Капуста свежая с маслом			0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
TTI(000000	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	80		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	70		0,52	0,09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00				
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)						
		8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или						
	апельсин, или сезонный)						
		45	•	0.74	0.00	44.70	70.50
		15	U	0,71	0,60	14,70	70,50
	или Фрукт вакуумной сушки	7					
	или Сухофрукты	9					
TTK 000050,	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый	1	7	0,97	3,48	8,50	70,62
000049, 000053	натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г						
	или Сок фруктовый 125 г	12	5	0,00	0,00	14,37	57,50
TTK 000148	Напиток из шиповника	20		0,54	0,22	13,73	57,60
	плоды шиповника сухие	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
	или Напиток из кураги	20	0	0,56	0,13	14,16	60,82
TTK 000149		16,00	16,00				
TTK 000149	курага	10,00					
TTK 000149	курага сахар	6,00	6,00				
TTK 000149			6,00 0,20				
TTK 000149 TTK 000151	caxap	6,00	0,20	0,46	0,02	14,91	61,78

	caxap	6,00	6,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000153	Напиток фруктовый из яблок сушеных	20	00	0,83	0,05	14,16	61,62
	яблоки сушеные	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
	Кисломолочная продукция:						
TTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	8	0	2,40	2,00	5,04	47,76
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	8	0	2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	8	0	2,40	2,00	3,36	41,04
TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	8	0	2,40	2,00	5,60	49,68
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	8	0	2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	8	0	2,40	2,00	6,40	53,20
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	8	0	2,40	2,00	3,36	40,80
TTK 001496	Кефир	8	0	2,40	2,00	3,12	40,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	8	0	2,40	2,00	8,80	62,40
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001586	Кефир лимонный пай	8	0	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001624	Кефир клубничный	8	0	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	8	0	2,40	2,00	6,40	53,20
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	8	0	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	8	0	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001628	Кефир черничный пирог	8	0	2,40	2,00	7,20	56,40
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	8	0	2,24	2,00	6,40	53,20
TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	8	0	2,24	2,00	8,80	59,20
	Хлеб ржаной	4	0	2,96	0,92	19,00	96
	Хлеб пшеничный	4	0	3,26	1,00	18,28	102,40
Всего за день		590,00		23,15	18,54	107,47	662,30

Пе	рвая	неделя
	PDUM	1102403171

Шестой день (1) Нетто. Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 001348 Скрембл с томатом свежим 150 14,55 16,57 2,95 220,58 яйцо 102.50 102.50 помидоры свежие 15,30 15,00 молоко пастеризованное 2,5% 45.00 45.00 масло сладкосливочное 72,5% 5.00 5,00 0,40 0,40 соль йодированная TTK 001349 150 или Омлет запеченный с сыром 17.13 18,02 2,46 241,77 106.00 106.00 яйцо 10.00 9,60 сыр твердый 44,00 молоко ультрапастеризованное 2,5% 44,00 масло подсолнечное 2.00 2,00 соль йодированная 0,40 0,40 TTK 001350 150 или Омлет запеченный с сыром и помидорами 16.99 17.84 2,67 240,55 104,5 яйцо 104,5 10,20 10,00 помидоры свежие сыр твердый 10,00 9,60 молоко ультрапастеризованное 2,5% 42,75 42,75 масло подсолнечное 2,00 2,00 соль йодированная 0,40 0,40 или Омлет запеченный натуральный с маслом TTK 000173 150 15.69 19.69 2.61 251.58 112,50 яйцо 112,50 молоко ультрапастеризованное 2,5% 45,00 45,00 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 2.00 2.00 масло подсолнечное 0,40 соль йодированная 0.40 TTK 001360 Цикорий с молоком 200 3,72 3,00 12,18 94,20 цикорий натуральный растворимый 3.00 3.00 молоко ультрапастеризованное 2,5% 120,00 120,00 6,00 6,00 TTK 001359 или Кофейный напиток "Курземе" с цикорием и молоком 200 3,00 11,88 98,94 3,87 кофейный напиток растворимый 3,00 3,00 молоко ультрапастеризованное 2,5% 120,00 120,00 6,00 6.00 caxap TTK 001161 80,00 Огурцы свежие с зеленью 0,54 0,09 2,55 12,28 огурцы свежие 81,60 80,00 0,30 укроп 0.41 соль йодированная 0,30 0,30 чеснок свежий 0.40 0.10 TTK 001323 Томаты черри 80 0,70 0,16 2,15 14,40 TTK 001652 30 или Кукуруза сладкая, бланшированная 0,60 13,20 2,70 TTK 003298 или Огурцы свежие 80 0,52 0,09 2,50 12,00 81.60 80.00 0.70 0.16 огурцы свежие 2.15 14,40 TTK 003299 80,00 или Помидоры свежие 81,63 80,00 или помидоры свежие TTK 001379 или Нарезка из свежих овощей 80,00 2,32 13,20 0.62 0.12 40.80 40,00 огурцы свежие помидоры свежие 40,80 40,00

11K 002006	Капуста свежая с маслом	80,0	00	0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	сахар	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	80		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	70		0,52	0,09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00			_,00	12,00
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)						
		8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	10		0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10		0,10	7,20	0,14	66,10
	Кисломолочная продукция:					-,	,
TTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	160	0	4,80	4,00	10,08	95,52
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	160		4,80	4,00	10,08	95,52
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	160		4,80	4,00	10,08	82,08
TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	160	0	4,80	4,00	6,72	99,36
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	160	0	4,80	4,00	11,20	95,52
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	160		4,80	4,00	10,08	106,40
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	160		4,80	4,00	12,80	81,60
TTK 001496	Кефир	160		4,80	4,00	6,72	80,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	160		4,80	4,00	6,24	124,80
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	160		4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001586	Кефир лимонный пай	160		4,80	4,00	17,60	112,80
TTK 001624	Кефир клубничный	160		4,80	4,00	14,24	112,80
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	160		4,80	4,00	14,24	106,40
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	160		4,80			
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	160		4,80	4,00 4,00	12,80 14,24	112,80
TTK 001628	Кефир черничный пирог	160					112,80
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	160		4,80	4,00	14,24	112,80
				4,48	4,00	14,40	118,40
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	160	0	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	160	0	4,48	4,00	17,60	106,40
TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	160		4,48	4,00	12,80	118,40
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	160		4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	160		4,48	4,00	17,60	118,40
	Хлеб ржаной	40		2,96	0,92	19,00	96
	Хлеб пшеничный	40		3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		680,00		29,93	32,83	65,18	687,08

_			
RTO	naa	HOT	еля
	рал	пед	CIL

Седьмой день (2) Нетто, Углево-Nº TK Наименование блюда ЭЦ, ккал Брутто, гр Белки, г Жиры, г гр ды, г Завтрак TTK 000198 Рыба припущенная с маслом сливочным 110 21,52 5,78 0,68 139,55 149,96 133,47 филе минтая замороженное на шкуре лук репчатый очищенный 7,33 7,33 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6,00 соль йодированная 0.49 0.49 или Рыба (лососевая) припущенная с маслом TTK 000194 26,12 13.53 0,68 229.08 сливочным 110 филе горбуши замороженное (или иная) 145,84 129,80 филе кижуча замороженное 145,84 129.80 лук репчатый очищенный 7,33 7,33 масло сладкосливочное 72,5% 6,00 6.00 соль йодированная 0,49 0.49 TTK 001363 130 Макароные изделия отварные 5,82 221,70 4,24 39,73 TTK 003344 55,47 55,47 макаронные изделия 5.00 5.00 масло сладкосливочное 72,5% 0.80 0,80 соль йодированная или макароны запеченные с сыром и маслом TTK 001368 150 8,49 7,11 41,25 264,39 CEMBOURLIN (135/10/5) 57,60 57,60 макаронные изделия масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5.00 10,42 10,00 сыр 0,80 соль йодированная 0,80 TTK 003343 150 6,06 5,64 42,54 246,45 или Макароны в томатном соусе (135/15) макаронные изделия 57,60 57,60 помидоры свежие 8,16 8,00 5,80 5,80 томатная паста 5.00 масло подсолнечное 5.00 0,10 0,10 caxap соль йодированная 0.08 0,80 или Макароны со сливочным маслом в томатном 150 232,69 TTK 001369 6,08 42,57 4.10 coyce (135/15) макаронные изделия 57,60 57,60 8.00 8.16 помидоры свежие 5,00 5,00 томатная паста 2,00 масло сладкосливочное 72,5% 2,00 масло подсолнечное 2.00 2,00 0,10 0,10 caxap 0,80 0,80 соль йодированная 150 41,18 276.29 8,44 8.48 TTK 003342 или Макароны запеченные с сыром (135/10/5) 57,60 57,60 макаронные изделия 5,00 5.00 масло подсолнечное 10,00 сыр 10,42 соль йодированная 0,80 0,80 TTK 000143 Напиток из свежих яблок 200 0,08 0,08 9,96 41,90 TTK 000170 или Напиток яблочный 200 0.08 0,08 9,96 41,90 22,2 яблоки свежие 20 20.00 или яблоки с/м 20.00 8,00 8,00 caxap

	лимонная кислота	0,20	0,20	LOAD WESTER			face de Calvara
TTK 000166	или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	200		0,13	0,10	10,25	42,50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	200)	0,13	1,88	8,10	40,75
TTK 000322	или напиток из ягод (красная смородина, вишня,	200)	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	200)	0,18	0,11	9,75	43,25
TTK 001521	или Напиток смородиновый с яблоком	200	,	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001520	или Напиток яблочный со смородиной	200		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	200		0,15	0,10	10,10	42,25
TTK 002343	или Напиток фруктово-ягодный с клюквой	200)	0,13	0,08	10,43	42,50
TTK 002342	или Напиток яблочно-брусничный	200)	0,15	0,10	10,25	43,25
TTK 002341	или Напиток яблочно-клюквенный	200		0,10	0,08	10,73	43,50
TTK 000159	или Напиток из вишни	200		0,25	0,13	9,93	40,70
TTK 001132	или Напиток лимонный	200)	0,23	0,03	8,75	40,50
TTK 001131	или Напиток апельсиновый	200)	0,23	0,05	10,03	41,75
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00	25,00				
	caxap	8,00	8,00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200,00		0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200,	00	0,23	0,04	10,14	44,13
TTK 003066	или Напиток апельсиново-облепиховый			0,27	0,06	9,43	39,70
	основа для напитка облепиховая	25,00	25,00				
	апельсин	12,50	12,50				
TTK 003312	лимоны	12,50	12,50	0.00	0.00	40.00	50.75
TTK 003312	или Напиток брусничный Или Напиток смородиновый	200, (0,00	0,00	12,60	50,75
111000010	основа для напитка клюквенная			0,00	0,00	12,95	51,80
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)	35,00 35,00		0,47	0,40	9,80	47,00
	*				,	7,	,
	или Фрукт вакуумной сушки	7					
	или Сухофрукты 9						
TTK 000050, 000049, 000053	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	17		0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г	128	5	0,00	0,00	14,37	57,50
	Хлеб ржаной	40		2,96	0,92	19,00	96
	Хлеб пшеничный	40		3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		580,00		34,11	12,42	97,45	648,55

вторая неделя

	Восьмой день (2)				Γ		T
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак			1518				OPENIE
TTK 001355	Запеканка из творога	15	0	24,82	10,76	26,22	306,44
	творог 5%		100,00		: 90		
	орий до том от т	4,10	4,10				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	кефир	30,00	30,00				
	сметана 10%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	сахар	8,00	8,00	0			
TTK 001404	крупа манная	15,00	15,00		44.00		
11K 001404	или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем	15		25,17	14,92	42,19	408,14
	творог 5%	94,33	94,24				
	яйцо	5,00	5,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	caxap	7,00	7,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,40	2,40				
	масло сладкосливочное 72.5%	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	хлопья овсяные Геркулес	14,40	14,40				
		15,00	15,00				
	крупа манная						
	ИЗЮМ	7,20 0,25	7,20				
	ванилин абрикос сушеный	8,60	0,25 8,60				
TTK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	12		14 00	0.40	22.20	227.06
111002317	сырники из творога с малиновой начинкой сырники творожные п/ф	169,60	169,60	14,88	9,48	23,28	237,96
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
TTK 002807	Молоко сгущенное с сахаром	20	,	1,40	1,70	11,20	66,00
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.	2		1,47	1,80	11,76	69,30
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г	10		0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев			0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев	20		0,00	0,00	10,00	04,40
TTK 000213	или Джем лесные ягоды Махеев						
TTK 000003	Чай черный	20	0	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай черный байховый	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000140	или Чай ройбуш	20		0,00	0,00	0,00	0,01
111000140	чайный напиток Ройбуш	0,50		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000139	или Чай гречишный	20	0,50	0.06	0.40	714	22.42
111000139	чай гречишный чай гречишный	0,50	0,50	0,96	0,10	7,14	33,43
		0,50	0,50				
TTK 0001358	или Чай с лимоном	20	0	0,06	0,01	4,21	18,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 000190	Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	63		10,6	8,1	18	187,3
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной			10,0	0,1	- 10	107,5
		34,00	34,00	-			
	сыр						r movember
TTK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	16,25		1,46	3,25	1,46	40,63
TTK 001065	или Сыр "Гауда" слайсы	29,0		7,77	7,31	0,00	96,86
TTK 001061	или Сыр твердый ("Российский") порционно			4,9	5,7	0	70,9
	сыр твердый	20,83	20,00				
	или Хлеб ржаной	20)	1,38	0,68	8,16	45
	Хлеб пшеничный	40	STREET, SQUARE, SQUARE	3,26	1,00	18,28	102,40
				40,08	21,56	73,70	662,15

TTK 002781

Вторая неделя

90

1,40

100.00

41,60 10,10

16,10

1,40

100,00

42,00

10,20

16,10

масло подсолнечное

лук репчатый очищенный

свинина

говядина

ТТК 002780 п/ф тефтели мясные

11,69

12.56

215,20

13.68

Девятый день (2) Нетто. Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 003347 Шурпа "По- деревенски" (50/150) 200 14,37 18,75 18,42 303,72 TTK 003348 200 18,75 18,42 303,72 или Шурпа "По- домашнему" (50/150) 14,37 TTK или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150) 201 14,21 10,53 17,86 223,60 89,43 74,00 свинина мясная картофель дольки/ картофель свежий очищенный 87,50 87,50 37,50 37,50 морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный 18,50 18,50 укроп свежий 1,35 1,00 0,10 0.10 чеснок сушеный масло подсолнечное 5,00 5,00 0.77 0.80 соль йодированная 0.01 0.01 лавровый лист 80 12,98 209,46 TTK 002855 12,30 11,54 или Тефтели мясные запеченые 1,40 1.40 масло подсолнечное ТТК 002780 п/ф тефтели мясные: 100 100 41,60 свинина 42.00 говядина 10,20 10,10 16,10 16,10 лук репчатый очищенный рис 9,33 9,33 3,00 3,00 мука пшеничная высшего сорта соль йодированная 0,50 0,50 TTK 002691 или Котлета мясная "Белорусская" 90 10,1 11,23 10,2 182,27 1,80 масло подсолнечное 1,80 102 102 ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская": 34,70 34,30 свинина говядина 18,40 18,20 12.00 12,00 лук репчатый 35.00 35,00 картофель 0.50 0.50 соль йодированная 6,00 6,00 сухарь панировочный TTK 003094 или Котлета мясная "По-деревенски" 90 11,13 11,02 14,33 202.79 1,80 масло подсолнечное 1,80 ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски": 108 108 25,80 25,50 свинина 25,80 25,50 говядина 10,00 10,00 лук репчатый хлеб пшеничный 17,50 17,50 0,50 0,50 соль йодированная 7,00 сухарь панировочный 7,00 90 TTK 002298 или Котлета мясная "По-домашнему" 13,60 15,08 10,80 236,47 1,80 1,80 масло подсолнечное 108 ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему": 108 свинина 59,90 59,30 11,40 11,30 говядина 11.00 11.00 лук репчатый 0,50 соль йодированная 0,50 15,00 15,00 сухарь панировочный 14.33 202,79 90 11,13 11.02 или Котлета мясная "Оригинальная" 1.80 1.80 масло подсолнечное п/ф Котлета мясная "Оригинальная": 108 108 25,80 25.50 свинина 25,80 25,50 говядина 10,00 10,00 лук репчатый 17,50 17,50 хлеб пшеничный 0.50 0,50 соль йодированная 0.80 0.80 специи 7,00 7,00 сухарь панировочный

или Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе

	рис крупа	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный		0				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная соль йодированная	0,40 0,03	0,40 0,03				
TTK 001315	или Картофель отварной		50	3,14	4,24	25.25	452.04
1111001010	картофель отварной	154,50	154,50	3,14	4,24	25,25	152,04
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 002665	или Картофель мятый		0,00	3,12	4,19	25,23	151,43
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски	1	50	3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40				
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
	соль йодированная	0,44	0,44				
TTK 001317	или Картофельные шарики запеченые		50	3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые	1:	50				
	картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные	168,00	168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001873	или Пюре картофельное	1:	50	3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
TTI(000000	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003329	или Картофель тушеный		50	2,70	5,48	20,35	142,21
	картофель свежий очищенный	103,45	103,45				
	морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный	25,90	30,45 16,43				
	масло подсолнечное	20,70 5,00	5,00				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 0028584	или Жаркое "По-домашнему" с мясом (40/145)		B5	11,9	12,57	19,38	240,87
TTK 002193	или Жаркое "По-домашнему" с говядиной (50/150)		00	14,18	12,03	19,38	242,49
TTK 003345	или Жаркое "По-деревенски" с мясом (50/150)	20		14,45	15,38	20,58	281,91
	говядина	70,16	63,20				
	или свинина мясная	71,54	59,20				
	картофель свежий очищенный/ картофельные дольки	96,67	96,67				
	морковь свежая очищенная	21,03	21,03				
	лук репчатый очищенный	15,47	15,47				
	томатная паста	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,48	1,48				
	соль йодированная	0,77	0,77				
TTK 003346	или Запеканка картофельная мясная (50/150)		00	15,78	18,62	29,93	354,01
	Свинина	89,43	74,00				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	0,80	0,80				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001357	Чай с апельсином		00	0,06	0,01	4,57	18,74
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
TTI 000 15 TT	caxap	4,00	4,00	THE CONTRACTOR	STREET, SWELLO	DELETE AND AND	l Markananan
TTK 0001358	или Чай с лимоном		00	0,06	0,01	4,21	18,39
	in a service of the s	0,50	0,50				
	чай черный байховый лимон свежий	8,00	7,00				

	сахар	4,00	4,00				
ттк	или Чай облепиховый с апельсином (или чай ягоднофруктовый)	20	00	0,06	0,01	5,21	22,39
	облепиха с/м	10,00	10,00				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	caxap	4.00	4,00				
TTK 001323	Томаты черри	8		0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	3	0	0,60		2,70	13,20
TTK 003298	или Огурцы свежие	8	0	0,52	0,09	2,50	12,00
	огурцы свежие	81,60	80.00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,	00				
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,		0,62	0,12	2,32	12 20
	огурцы свежие	40,80	40,00	0,02	0,12	2,32	13,20
TTIC 004404	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 001161	или Огурцы свежие с зеленью	80,		0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	80,00				
	укроп	0,41	0,30				
	соль йодированная	0,30	0,30				
TTI(000000	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80,		0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
TTI(000000	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	8		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	7	0	0,52	0.09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00		0,00	7,00	.=,00
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая						
	фасоль, редька, микс овощной и тп)	8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке			0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10 10		0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31		2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб ржаной	6		4,44	1,38	28,50	144
	Хлеб пшеничный	4		3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		575,00		22,93	28,55	72,06	649,36

TTK 003290

Вторая неделя Десятый день (2) Нетто. Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал ды, г Завтрак TTK 001325 Чахохбили из филе куриного с свежими томатами (45/45) 90 14.38 4.20 3.90 111,09 TTK 003303 или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45) 90 TTK 003304 филе куриное 73.08 62.64 чеснок свежий 1,30 1,00 укроп сушеный 0.02 0.02 помидоры свежие/томаты зам. 19,38 19.00 томатная паста 5,30 5.30 лук репчатый очищенный 26.00 26.00 масло подсолнечное 1.60 1,60 соль йодированная 0,40 0,40 TTK 002809 90 или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка" 12,32 16,72 9,36 237,20 TTK 002808 96 п/ф из мяса птицы котлета 96 филе куриное 53.40 52,90 3,00 яйцо (или сухой яичный порошок) 3,00 хлеб пшеничный 7,00 7.00 7,00 сухари панировочные 6,00 лук репчатый очищенный 12,00 12,00 масло подсолнечное 13,40 13,40 соль йодированная 0,40 0,40 или Фрикасе из филе куриного (45/45) 90 14,87 9,25 4,20 160,17 TTK 002001 TTK 002002 или Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45) 90 14,88 9,26 4.22 160,36 TTK 003305 73,08 филе куриное 62,64 TTK 003306 сметана 10% 16,88 16,88 1,47 1,13 укроп свежий лук репчатый очищенный 20.00 20.00 0.90 0.90 масло подсолнечное масло сладкосливочное 72,5% 5,63 5,63 мука пшеничная 2,50 2,50 соль йодированная 0,40 0.40 TTK 003306 итальянские (прованские) травы 0,20 0,20 TTK 001955 или Наггетсы куриные "Хрустящие" 90 10.6 19,08 13,32 238,60 филе куриное 56.10 55 60 яйцо 10,00 10,00 15 00 15,00 клетчатка сухари панировочные 8.00 8.00 0,60 масло подсолнечное 0,60 соль йодированная 0,80 0,80 TTK 002993 209,46 Ежики из мяса птицы в сливочном соусе 90 11,54 12,30 12,98 TTK 002992 100,00 пф ежики из мяса птицы: филе куриное 54,00 53,50 9,33 9.33 рис крупа лук репчатый очищенный 16,00 16,00 мука пшеничная 5,00 5,00 соль йодированная 0,50 0,50 ТТК 002994 соус сливочный 20,00 молоко 20,00 20,00 масло сладкосливочное 72,5% 2.00 2.00 мука пшеничная 1,00 1,00 0,30 соль йодированная 0,30 0.10 0,10 специя томат-чеснок-базелик TTK 001329 Булгур припущенный 130 4,24 3,66 26,66 158,16

крупа булгур

35,00

35.00

	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 001331	соль йодированная или Гречка отварная рассыпчатая	0,48 13	0,48 0	4,59	4,01	23,86	151,16
TTK 003288	крупа гречневая	35,00	35,00	4,55	4,01	23,00	151,16
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 003289	или Рис припущенный	13	0	3,69	3,32	35,84	172,66
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001191	или Булгур с овощами (125/25)	15	0	5,55	5,23	34,60	209,92
	крупа булгур	41,95	41,95				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло растительное	1,41	1,41				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001328	или Полба припущенная	13		5,17	4,15	30,21	178,57
	крупа полба дробленая пропаренная	41,99	41,99				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001327	или Перловка отварная с овощами (125/25)	15	0	4,03	5,02	27,80	175,41
TTK 003291	крупа перловая	37,72	37,72				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло растительное	1,41	1,41				
TTV 001180	соль йодированная или Рис припущенный с овощами (125/25)	0,48 15	0,48	3,43	5,02	33,54	102.42
TTK 001189 TTK 003292	крупа рис	41,66	41,66	3,43	5,02	33,34	193,43
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная масло сладкосливочное 72,5%	17,16 4,33	17,16 4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 002601	или Плов ароматный из булгура с мясом птицы (50/150)	200		15,86	4,94	34,53	248,30
	филе грудки	72,45	69,00				
	крупа булгур морковь свежая очищенная	41,95 17,16	41,95 17,16				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	масло подсолнечное	1,50 0,25	1,50				
	чеснок сушеный паприка молотая	0,20	0,25 0,20				
	базилик сушеный	0,25	0,25				
TTK 002888	соль йодированная или Плов ароматный с мясом птицы (50/150)	0,50 200	0,50	13,76	4,73	32,60	231,52
1111 002000	филе грудки	72,45	69,00	13,70	4,73	32,00	231,32
	крупа рис пропаренный	41,95	41,95				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	чеснок сушеный	0,25	0,25				
	паприка молотая	0,20	0,20				
	базилик сушеный	0,25	0,25				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 000143	Напиток из свежих яблок	20	0	0,08	0,08	9,96	41,90
TTK 000170	или Напиток яблочный	20		0,08	0,08	9,96	41,90
	яблоки свежие	22,2	20				
	или яблоки с/м	20,00	20,00				
	caxap	8,00	8,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000166	или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	20		0,13	0,10	10,25	42,50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	20	00	0,13	1,88	8,10	40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	20	00	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	20	00	0,18	0,11	9,75	43,25
TTK 000104	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клуоника) или Напиток смородиновый с яблоком	20		0,13	0,11	10,13	42,00
TTK 001521	или Напиток яблочный со смородиной	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001320	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	20		0,15	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с орусникой или Напиток фруктово-ягодный с клюквой	20		0,13	0,10	10,10	42,25
	AND THE PROPERTY OF THE PROPER			5,15	5,00	10,40	72,00

TTK 002342	или Напиток яблочно-брусничный	20	00	0.45	0.40	40.05	42.05
TTK 002341	или Напиток яблочно-клюквенный		00	0,15	0,10 0,08	10,25 10,73	43,25 43,50
TTK 000159	или Напиток из вишни	SELECTION OF	00				
TTK 001132	или Напиток лимонный	20		0,25	0,13	9,93	40,70
TTK 001131	или Напиток апельсиновый	20		0,23	0,03	8,75	40,50
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00	25.00	0,23	0,05	10,03	41,75
	сахар	8,00	8.00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200		0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				00,10
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый			0,23	0,04	10,14	44,13
	основа для напитка облепиховая	25,00	25,00				
	апельсин	12,50	12,50				
	лимоны	12,50	12,50				
TTK 003312	или Напиток брусничный	200		0,00	0.00	12.60	50,75
TTK 003315	Или Напиток смородиновый	200		0,00	0,00	12,60 12,95	51,80
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00	0,00	0,00	12,35	51,60
TTK 000190	Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	31	The second second second	5,3	4,05	8,99	93,65
TTK 001644	или Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)	31	STATE OF THE PARTY.	6,22	4,13	6,04	87,16
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00	, , <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	1,10	0,04	01,10
	СЫР	14,50	14,50				
TTIC 000000							
TTK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	16,	.25	1,46	3,25	1,46	40,63
TTK 001065	или Сыр "Гауда" слайсы	29	,0	7,77	7,31	0,00	96,86
TTK 001061	или Сыр твердый ("Российский") порционно			4,9	5,7	0	70,9
	сыр твердый	20,83	20,00				110
TTK 001469	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами	8	0	2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и						
TTK 001490	селеном	8	0	2,70	2,50	8,50	67,30
	или Молоко питьевое шоколадное обогащенное						
TTK 001491	витаминами	8	0	2,32	2,00	9,36	64,72
				2,02	2,00	3,30	04,72
	или Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами						
TTK 001492		8	0	216	2.00	6,80	53,84
11K 001492		0		2,16	2,00	0,00	53,04
	или Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном						
TTK 001494	CENTERION	8	0	2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001495	или Молоко питьевое клубничное обогащенное	8	0	2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001564	или Молоко ванильное с цикорием "Ванильный латте"	8	0	2,16	2,00	6,80	53,84
	или Мороженое молочное ванильное с пребиотиком						
TTK 000058	(продукт сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и	5	5	1,98	3,41	11,39	86,90
	с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней) или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой						
TTV 000054	и пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с			0.45	2 50	40.04	00.00
TTK 000054	01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10	5:	5	2,15	3,58	13,81	99,00
	дней) или Мороженое молочное ванильное с клубникой и						
TTI(000050	пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с						
TTK 000056	01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10	5	5	1,43	2,64	14,41	86,90
	дней)						
TTK 000129	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"(продукт сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04.	7	0	0,42	3,15	13,58	84,00
	по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)			J,72	3,13	10,00	34,00
	или Мороженое фруктовое "Сорбет Манго" (продукт						
TTK 000130	сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04.	7	0	0,11	0,21	18,20	74,90
	по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней) Хлеб ржаной	4	0	2,96	0,92	19,00	96
				1000	R .	Variet, minus	
A. Santa de Carrer	Хлеб пшеничный	4	warething and an array	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		611,50		32,38	15,91	93,59	657,04

		Вторая не,	деля				
	Одиннадцатый день (2)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 002691	Котлета мясная "Белорусская"			10,1	11,23	10,2	182,27
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":						
						ды, г ды, г З 11,23 10,2	
		The second secon	(FIX.) 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0				
		масло подсолнечное 1,80 1,80 поверенное 1,80 1,80 поверенное 1,80 102 102 свинина 34,70 34,30 говядина 18,40 18,20 лук репчатый 12,00 12,00 картофель 35,00 35,00 сухарь панировочный 6,00 6,00 п/ф тефтели мясные 100 100 свинина 42,00 41,60 говядина 10,20 10,10 говядина 10,20 говя 11,13 11,02 14,33 говяти 11,10 говяти 11,					
	сухарь панировочный						
TTK 002855	или Тефтели мясные запеченые	80		11,54	12,30	12,98	209,46
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные :						
	лук репчатыи очищенныи						
	рис						
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 002781	или Тефтели мясные запеченые в томатно- сметанном соусе	90)	11,69	12,56	13,68	215,20
		1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные	100,00	100,00				
	свинина	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				
	рис крупа	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный						
	мука пшеничная высшего сорта						
TTV 002004				44.40	44.00		200 70
TTK 003094	или Котлета мясная "По-деревенски"			11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":						
	СВИНИНА		25,50				
	говядина		25,50				
	лук репчатый	10,00	10,00				
	хлеб пшеничный		17,50				
	соль йодированная		0,50				
TTV 60005	сухарь панировочный		7,00	40.00	4 - 00	40.00	000 17
TTK 002298	или Котлета мясная "По-домашнему"	90		13,60	15,08	10,80	236,47
	масло подсолнечное		1,80				
	ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему":		108				
	свинина	59,90	59,30				
	говядина	11,40	11,30				

лук репчатый

11,00

11,00

	соль йодированная	0,50		0,50				
	сухарь панировочный	15,00		15,00				
	или Котлета мясная "Оригинальная"		90		11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80		1,80				
	п/ф Котлета мясная "Оригинальная":	108		108				
	СВИНИНА	25,80		25,50				
	говядина	25,80		25,50				
	лук репчатый хлеб пшеничный	10,00 17,50		10,00 17,50				
	соль йодированная	0,50		0,50				
	специи	0,80		0,80				
TTK 002194	сухарь панировочный или Мясо тушеное с овощами (50/40)	7,00	90	7,00	12,23	14,96	2,77	197,71
	свинина	89,43		74	12,20	14,50	2,11	137,71
	томатная паста	1,8		1,8				
	морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный	6,40 9,00		6,40 9,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,80		1,80				
	масло подсолнечное	1,60		1,60				
TTK 003340	соль йодированная или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)	0,32	90	0,32	12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048		63,20			9, 1.	
	томатная паста	2,25		2,25				
	морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный	8,00 11,25		8,00 11,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25		2,25				
	масло подсолнечное	2,00		2,00				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTK 003341	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким		90		13,01	13,93	5,11	197,44
	перцем болгарским (40/50)	70.040		00.00				
	говядина	72,048		63,20				
	сметана 10% лук репчатый очищенный	18,75 12,50		18,75 12,50				
	перец сладкий резанный замороженный	18,75		18,75				
	укроп свежий	0,85		0,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50		2,50				
	масло подсолнечное	1,88		1,88				
	чеснок свежий	0,80		0,75				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTV 002277	или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским		00					
TTK 002277	(50/40)		90		12,4	14,86	3,70	200,48
	свинина	89,43		74,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00		15,00				
	лук репчатый очищенный	10,00		10,00				
	масло подсолнечное	1,50		1,50				
	томатная паста	2,00		2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00		2,00				
	петрушка свежая							
		0,68		0,50				
	соль йодированная	0,32		0,32				
TTK 002184	или Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (50/40)		90		12,84	16,37	4,09	217,89
	свинина мясная	89,43		74,00				
	лук репчатый очищенный	10,00		10,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00		15,00				
	укроп свежая	0,68		0,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00		2,00				
	масло подсолнечное	1,50		1,50				
	сметана 10%	15,00		15,00				
	чеснок свежий	0,64		0,60				
	соль йодированная	0,32		0,32				
TTK 001873	Пюре картофельное		150		3,32	4,11	21,90	138,76

масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				ti
молоко	23,70	23,70				
соль йодированная	0,40	0,40				
или Картофель мятый	150	,00	3,12	4,19	25,23	151,4
картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
масло подсолнечное						
соль йодированная						
			3,26	1,76	26,57	135,52
картофель свежий очищенный	162,40	162,40				
масло подсолнечное	1,11	1,11				
специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
соль йодированная	0,44	0,44				
или Картофельные шарики запеченые	15	50	3,36	1,82	27,38	139,70
или Картофельные шарики мини запеченые	15	50				
картофель свежий очищенный/ шарики	168.00	168.00				
пастеризованные						
			3,14	4,24	25,25	152,04
이 있는 것이 하면 그리다면 가는 것들은 사람들이 되었다면 되었다. 선생님은 사내는 경기를 받는 것이 되었다면 하는데 그렇게 되었다면 하는데 그렇다면 그렇다면 하는데 그렇다면 그렇다면 그렇다면 그렇다면 그렇다면 그렇다면 그렇다면 그렇다면			2.70	E 40	20.25	142.24
구입시다. 생생님 내용생님들은 경험을 하고 있다면 하는 사람이 되었다. 나는 사람들은 사람들이 없는 내용 사람들이 없는데 없었다.			2,70	5,46	20,35	142,21
그리 나는 사람이 있는데 그를 하게 살아내는 것이 없었다. 그는데 없는데 얼마나 없는데 없는데 없는데 없다.						
			15 78	18 62	29 93	354,01
			13,70	10,02	25,55	334,01
соль иодированная	0,00	0,00				
или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	20	0	14,37	18,75	18,42	303,72
или Шурда "По- помашному" (50/150)	20	10	1/1 37	18 75	18.42	303,72
или шурпа 110-домашнему (30/130)			14,57	10,73	10,42	303,72
или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	20)1	14,21	10,53	17,86	223,60
свинина мясная	89,43	74.00				
HE CHI () 전통 () A 유럽 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 () 전 ()						
경기 등 경기 경기 위한 경기 등 경기 기업 경기 등 경기 기업 경기 기업 경기 기업						
			0.00	0.00	0.00	0,01
чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
или Чай черный			0,00	0,00	0,00	0,01
чай черный байховый	0,50	0,50				
или Чай гречишный чай гречишный	0,50	0,50	0,96	0,10	7,14	33,43
	или Картофель мятый картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное соль йодированная или Картофельные дольки по-деревенски картофель свежий очищенный масло подсолнечное специя томат-базелик-чеснок соль йодированная или Картофельные шарики запеченые или Картофельные шарики мини запеченые картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные масло подсолнечное соль йодированная или Картофель отварной картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная или Картофель тушеный картофель свежий очищенный масло подсолнечное соль йодированная или Картофель тушеный картофель свежий очищенный масло подсолнечное соль йодированная или Запеканка картофельная мясная (50/150) свинина картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная или Шурпа "По- деревенски" (50/150) или Шурпа "По- домашнему" (50/150) или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150) или шурпа "По- домашнему" с говядина	или Картофель мятый картофель свежий очищенный ладиона подсолнечное горованная или Картофельные дольки по-деревенски картофель свежий очищенный подсолнечное под	картофель мятый 150,00 картофель свежий очищенный 164,50 154,50 масло спадкоспивочное 72,5% 3,00 3,00 масло сподсолнечное сль йодированная 0,80 0,80 или Картофельные дольки по-деревенски картофель свежий очищенный 162,40 162,40 масло подсолнечное сль йодированная постоль йодированная подерательные шарики мини запеченые картофельные шарики мини запеченые картофель свежий очищенный ишарики масло подсолнечное сль йодированная подерательные шарики мини запеченые картофель свежий очищенный пастеризованные масло подсолнечное сль йодированная подерательные шарики мини запеченые картофель свежий очищенный пастеризованные пастеризованные масло подсолнечное годь йодированная подерательные масло спадкоспивочное 72,5% 5,00 5,00 5,00 картофель свежий очищенный подерательный подерательн	жартофель мятый картофель свежий очищенный картофельные дольки по-деревенски пили Картофельные дольки по-деревенски по-деревенс	или Картофель мятый картофель свежий очищенный доль или Картофель свежий очищенный картофель свежий очищенный картофельные дольки по-деревенски картофельные дольки по-деревенски картофельные шарики запеченые или Картофельные шарики запеченые масло подсолнечное соль йодированная подсолнечное соль йодированная или Картофельные шарики мини запеченые масло подсолнечное соль йодированная или Картофельные шарики мини запеченые масло подсолнечное соль йодированная или Картофель свежий очищенный или Картофель отварной картофель свежий очищенный или Картофель отварной масло сладкоспивочное 72,5% 5,00 154,50 или Картофель свежой очищенный или Картофель отварной масло сладкоспивочное 72,5% 5,00 154,50 или Картофель свежой очищенный или картофель свежой очищенный или картофель свежой очищенный илу региатый очищенный илу региатый очищенный илу региатый очищенный илу региатый очищенный или запечаные сражий очищенный или запечанка картофель свежой очищенный или запечаний или запечаний или запечаний или запечаний очищенный или запечаний очищенный или запечаний	Мартофель мятый 150,00

	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	сахар	4,00	4,00				
TTK 003298	Огурцы свежие	80	0	0,52	0,09	2,50	12,00
	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	30	0	0,60		2,70	13,20
TTK 001323	или Томаты черри	80	0	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,	00				
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,	00	0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 001161	или Огурцы свежие с зеленью	80,	00	0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	80,00				
	укроп	0,41	0,30				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80,	00	0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	80		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	70		0,52	0,09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00				
TTK 002006 TTK 003300 TTK 001422	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла,						
	стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)	8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	10	3	0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное	10	1				
	порционно			0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,		2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб ржаной	60		4,44	1,38	28,50	144
	Хлеб пшеничный	40	0	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		590,00		18,48	24,06	63,24	645,54

Вторая неделя

Двенадцатый день (2)

	Двенадцатый день (2)						_
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак							
TTK 001341	Печень тушеная с овощами (70/40)	110	D	19,05	6,34	8,31	167,63
	печень говяжья	126,01	104,13				
	томатная паста	2,44	2,44				
	морковь свежая очищенная	12,22	12,22				
	лук репчатый очищенный	18,33	18,33				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001342	или Печень по-строгановски (70/40)	110)	19,52	7,81	9,90	189,13
	печень говяжья	126,01	104,13				
	томатная паста	2,93	2,93				
	сметана 10%	14,67	14,67				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	4,64	4,64				
TTK 002194	соль йодированная или Мясо говядины тушеное с овощами (50/60)	0,40 11 0	0,49	44.07	44.07	404	040.40
11K 002104	или мисо говидины тушеное с овощами (50/60)			14,97	14,87	4,24	210,43
	говядина	88,06	77,24				
	томатная паста	2,75	2,75				
	морковь свежая очищенная	9,78	9,78				
	лук репчатый очищенный	13,75	13,75				
	мука пшеничная высшего сорта	2,75	2,75				
	масло подсолнечное	2,44	2,44				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 003340	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем	110		45.00	47.02	c 05	044.00
11K 003340	болгарским (50/60)			15,90	17,03	6,25	241,32
	говядина	88,06	77,24				
	сметана 10%	22,92	22,92				
	лук репчатый очищенный	15,28	15,28				
	перец сладкий резанный замороженный	22,92	22,92				
	укроп свежий	1,04	0,77				
	мука пшеничная высшего сорта	3,06	3,06				
	масло подсолнечное	2,30	2,30				
	чеснок свежий	0,98	0,92				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 003341	или Бефстроганов из мяса (50/40)	110)	12,71	15,87	3,85	212,52
	говядина	87,80	63,20				
	или свинина мясная	89,43	74,00				
	лук репчатый очищенный	24,00	24,00				
	сметана 10%	12,00	12,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	1,28	1,28				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 002277	или Гуляш из говядины (50/60)	110		14,87	14,72	4,08	207,80
111002277				14,07	14,72	4,00	201,00
	говядина лук репчатый очищенный	88,39 13,75	77,24 13,75				
	томатная паста	4,43	4,43				
	мука пшеничная высшего сорта	3,06	3,06				
	масло подсолнечное	2,29	2,29				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 002184	или Азу из говядины (50/60)	110		14,94	15,49	4,80	217,98
	говядина	88,06	77,24				
	огурцы соленые без уксуса	38,73	19,86				

	лук репчатый очищенный	18,33	18,33				
	томатная паста	3,06	3,06				
	мука пшеничная высшего сорта	3,06	3,06				
	масло подсолнечное	3,06	3,06				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001345	Овощное рагу	150		3,28	4,05	21,41	135,35
	картофель свежий очищенный	100,00	100,00				
	капуста белокачанная свежая	63,00	50,00				
	лук репчатый очищенный	18,00	18,00				
	масло подсолнечное	3,50	3,50				
	мука пшеничная	1,20	1,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001346	или Овощи тушеные	18		2,65	1,3	8,11	55,26
	капуста белокачанная свежая	150,00	120,00	2,00		0,11	00,20
	морковь свежая очищенная	20,00	20,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001976	или Рагу овощное	18		2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очищенный	117,00	117,00				
	морковь свежая очищенная	30,00	30,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 002180	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	20		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 002177	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	20	00	14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 001744	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	20)1	14,21	10,53	17,86	223,60
	свинина мясная	89,43	74,00				
	картофель дольки/ картофель свежий очищенный	87,50	87,50				
	морковь свежая очищенная	37,50	37,50				
	лук репчатый очищенный	18,50	18,50				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,77				
	лавровый лист	0,01	0,01				
TTK 002174	или Бигус с мясом (50/150)	20		15,13	18,68	13,69	286,33
	Свинина	89,43	74,00				
	капуста белокачанная свежая	180,00	160,00				
	морковь свежая очищенная	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001670	Какао с молоком	20		7,23	5,73	11,06	131,14
	Какао - порошок	3,00	3,00		-,	,	,
	молоко пастеризованное 2,5%	211,00	211,00				
	caxap	5,00	5,00				
TTK 003197	или Какао молочный с 13 витаминами	20		4,32	3,45	9,98	91,70
	Какао - порошок витаминиз. Витошка	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	сахар	5,00	5,00				
TTK 001347	или Какао молочный с витамином С	20	00	4,32	3,45	9,98	91,70
	какао-порошок с витамином С	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	иолоко пастеризованное 2,3 %	120,00	120,00				

	Кисломолочная продукция:	+:				
	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	160	4,80	4,00	10,08	95,52
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	160	0,00	0.00	0,00	0,00
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	160	0,00	0.00	0,00	0.00
TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	160	0,00	0,00	0.00	0,00
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко-корица 80 г.	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001496	Кефир	160	0.00	0,00	0,00	0,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001586	Кефир лимонный пай	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001624	Кефир клубничный	160	0,00	0,00	0.00	0,00
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	160	0,00	0.00	0,00	0,00
TTK 001628	Кефир черничный пирог	160	0.00	0.00	0,00	0.00
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	160	0.00	0,00	0.00	0,00
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	160	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	160	0,00	0,00	0.00	0,00
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	160	0,00	0.00	0,00	0,00
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	160	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	20	1,48	0,46	9,50	48,00
	Хлеб пшеничный	40	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		660,00	39,10	21,58	78,64	680,04

Тринадцатый день (3)

W	Тринадцатый день (3)	n					т
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 001351	Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром (125/45/25)	19		17,71	8,10	40,05	304,24
	филе куриное	73,08 10,42	62,64 10,00				
	сыр макаронные изделия	53,30	53,30				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	паста томатная	2,10	2,10				
	помидоры свежие	20,40	20,00				
	сахар	0,20	0,20				
	масло подсолнечное чеснок сушеный	2,10 0,10	2,10 0,10	-	-	-	
9	соль йодированная	1,00	1,00	A THE STANFAST			
TTK 002001	или Фрикасе из филе куриного (45/45)	90		14,87	9,25	4,20	160,17
		90				4,22	160,36
TTK 002002	или Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45)			14,88	9,26	4,22	160,36
TTK 003305	филе куриное	73,08	62,64				
TTK 003306	сметана 10%	16,88	16,88				
	укроп свежий	1,47	1,13				
	лук репчатый очищенный	20,00	20,00				
	масло подсолнечное	0,90	0,90				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,63	5,63				
	мука пшеничная	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003306	итальянские (прованские) травы	0,20	0,20				
TTK 001325	или Чахохбили из филе куриного с свежими томатами (45/45)	90	1	14,38	4,20	3,90	111,09
TTK 003303	или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45)	90					
TTK 003304	филе куриное	73,08	62,64				
	чеснок свежий	1,30	1,00				
	укроп сушеный	0,02	0,02				
	помидоры свежие/томаты зам.	19,38	19,00				
	томатная паста лук репчатый очищенный	5,30 26,00	5,30 26,00				
	масло подсолнечное	1,60	1,60				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001354	или Бедро куриное (филе бедра) запеченное	90		16,29	17,46	0,00	226,08
	бедро куриное	137,30	121,60				
	масло подсолнечное	0,80	0,80				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001955	или Наггетсы куриные "Хрустящие"	90		10,6	13,32	19,08	238,60
	филе куриное	56,10	55,60				
	яйцо	10,00	10,00				
	клетчатка	15,00	15,00				
	сухари панировочные	8,00	8,00				
	масло подсолнечное соль йодированная	0,60	0,60				
TTK 002993	Ежики из мяса птицы в сливочном соусе	90		11,54	12,30	12,98	209,46
TTK 002992	пф ежики из мяса птицы:	100,				-,	
	филе куриное	54,00	53,50				
	рис крупа	9,33	9,33				
	лук репчатый очищенный	16,00	16,00				
	мука пшеничная	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				

I I К 002994 соус сливочный	20,	00				
молоко	20,00	20,00				
масло сладкосливочное 72.5%						
соль йодированная						
[2] - 10 - 12 - 12 - 12 - 12 - 12 - 12 - 12						
BB 프린트 (CHING SHEET) : A CHING SHEET S						
20 : [18 : 18 : 18 : 18 : 18 : 18 : 18 : 1			12 22	15 22	0.26	225 42
или полота из миса птицы пуриная пожка			12,32	15,32	9,30	225,13
п/ф из мяса птицы котлета	96	96				
филе куриное	53,40	52,90				
яйцо (или сухой яичный порошок)	3,00	3,00				
хлеб пшеничный	7,00	7,00				
сухари панировочные	7,00	6,00				
лук репчатый очищенный	12,00	12,00				
масло подсолнечное	13,40	13,40				
соль йодированная	0,40	0,40				
или Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным (180/5)	18	0	13,55	36,63	43,57	393,10
	150.00	150.00				
натуральным (180/20)	20	0	14,16	35,50	44,50	389,18
пельмени из мяса птицы п/ф	150,00	150,00				
масло подсолнечное	2,00	2,00				
соль йодированная	0,50	0,50				
лавровый лист	0,01	0,01				
йогурт натуральный	20)				
или Макароные изделия отварные	13	0	5,82	4,24	39,73	221,70
макаронные изделия	55,47	55,47				
масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
соль йодированная	0,80	0,80				
или Макароны запеченные с сыром (135/10/5)	15	0	8,44	8,48	41,18	276,29
макаронные изделия	57,60	57,60				
масло подсолнечное	5,00	5,00				
сыр	10,42	10,00				
соль йодированная	0,80	0,80				
или Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным (135/10/5)	15	0	8,49	7,11	41,25	264,39
	57.60	57.60				
или макароны в томатном соусе (135/15)	15	0	6,06	5,64	42,54	246,45
макаронные изделия	57,60	57,60				
помидоры свежие	8,16	8,00				
томатная паста	5,80	5,80				
масло подсолнечное	5,00	5,00				
caxap	0,10	0,10				
	0,08	0,80				
соль йодированная	0,00					
соль йодированная или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе (135/15)	15	0	6,08	4,10	42,57	232,69
или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе		0 57,60	6,08	4,10	42,57	232,69
или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе (135/15)	15		6,08	4,10	42,57	232,69
или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе (135/15) макаронные изделия	57,60 8,16	57,60 8,00	6,08	4,10	42,57	232,69
или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе (135/15) макаронные изделия помидоры свежие	15 57,60	57,60	6,08	4,10	42,57	232,69
	молоко масло сладкосливочное 72,5% мука пшеничная соль йодированная специя томат-чеснок-базелик молоко пастеризованное 2,5% масло сладкоспивочное 72,5% масло сладкоспивочное 72,5% масло подсолнечное чеснок сушеный соль йодированная или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка" п/ф из мяса птицы котлета филе куриное яйцо (или сухой яичный порошок) хлеб пшеничный сухари панировочные лук репчатый очищенный масло подсолнечное соль йодированная или Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным (180/5) пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральным (180/20) пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральным (180/20) пельмени из мяса птицы п/ф масло подсолнечное соль йодированная лавровый лист йогурт натуральный или Макароные изделия отварные макаронные изделия масло сладкоспивочное 72,5% соль йодированная или Макароны запеченные с сыром (135/10/5) макаронные изделия масло сладкосливочное 72,5% сыр соль йодированная или Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным (135/10/5) макаронные изделия масло сладкосливочное 72,5% сыр соль йодированная или Макароны в томатном соусе (135/15) макаронные изделия масло сладкосливочное 72,5% сыр соль йодированная или Макароны в томатном соусе (135/15)	молоко 20,00 масло сладкосливочное 72,5% 2,00 мука пшеничная 1,00 соль йодированная 0,30 специя томат-чеснок-базеник 0,10 молоко пастеризованное 2,5% 30,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 чеснок сушеный 0,70 чеснок сушеный 0,70 чеснок сушеный 0,70 чеснок сушеный 0,70 соль йодированная 0,80 яйцо (или сухой яичный порошок) 3,00 хлеб пшеничный 7,00 хлеб пшеничный 7,00 хлеб пшеничный 7,00 лук реп-чатый очищенный 12,00 масло подсолнечное 13,40 соль йодированная 0,40 или Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным (180/5) пельмени из мяса птицы пнежные с маслом 18 пельмени из мяса птицы пнежные претиды пнежны	масло сладкосливочное 72,5% 2,00 2,000 мука пшевичная 1,00 1,00 1,000 сле йодированная 2,5% 30,00 3,00 3,000 мока пшевиче 2,5% 30,00 3,000 мосте и мосте разованное 2,5% 30,00 3,000 мосте разованное 2,5% 30,00 30,00 мосте разованное 2,5% 30,00 5,00 5,00 1,000 мосте разованное 2,5% 30,00 30,00 мосте разованное 2,5% 30,00 5,00 1,000 мосте разованное 2,5% 30,00 30,00 мосте разованное 2,5% 30,00 5,00 1,000 мосте разованное 2,5% 30,00 1,000 мосте разования 30,	масло сладкосливочное 72,5% доло 20,00 масло сладкосливочное 72,5% доло 2,00 мува пшеничная 1,00 1,00 соль йодированная 0,30 0,30 слеция томат-чеснок-базелик 0,10 0,10 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5,00 масло подсолнечное 2,5% 5,00 5,00 масло подсолнечное 2,10 2,10 ческок сушеный 0,70 0,70 соль йодированная 0,50 0,50 масло подсолнечное 2,10 2,10 ческок сушеный 0,70 0,70 соль йодированная 0,50 0,50 масло подсолнечное 2,10 2,10 ческок сушеный 0,70 0,70 соль йодированная 0,70 0,70 соль йодированная 0,70 0,70 соль йодированная 0,70 0,70 сухари панировочные 7,00 6,00 лух репчатый очищенный 12,00 12,00 масло подсолнечное 13,40 13,40 соль йодированная 0,40 0,40 ческом сушеный 1,200 12,00 масло подсолнечное 13,40 13,40 соль йодированная 0,50 0,50 масло подсолнечное 1,50 0,50 0,50 масло подсолнечное 72,5% 5,00 5,00 чили Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральным (180/5) пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральным (180/20) пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральный соль йодированная посто болурованная посто болу	масло сладкосливоние 72,5% 2,00 20,00 1,00 1,00 1,00 1,00 1,00 1,0	масло сладкосливочное 72,5% 2,00 2,00 1,00 1,00 1,00 1,00 1,00 1,00

		caxap	0,10	0,10				
		соль йодированная	0,08	0,80				
TTK 000140	Чай ройбуш		2	00	0,00	0,00	0.00	0,01
		чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
TTK 000003	или Чай черный		20	00	0,00	0,00	0,00	0,01
		чай черный байховый	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный	and the second of the way of the	20	00	0,96	0,10	7,14	33,43
		чай гречишный	0,50	0,50				
TTK 0001358	или Чай с лимоном		20	00	0,06	0,01	4,21	18,39
		чай черный байховый	0,50	0,50				
		лимон свежий	8,00	7,00				
		caxap	4,00	4,00				
TTK 002910	Кондитерское изделие (печенье Тю витанимизированное или иная кон		3	0	2,75	1,76	12,76	89,76
	или Кондитерское изделие (печень							
TTK 001512	иная кондитерская продукция)				1,76	1,89	16,72	87,56
	или Кондитерское изделие 30г		2	2	1,76	2,40	12,76	89,76
	Фрукт (яблочные дольки или яблок	о, или банан, или	15	50	0,71	0,60	14,70	70,50
	или Фрукт вакуумной сушки							
	или Сухофрукты)				
TTK 000050, 000049, 000053	или Батончик из сухофруктов /бато натуральный/ сухофрукты в инд.уп		1	7	0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г		1:	25	0,00	0,00	14,37	57,50
	Хлеб ржаной		4	0	2,96	0,92	19,00	96
Итого за день			737,00		23,57	23,48	95,55	650,27
To Home			,		20,07	20,40	00,00	000,21

	Четырнадцатый день (3)						
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 000198	Рыба припущенная с маслом сливочным	11		21,52	5,78	0,68	139,55
	филе минтая замороженное на шкуре	149,96	133,47				
	лук репчатый очищенный	7,33 6,00	7,33 6,00				
	масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная	0,49	0,49	-			
			3,10				
TTK 000194	или Выба (пососоляя), прилименняя с местем одиления м			26,12	13,53	0,68	229,08
	или Рыба (лососевая) припущенная с маслом сливочным	11					
	филе горбуши замороженное (или иная)	145,84	129,80				
	филе кижуча замороженное	145,84	129,80				
	лук репчатый очищенный	7,33	7,33				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
TTV 004500	соль йодированная	0,49	0,49				
TK 001599	или Запеканка картофельная с минтаем (или горбушей)	20		15,24	5,66	29,93	219,3
	или минтай (филе) (или иная)	62,71	56,50				
	лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
		0,60	0,60				
	масло подсолнечное						
	соль йодированная	0,80	0,80				450.04
TTK 001315	Картофель отварной	15		3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50 5,00	154,50 5,00				
	масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 002665	или Картофель мятый	150		3,12	4,19	25,23	151,43
11.002000							
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски	15		3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40				
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
		0,13	0,13				
TTK 001317	соль йодированная или Картофельные шарики запеченые	0,44		3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001317	или Картофельные шарики мини запеченые	15		0,00	1,02	21,00	100,10
111001010	картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные		168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
						04.00	400.70
TTK 001873	или Пюре картофельное	120.20		3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30 4,14	128,30 4,14				
	масло сладкосливочное 72,5% молоко		23,70				
	соль йодированная		0,40				
TTK 003329	или Картофель тушеный	1:		2,70	5,48	20,35	142,21
	картофель гушеный картофель свежий очищенный		103,45				
	морковь свежая очищенная		30,45				
	лук репчатый очищенный		16,43				
	그들은 그리고 있는데 얼마나 나를 하는데 하는데 하는데 하는데 하는데 하는데 하는데 하는데 되었다.	5,00	5,00				
	масло подсолнечное						
	соль йодированная		0,46				
	соль йодированная	0,50	0,50				

TTK 001358	Чай с лимоном	20	00	0,06	0,01	5,21	22,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 001357	или Чай с апельсином	20	00	0,06	0,01	5,57	22,74
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
ттк	или Чай облепиховый с апельсином (или чай ягодно- фруктовый)	20	00	0,06	0,01	5,21	22,39
	облепиха с/м	10,00	10,00				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	2	0	0,20	14,50	0,28	132,20
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	1	0	0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	2	7	1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31	,5	2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб ржаной	4	.0	2,96	0,92	19,00	96
	Хлеб пшеничный	6	0	4,88	1,50	27,42	153,60
Итого за день		580,00		32,76	26,95	77,84	695,78

		Третья не,	деля				
Nº TK	Пятнадцатый день (3) Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак ТТК 001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (250/6)	25	0	0.05	0.00		
	паша моло тал дружов с маслом сливочным (250/6)	25	U	8,65	9,68	37,23	272,65
	крупа рис круглозерный	18,01	18,01				
	крупа пшено	18,01	18,01				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
TTI(004 704	соль йодированная или Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом	0,63	0,63				
TTK 001721	сливочным (250/2/6)	250	0	8,14	10,33	26,70	236,86
TTK 001720	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом	250	0				
	сливочным (250/2/6)			7,63	9,50	27,19	229,75
	хлопья овсянная (геркулес/5 злаков)	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
	клубника сублимированная	2,00	2,00				
TTK 001389	или Каша молочная пшенная с бананом и маслом сливочным	250	0	7,58	9,13	28,05	227,73
	крупа пшено	26,56	26,56				
	молоко пастеризованное 2,5%	148,75	148,75				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар	4,50	4,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	банан свежий	62,50	37,50				
TTK 001943	или Каша молочная рисовая с бананом и маслом сливочным	250)	6,40	8,23	38,58	254,60
	крупа рис круглозерный	25,00	25,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	127,78	127,78				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	4,50	4,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	банан свежий	83,35	50,00				
TTK 001716	или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и яблоком и						
111001710	маслом сливочным	250		8,05	10,26	24,51	227,57
TTK 001717	или Каша молочная геркулесовая "Царь" с клубникой и яблоком и маслом сливочным	250)	8,11	10,30	26,91	237,80
TTK 001718	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и	250		7,60	9,48	27.40	220.69
	маслом сливочным	200		7,00	9,40	27,40	230,68
TTK 001743	или Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным	250)	8,08	10,29	26,68	236,71
	хлопья Геркулес/5 злаков	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,55	5,55				
	соль йодированная	0,63	0,63				
	клубника (черника) сублимированная	1,25	1,25				
	яблоко сублимированное	1,25	1,25				
TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	250)	8,10	10,30	25,70	232,40
TTI/002250	Maria Vous Assessment F	250		7.50	0.50	26.10	225,30
TTK002358	или Каша молочная из 5 злаков с маслом сливочным	250	AND DESCRIPTIONS	7,50	9,50	26,10	225.50

	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным (250/6)	25		7,95	9,25	29,41	239,63
	крупа ячневая	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом сливочным (250/6)	25		8,51	9,83	30,39	247,73
	крупа пшено	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001724	или Каша молочная кукурузная с маслом сливочным (250/6)	25	0	7,61	9,24	31,80	247,73
	крупа кукурузная	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap:	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001725	или Каша молочная рисовая с маслом сливочным (250/6)	25		7,16	9,18	31,44	238,83
	крупа рис круглозерный	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
TTK 001726	соль йодированная	0,63 25	0,63	0.25	0.25	20.02	227 54
111 001720	или Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (250/6) крупа пшеничная	26,39	26,39	8,35	9,25	29,83	237,51
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 000148	Напиток теплый из шиповника	20		0,33	0,05	16,14	69,04
	плоды шиповника сухие	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
TTK 000149	или Напиток теплый из кураги	20	0	0,33	0,05	16,14	69,04
	курага	16,00	16,00				
	сахар	6,00	6,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000151	или Напиток теплый из сухофруктов	20		0,33	0,05	16,14	69,04
	смесь сухофруктов	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
TTK 000117,	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000117,	Творог обогащенный "Растишка" (клубника-абрикос, клубника- банан-вкус пломбир, лесные ягоды-персик груша)	4	5	2,88	1,58	5,31/5,36	46,80
TTK 000119							
	или Творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной			2,88	1,58	5,36	47,80
	упаковке)			2,00	1,00	0,00	47,00
TTK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	60	,	7,44	4,74	11 64	110 00
111002517	или Сырники из творога с малиновой начинкой			7,44	4,74	11,64	118,98
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или	15	0	0,71	0,60	14,70	70,50
	или Фрукт вакуумной сушки	7					
	или Сухофрукты	9					
TTK 000050, 000049,	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый						
000053	натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	1		0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г	12		0,00	0,00	14,37	57,50
TTK 000175	Блинчики	4:	2	1,48	2,69	9,67	69,92
	Блинчики без начинки быстрозамороженные	45,00	42,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	1,00	1,00				
	industry of the property of th	.,55	.,00				
	или Блинчики (треугольник)	6	0				
TTK 003339	или влинчики (треугольник)	THE RESERVE TO SERVE		2,42	4,35	13,23	101,74

	Блинчики без начинки (треугольник) быстрозамороженные	62	60				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 001139	или Блинчики "Ажурные"		60	2,42	4,35	13,23	101,74
	Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные	62	60				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 003330	или Оладьи		35	2,11	2,62	14,01	88,12
TTK 003331	или Оладушки домашние		45	2,72	3,75	18,03	138,34
TTK 003332	или Оладьи мини		25	1,01	1,41	10,01	61,01
TTK 003335	или Оладушки пышные с яблоком и морковью		30	1,51	1,67	1,71	67,97
TTK 002807	Молоко сгущенное с сахаром		20	1,40	1,70	11,20	66,00
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.		21	1,47	1,80	11,76	69,30
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г		10	0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев			0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев		20				
TTK 000213	или Джем лесные ягоды Махеев		20				
TTK 000254	или Блинчики с яблоком		60	2,42	5,55	29,43	173,74
	Блины фаршированные с яблоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000258	Блинчики с вареным сгущенным молоком	6	0,00	4,52	5,85	16,43	173,74
	Блины с вареным сгущенным молоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000256	Блинчики десертные с вишней	60,00		2,42	5,55	29,43	173,74
	Блины фаршированные десертные с вишней быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 002232	или Сэндвич с вареной сгущенкой	60		3,30	6,80	31,50	205,50
	Хлеб ржаной		40	2,96	0,92	19,00	97,20
	Хлеб пшеничный		40	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		685,00		18,78	13,83	110,66	658,59

	Шестнадцатый день (3)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто,	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 003094	Котлета мясная "По-деревенски"		90	11,13	11.02	14 22	202.70
111000004	- The state of the			11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":	108	108	-			
	свинина	25,80 25,80	25,50 25,50	-			
	лук репчатый	10,00	10,00				
	хлеб пшеничный	17,50	17,50				
	соль йодированная	0,50	0,50	-			
				-			
TTV 002055	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 002855	или Тефтели мясные запеченые		30	11,54	12,30	12,98	209,46
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные :	100	100				
	свинина	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				
	рис	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 002691	или Котлета мясная "Белорусская"		90	10,1	11,23	10,2	182,27
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":	102	102				
	Свинина	34,70	34,30				
	говядина	18,40	18,20				
	лук репчатый	12,00	12,00				
	картофель	35,00	35,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	6,00	6,00				
TTK 002781	или Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе		90	11,69	12,56	13,68	215,20
	масло подсолнечное	1,40	1,40		12,00	,	
	TTK 002780 п/ф тефтели мясные	100,00	100,00				
	свинина	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				
	рис крупа	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный		10				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная	0,40	0,40				
	соль йодированная	0,03	0,03				
TTK 002298	или Котлета мясная "По-домашнему"		90	13,60	15,08	10,80	236,47
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему":	108	108				
	свинина	59,90	59,30				
	говядина	11,40	11,30				
	товядина лук репчатый	11,00	11,00				
		0,50	0,50				
	соль йодированная						
	сухарь панировочный	15,00	15,00		44.00	44.00	200 70
	или Котлета мясная "Оригинальная"		90	11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	п/ф Котлета мясная "Оригинальная":		108				
	свинина		25,50				
	говядина		25,50				
	лук репчатый	10,00	10,00				
	лук реглагын						
	хлеб пшеничный	17,50	17,50				
		17,50	17,50 0,50				

TTV 004224	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 001331	Гречка отварная рассыпчатая	13		4,59	4,01	23,86	151,16
TTK 003288	крупа гречневая	35,00	35,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 003289	или Рис припущенный	13		3,69	3,32	35,84	172,66
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 001329	соль йодированная	0,48	0,48		0.00		450.40
TTK 001329	или Булгур припущенный крупа булгур	25.00		4,24	3,66	26,66	158,16
111000200	масло сладкосливочное 72,5%	35,00 4,33	35,00 4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001191	или Булгур с овощами (125/25)	15		5,55	5,23	34,60	209,92
	крупа булгур	41,95	41,95			.,,	200,02
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло растительное	1,41	1,41				
	соль йодированная	0,48	0,48				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,16				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
TTV 001100	соль йодированная	0,50	0,50	0.40		00 = 1	400
TTK 001189 TTK 003292	или Рис припущенный с овощами (125/25)	11 66		3,43	5,02	33,54	193,43
1111 003282	крупа рис лук репчатый очищенный	41,66 17,91	41,66 17,91				
	лук ретчатый очищенный морковь свежая очищенная	17,16	17,91				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001328	или Полба припущенная	13		5,17	4,15	30,21	178,57
	крупа полба дробленая пропаренная	41,99	41,99				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001327	или Перловка отварная с овощами (125/25)	15		4,03	5,02	27,80	175,41
TTK 003291	крупа перловая	37,72	37,72				,
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	лук репчатый очищенный	17,91	17,91				
	морковь свежая очищенная	17,16	17,91				
	масло растительное	1,41	1,41				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001356	или Плов с мясом (40/130)	0,40		12,75	13,71	34,17	308,19
TTK 001176	свинина мясная	69,46	59,20	12,13	10,1	34,17	300,13
TTK 003295	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная	10,40	10,40				
	лук репчатый очищенный	7,80	7,80				
	등급 살아 보고 있는데 그는데 있다. 그는 것 같은데 그 그들은 사람들이 되는데 그를 보고 있는데 그를 보고 있다.		2,60				
	масло подсолнечное томатная паста	2,60 4,16					
	чеснок сушеный		4,16				
	лавровый лист	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,10 0,61	0,10 0,61				
TTK 003434	или Плов ароматный из булгура с мясом (40/130)	17		14 27	12.47	20.07	202.04
TTK 003297				14,27	12,47	30,07	293,94
TTK 003297	свинина мясная крупа булгур	69,46 36,00	59,20 36.00				
. 11. 002070	보고 있는 것이 하고 있다. 이 경고의 프로그램 보고 있다면 하고 그렇게 있다. 그렇게 하는데 살아 없는데 그 나는데 그리고 있다면 하는데 없다면 하다 하다.		36,00				
	морковь свежая очищенная	14,87	14,87				
	лук репчатый очищенный	15,52	15,52				
	масло подсолнечное	1,22	1,22				
	чеснок сушеный	0,22	0,22				
	паприка молотая	0,17	0,17				
	базилик сушеный	0,22	0,22				
TTV 002425	соль йодированная	0,48	0,48	40.05	40.07	04.05	075.70
TTK 003435	или Плов ароматный с мясом (40/130)	60.46		12,85	12,07	31,35	275,76
TTK 002875	свинина мясная	69,46	59,20				
TTK 002876	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная	18,30	18,30				
	лук репчатый очищенный	19,10	19,10				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	чеснок сушеный	0,27	0,27				
	그 본 2000년 개통로 12일 1 22일 1일 2일 2일 2일 5일 2일	0,21	0,21				
	паприка молотая	0,21	0,-1				

	HANS TO ARREST CONTINUE OF THE TOTAL OF THE CONTINUE OF THE CO	0.49 0.40				
TTK 001707	соль йодированная или Каша гречневая с тушеным мясом и овощами (40/130)	0,48 0,48 170	12,72	21,22	20 60	257.00
TTK 003296	свинина тушеная в/с	56,00 56,0		21,22	28,60	357,98
	крупа гречневая	39,00 39,0				
	морковь свежая очищенная	13,78 13,7				
	лук репчатый очищенный	13,78 13,7				
	масло подсолнечное	1,73 1,73				
	соль йодированная	0,34 0,34				
TTK 001493	или Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами (40/130)	170	13,84	12,26	28,60	281,82
TTK 002223	говядина тушеная в/с	56,00 56,0				
	крупа гречневая	39,00 39,0)			
	морковь свежая очищенная	13,78 13,7	3			
	лук репчатый очищенный	13,78 13,7	3			
	масло растительное	1,73 1,73				
	соль йодированная	0,34 0,34				
TTK 000143	Напиток из свежих яблок	200	0,08	0,08	9,96	41,90
TTK 000170	или Напиток яблочный	200	0,08	0,08	9,96	41,90
	яблоки свежие	22,2 20				
	или яблоки с/м	20,00 20,00				
	caxap	8,00 8,00				
TTK 000166	лимонная кислота	0,20 0,20		0.40	40.05	40.50
TTK 000167	или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко) или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	200 200	0,13 0,13	0,10	10,25	42,50
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная и черная смородина) или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	200	0,13	1,88 0,10	8,10 10,13	40,75 42,00
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	200	0,13	0,10	9,75	43,25
TTK 001521	или Напиток смородиновый с яблоком	200	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001520	или Напиток яблочный со смородиной	200				
TTK 002344			0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	200	0,15	0,10	10,10	42,25
TTK 002343	или Напиток фруктово-ягодный с клюквой или Напиток яблочно-брусничный	200 200	0,13	0,08	10,43	42,50
TTK 002342	или Напиток яблочно-орусничный	200	0,15	0,10	10,25	43,25
TTK 000159	или Напиток из вишни	200	0,10	0,08	10,73	43,50
TTK 001132	или Напиток лимонный	200	0,25 0,23	0,13 0,03	9,93	40,70
TTK 001131	или Напиток апельсиновый	200	0,23	0,05	8,75 10,03	40,50 41,75
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00 25,00		0,03	10,03	41,73
	caxap	8,00 8,00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200,00	0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00 35,00				
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200,00	0,23	0,04	10,14	44,13
TTK 003066	или Напиток апельсиново-облепиховый		0,27	0,06	9,43	39,70
	основа для напитка облепиховая	25,00 25,00				
	апельсин	12,50 12,50)			
	лимоны	12,50 12,50				
TTK 003312	или Напиток брусничный	200,00	0,00	0,00	12,60	50,75
TTK 003315	Или Напиток смородиновый	200,00	0,00	0,00	12,95	51,80
TTIC 001474	основа для напитка клюквенная	35,00 35,00		JERRY (ALIV		
TTK 001474 TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	80	2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001465	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	80	2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001480	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко во г. Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	80 80	2,40	2,00	3,36	41,04
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	80	2,40 2,40	2,00	5,60	49,68
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	80	2,40	2,00 2,00	5,04 6,40	47,76 53,20
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	80	2,40	2,00	3,36	40,80
TTK 001496	Кефир	80	2,40	2,00	3,12	40,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	80	2,40	2,00	8,80	62,40
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001586	Кефир лимонный пай	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001624	Кефир клубничный	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	80	2,40	2,00	6,40	53,20
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001628	Кефир черничный пирог	80	2,40	2,00	7,20	56,40
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	80	2,24	2,00	6,40	53,20
TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	80	2,24	2,00	8,80	59,20

	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00	2,43	1,75	0,10	103,54
				-, 10	,,,,	0,10	100,54
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,	5	2,43	7,73	9,13 6,18	111,42 103,94
TTK 002000	или масло сладко-сливочное сливочное порционно или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		0,10 1,51	7,20 7,64	0,14	66,10
TTK 000043 TTK 002806	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10 10		0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	80		2,24	2,00	8,80	59,20

Семнадцатый день (3)

	Семнадцатый день (3)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 001355	Запеканка из творога	15	0	24,82	10,76	26,22	306,44
	творог 5%	100,00	100,00	24,02	10,70	20,22	300,44
	одия	4,10	4,10				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	кефир	30,00	30,00				
	сметана 10%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	сахар	8,00	8,00				
	-	15,00					
TTK 001404	крупа манная или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем	15,00	15,00	25,17	14,92	42,19	408,14
	творог 5%	94,33	94,24	25,17	14,32	42,13	400,14
	회가 가장 가장 보니 하는 다 맛을 시간을 데 보이면 하는 바람이 되었다. 나는 바람들이 보고 어느를 가 먹다면 하는데 했다.						
	яйцо	5,00	5,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	сахар	7,00	7,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,40	2,40				
	масло сладкосливочное 72,5%	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	хлопья овсяные Геркулес	14,40	14,40				
	крупа манная	15,00	15,00				
	ИЗЮМ	7,20	7,20				
	ванилин	0,25	0,25				
TTI(000017	абрикос сушеный	8,60	8,60				
TTK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	120.00		14,88	9,48	23,28	237,96
	сырники творожные п/ф	169,60	169,60				
TTK 002807	масло подсолнечное	1,00	1,00			44.00	
	Молоко сгущенное с сахаром	20		1,40	1,70	11,20	66,00
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.	21		1,47	1,80	11,76	69,30
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г	10)	0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев			0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев	20)				
TTK 000213	или Джем лесные ягоды Махеев						
TTK 000140	Чай ройбуш	20		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	чайный напиток Ройбуш	0,50 20	0,50	0.00	0.00	0.00	0.04
118 000003	или Чай черный чай черный байховый	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000139	или Чай гречишный	20		0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	0,50	0,50				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
TTK 001358	caxap	4,00	4,00	0.00	0.04	E 24	22.20
111 001336	или Чай с лимоном чай черный байховый	0,50	0,50	0,06	0,01	5,21	22,39
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	20)	0,20	14,50	0,28	132,20
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10)	0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,		2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
		10,00					
	масло сливочное		10,00	A ===	4.00	40.00	00
	Хлеб ржаной	40		2,76	1,36	16,32	90
	Хлеб пшеничный	40)	3,26	1,00	18,28	102,40
				32,44	29,32	72,30	697,05
Итого за день		470,00					The state of the s

Восемнадцатый день (4)

Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 001341	Печень тушеная с овощами (60/40)	90		15,59	5,19	6,80	137,15
	печень говяжья	103,10	85,20				
	томатная паста	2,00	2,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00		-		
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001342	или Печень по-строгановски (60/40)	9	0	15,97	6,39	8,10	154,74
	печень говяжья	103,10	85,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	сметана 10%	12,00	12,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	3,80	3,80				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TK 003340	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)	9		12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048	63,20				
		2,25	2,25				
	томатная паста						
	морковь свежая очищенная	8,00	8,00				
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25	2,25				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TK 003341	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (40/50)	9		13,01	13,93	5,11	197,44
	говядина	72,048	63,20				
	сметана 10%	18,75	18,75				
	лук репчатый очищенный	12,50	12,50				
	перец сладкий резанный замороженный	18,75	18,75				
	укроп свежий	0,85	0,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	чеснок свежий	0,80	0,75				
	соль йодированная	0,40	0,40			0.05	040.50
TK 002177	или Бефстроганов из мяса (50/40) говядина	9 87,80	63,20	12,71	15,87	3,85	212,52
	или свинина мясная	89,43	74,00				
	лук репчатый очищенный	24,00	24,00				
	сметана 10% мука пшеничная высшего сорта	12,00 2,00	12,00 2,00				
	мука пшеничная высшего сорта масло подсолнечное	1,28	1,28				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TK 001744	или Гуляш из говядины (40/50)	9	0	12,17	12,04	3,34	170,02
	говядина	72,32	63,20				
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	томатная паста	3,63	3,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001670	или Азу из говядины (40/50)	9	0	12,22	12,67	3,93	178,35
	говядина	72,048	63,20				

	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001347	Овощи тушеные	15	0	2,65	1,3	8,11	55,26
	капуста белокачанная свежая	150,00	120,00				
	морковь свежая очищенная	20,00	20,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
*							
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
TTK 003197	соль йодированная или Овощное рагу	0,50 150	0,50	2 20	4.05	24.44	125.25
111003197	картофель свежий очищенный	100,00	100,00	3,28	4,05	21,41	135,35
	картофоль свежкий очищенный капуста белокачанная свежая	63,00	50,00				
	лук репчатый очищенный	18,00	18,00				
	масло подсолнечное	3,50	3,50				
	мука пшеничная	1,20	1,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001169	или Рагу овощное	15	0	2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очищенный	117,00	117,00				
	морковь свежая очищенная	30,00	30,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003347	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	20		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	20	0	14,37	18,75	18,42	303,72
ТТК	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	20		14,21	10,53	17,86	223,60
	свинина мясная	89,43	74,00				
	картофель дольки/ картофель свежий очищенный	87,50	87,50				
	морковь свежая очищенная	37,50	37,50				
	лук репчатый очищенный укроп свежий	18,50 1,35	18,50 1,00				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,77				
TTK 003353	лавровый лист или Бигус с мясом (50/150)	0,01 20	0,01	15,13	18,68	13,69	206.22
11K 003033	свинина	89,43	74,00	10,10	10,00	13,09	286,33
	капуста белокачанная свежая	180,00	160,00				
	морковь свежая очищенная	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
TTI(004000	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001360	Цикорий с молоком	20		3,72	3,00	12,18	94,20
	цикорий натуральный растворимый молоко ультрапастеризованное 2,5%	3,00 120,00	3,00 120,00				
	caxap	6,00	6,00				
TTK 001359	или пофеиным напиток пурземе с цикорием и	20		3,87	3,00	11,88	98,94
	кофейный напиток растворимый	3,00	3,00				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	сахар	6,00	6,00				
	Кисломолочная продукция:						
TTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	16		4,80	4,00	10,08	95,52
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	16		4,80	4,00	0,00	95,52
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	16		4,80	4,00	10,08	82,08
TTK 001487 TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	16		4,80	4,00	6,72	99,36
T LK DUTAKK	Риженка м л ж / 5% орпепиха-имрирь 80 г	16	11	4,80	4,00	11,20	95,52

TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	160	4,80	4,00	10,08	106,40
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	160	4,80	4,00	12,80	81,60
TTK 001496	Кефир	160	4,80	4,00	6,72	80,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	160	4,80	4,00	6,24	124,80
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	160	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001586	Кефир лимонный пай	160	4,80	4,00	17,60	112,80
TTK 001624	Кефир клубничный	160	4,80	4,00	14,24	112,80
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	160	4,80	4,00	14,24	106,40
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	160	4,80	4,00	12,80	112,80
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	160	4,80	4,00	14,24	112,80
TTK 001628	Кефир черничный пирог	160	4,80	4,00	14,24	112,80
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	160	4,48	4,00	14,40	118,40
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	160	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	160	4,48	4,00	17,60	106,40
TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	160	4,48	4,00	12,80	118,40
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	160	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	160	4,48	4,00	17,60	118,40
	Хлеб пшеничный	80	6,53	2,00	36,56	204,80
Итого за день		680,00	33,60	18.24	94,55	689,81

Девятнадцатый день (4)

	Девятнадцатый день (4)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 001325	Чахохбили из филе куриного с свежими томатами (45/45)	90		14,38	4,20	3,90	111,09
TTK 003303	или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45)	90		14,00	4,20	3,30	111,03
TTK 003304	филе куриное	73,08	62,64				
	чеснок свежий	1,30	1,00				
	укроп сушеный	0,02	0,02				
	помидоры свежие/томаты зам.	19,38	19,00				
	томатная паста	5,30	5,30				
	лук репчатый очищенный	26,00	26,00				
	масло подсолнечное	1,60	1,60				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002809	или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90	CONTRACTOR CONTRACTOR	12,32	16,72	9,36	237,20
TTK 002808			96	12,52	10,12	3,30	231,20
111X 002000	п/ф из мяса птицы котлета	96					
	филе куриное	53,40	52,90				
	яйцо (или сухой яичный порошок)	3,00	3,00				
	хлеб пшеничный	7,00	7,00				
	сухари панировочные	7,00	6,00				
	лук репчатый очищенный	12,00	12,00				
	масло подсолнечное	13,40	13,40				
TTK 002001	соль йодированная	0,40	0,40	4407	0.05	4.00	400.47
TTK 002001	или Фрикасе из филе куриного (45/45)	90		14,87	9,25	4,20	160,17
TTK 002002	или Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45)	72.00		14,88	9,26	4,22	160,36
TTK 003305	филе куриное	73,08	62,64				
117 003306	сметана 10%	16,88	16,88				
	укроп свежий	1,47	1,13				
	лук репчатый очищенный	20,00	20,00				
	масло подсолнечное	0,90	0,90				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,63	5,63				
	мука пшеничная	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003306	итальянские (прованские) травы	0,20	0,20				
TTK 001955	или Наггетсы куриные "Хрустящие"	90		10,6	13,32	19,08	238,60
	филе куриное	56,10	55,60				
	яйцо	10,00	10,00				
	клетчатка	15,00	15,00				
	сухари панировочные	8,00	8,00				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 002993	Ежики из мяса птицы в сливочном соусе	90		11,54	12,30	12,98	209,46
TTK 002992	пф ежики из мяса птицы:	100,00	50.50				
	филе куриное	54,00	53,50				
	рис крупа лук репчатый очищенный	9,33 16,00	9,33 16,00				
	мука пшеничная	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 002994 соус сливочный	20,00					
	молоко	20,00	20,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	мука пшеничная	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
ETIC COAC AT	специя томат-чеснок-базелик	0,10	0,10				
TTK 001347	Овощи тушеные	15		2,65	1,3	8,11	55,26
	капуста белокачанная свежая	150,00	120,00				
	морковь свежая очищенная	20,00	20,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				

TTK 003197	или Овощное рагу	150		3,28	4,05	21,41	135,35
	картофель свежий очищенный	100,00	100,00				
	капуста белокачанная свежая	63,00	50,00				
	лук репчатый очищенный	18,00	18,00				
	масло подсолнечное	3,50	3,50				
	мука пшеничная	1,20	1,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001169	или Рагу овощное	15		2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очищенный	117,00	117,00	-,-,	0,00	22,01	100,14
	морковь свежая очищенная	30,00	30,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003307	или Жаркое "По- домашнему" с мясом птицы (50/150)	20		16,48	5,43	21,30	200,29
TTK 003308	или Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы (50/150)	20		16,48	5,43	21,30	200,29
	филе грудки	73,08	69,60		0,10	21,00	200,20
	картофель свежий очищенный/ картофель дольки очищенные	106,70	106,70				
	морковь свежая очищенная	23,20	23,20				
	лук репчатый очищенный	17,10	17,10				
	томатная паста	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003310	или Шурпа "По-деревенски" из мяса птицы (50/150)	20	0	12,8	8,19	17,19	194,45
TTK 003311	или Шурпа " По-домашнему" из мяса птицы (50/150)						
	филе грудкой	73,08	69,60				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	картофельные дольки/картофель свежий очищенный	81,66	81,66				
	морковь свежая очищенная	365,00	35,00				
	лук репчатый очищенный	17,26	17,26				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,19	0,19				
	лавровый лист	0,01	0,01				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003312	или Бигус с мясом птицы (50/150)	20		17,21	8,84	13,69	203,13
	филе грудкой	73,08	69,60				
	капуста белокачанная свежая	180,00	160,00				
	морковь свежая очищенная	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)	63	3	11,85	7,87	11,5	166,02
TTK 000190	или Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	24.00		10,1	7,71	17,12	178,38
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	34,00	34,00				
TTV 000000	сыр	19,00	19,00		2.05		
TTK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	16,		1,46	3,25	1,46	40,63
TTK 001065	или Сыр "Гауда" слайсы	29,	,U	7,77	7,31	0,00	96,86
TTK 001061	или Сыр твердый ("Российский") порционно	20.00	20.00	4,9	5,7	0	70,9
TTK 000043	Сыр твердый	20,83	20,00	0.00	44.50	0.00	400.00
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	20		0,20	14,50	0,28	132,20
TTK 002806 TTK 003116	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10		0,10	7,20	0,14	66,10
	или Тост с маслом сливочным (17/10)			1,51	7,64	9,13	111,42
	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,	,0	2,43	7,73	6,18	103,94
TTK 003417	Company of the Compan	17.00	47.00				
TTK 003417	хлеб тостовый пшеничный/ржаной масло сливочное	17,00 10,00	17,00 10,00				

TTK 003431	или Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда" (17/14,5/8,75)	4	.0	6,30	10,47	6,16	144,10
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17.00	17,00	0,00	10,41	0,10	144,10
	СЫР	14,50	14,50				
	масло сливочное	8,75	8,75				
TTK 000143	Напиток из свежих яблок	THE RELEASE	00	0,08	0,08	9,96	41,90
TTK 000170	или Напиток яблочный	20	NO CONTROL OF THE OWNERS OF	0,08	0,08	9.96	41,90
	яблоки свежие	22,2	20	0,00	0,00	3,30	41,30
	или яблоки с/м	20,00	20.00				
	caxap	8,00	8,00				
	лимонная кислота	0.20	0,20				
TTK 000166	или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	20		0,13	0,10	10,25	42.50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	20	00	0,13	1,88	8.10	40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	20	00	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	20	00	0,18	0,11	9,75	43,25
TTK 001521	или Напиток смородиновый с яблоком	20	00	0,13	0,10	10.13	42,00
TTK 001520	или Напиток яблочный со смородиной	20	00	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	20	00	0,15	0,10	10,10	42,25
TTK 002343	или Напиток фруктово-ягодный с клюквой	20	00	0,13	0,08	10,43	42,50
TTK 002342	или Напиток яблочно-брусничный	20	00	0,15	0,10	10,25	43,25
TTK 002341	или Напиток яблочно-клюквенный	20	00	0,10	0,08	10,73	43,50
TTK 000159	или Напиток из вишни	20	00	0,25	0,13	9,93	40,70
TTK 001132	или Напиток лимонный	20	00	0,23	0,03	8,75	40,50
TTK 001131	или Напиток апельсиновый	20	00	0,23	0.05	10.03	41,75
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00	25,00				
	caxap	8,00	8,00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200	,00	0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200	,00	0,23	0,04	10,14	44,13
TTK 003066	или Напиток апельсиново-облепиховый			0,27	0,06	9,43	39,70
	основа для напитка облепиховая	25,00	25,00				
	апельсин	12,50	12,50				
	лимоны	12,50	12,50				
TTK 003312	или Напиток брусничный	200	,00	0,00	0,00	12,60	50,75
TTK 003315	Или Напиток смородиновый	200	,00	0,00	0,00	12,95	51,80
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
	Хлеб ржаной	4	0	2,96	0,92	19,00	97,20
	Хлеб пшеничный	4	0	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		603,00		35,38	29,87	71.03	706,07

		Четвертая	неделя				
	Двадцатый день (4)	×					
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							Million Street
TTK 002298	Котлета мясная "По-домашнему"	90)	13,60	15,08	10,80	236,47
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему":		108				
	свинина говядина	59,90 11,40	59,30 11,30				
	лук репчатый	11,00	11,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	15,00	15,00	1			
TTK 002855	или Тефтели мясные запеченые	80		11,54	12,30	12,98	209,46
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные :	100	100				
		42,00	41,60				
	Свинина						
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				
	рис	9,33	9,33				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50	a a			
TTK 002781	или Тефтели мясные запеченые в томатно-	90		11,69	12,56	13,68	215,20
	сметанном соусе						
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные	100,00	100,00				
	Свинина	42,00 10,20	41,60 10,10				
	говядина лук репчатый очищенный		16,10				
		9,33	9,33				
	рис крупа мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный	10					
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная	0,40	0,40				
	соль йодированная	0,03	0,03				
TTK 003094	или Котлета мясная "По-деревенски"	90)	11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80	1,80				
	ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":		108				
	Свинина	25,80	25,50				
	говядина	25,80	25,50				
	лук репчатый	10,00	10,00				
	хлеб пшеничный		17,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 002691	или Котлета мясная "Белорусская"	90		10,1	11,23	10,2	182,27
	масло подсолнечное	1215年1月1日	1,80				
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":		102				
	свинина		34,30				
	говядина		18,20				
	лук репчатый	12,00	12,00				
	보다 10 전 보기 있다면 하다 10 전 10						

	картофель	35,00		35,00				
	соль йодированная	0,50		0,50				
	сухарь панировочный	6,00		6,00				
	или Котлета мясная "Оригинальная"		90		11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное	1,80		1,80				
	п/ф Котлета мясная "Оригинальная":	108		108				
	Свинина	25,80		25,50				
	говядина	25,80		25,50				
	лук репчатый хлеб пшеничный	10,00 17,50		10,00 17,50				
	соль йодированная	0,50		0,50				
	специи	0,80		0,80				
TTK 002194	сухарь панировочный или Мясо тушеное с овощами (50/40)	7,00	90	7,00	12,23	14,96	2,77	197,71
	свинина	89,43		74				
	томатная паста морковь свежая очищенная	1,8 6,40		1,8 6,40				
	лук репчатый очищенный	9,00		9,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,80		1,80				
	масло подсолнечное соль йодированная	1,60 0,32		1,60 0,32				
TTK 003340	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)		90		12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина томатная паста	72,048 2,25		63,20 2,25				
	морковь свежая очищенная	8,00		8,00				
	лук репчатый очищенный	11,25		11,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25		2,25				
	масло подсолнечное	2,00		2,00				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTK 003341	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (40/50)		90		13,01	13,93	5,11	197,44
	говядина	72,048		63,20				
	сметана 10%	18,75		18,75				
	лук репчатый очищенный	12,50		12,50				
	перец сладкий резанный замороженный	18,75		18,75				
	укроп свежий мука пшеничная высшего сорта	0,85 2,50		0,63 2,50				
	масло подсолнечное	1,88		1,88				
	чеснок свежий	0,80		0,75				
	соль йодированная	0,40		0,40				
TTK 002277	или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским		90					
	(50/40)			74.00	12,4	14,86	3,70	200,48
	свинина перец сладкий резанный замороженный	89,43 15,00		74,00 15,00				
	лук репчатый очищенный	10,00		10,00				
	масло подсолнечное	1,50		1,50				
	томатная паста	2,00		2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00		2,00				
	петрушка свежая	0,68		0,50				
	соль йодированная	0,32		0,32				
TTK 002184	или Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (50/40)		90		12,84	16,37	4,09	217,89
	свинина мясная	89,43		74,00				
	лук репчатый очищенный	10,00		10,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00		15,00				
	укроп свежая	0,68		0,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00		2,00				
	масло подсолнечное	1,50		1,50				
	сметана 10%	15,00		15,00				
	чеснок свежий	0,64		0,60				
	соль йодированная	0,32		0,32				
TTK 002665	Картофель мятый	1	50,0	0	3,12	4,19	25,23	151,43

	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40	-			
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001873	или Пюре картофельное	15	CONTRACTOR IN CONTRACTOR IN	3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30				,.
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски	15	0	3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40				
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
	соль йодированная	0,44	0,44				
TTK 001317	или Картофельные шарики запеченые	15		3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые	15				2.,00	100,10
	картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные	168,00	168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001315	или Картофель отварной	15		3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003329	или Картофель тушеный	15		2,70	5,48	20,35	142,21
	картофель свежий очищенный	103,45	103,45				
	морковь свежая очищенная	25,90	30,45				
	лук репчатый очищенный	20,70	16,43				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 003346	или Запеканка картофельная мясная (50/150)	20	0	15,78	18,62	29,93	354,01
	свинина	89,43	74,00				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	0,80	0,80				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003347	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	20	0	14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	20	0	14,37	18,75	18,42	303,72
ттк	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	20	1	14,21	10,53	17,86	223,60
	свинина мясная	89,43	74,00				
	картофель дольки/ картофель свежий очищенный	87,50	87,50				
	морковь свежая очищенная	37,50	37,50				
	лук репчатый очищенный	18,50	18,50				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,77				
TTK 000140	лавровый лист	0,01	0,01	0.00	0.00	0.00	0.04
1 1 N 000 140	Чай ройбуш чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	или Чай черный	20		0,00	0,00	0,00	0,01
	чай черный байховый	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный	20		0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	0,50	0,50				

TTK 001358	или Чай с лимоном	20	00	0,06	0,01	5,21	22,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 003298	Огурцы свежие	8		0,52	0,09	2,50	12,00
	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	3		0,60		2,70	13,20
TTK 001323	или Томаты черри	8	0	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,					
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,		0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 001161	или Огурцы свежие с зеленью	80,		0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	80,00				,.
	укроп	0,41	0,30				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80,		0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00			1,00	40,00
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	8		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	7	0	0,52	0,09	2,50	12,00
	морковь свежая очищенная	70,00	70,00				
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла,	8		0,66	2,00	1.04	24.75
	стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)			0,00	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	2	0	0,20	14,50	0,28	132,20
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	1	0	0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	2	7	1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31		2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб ржаной	6		4,44	1,38	28,50	144
Итого за день		562,00		21,88	35,24	67,31	676,11

		Четвертая	н неделя			t.	
	Двадцать первый день (4)					-	
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (250/6)	25	50	8,65	9,68	37,23	272,65
	крупа рис круглозерный	18,01	18,01				
	крупа пшено	18,01	18,01				
	молоко пастеризованное 2,5%	-	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%		6,00			ļ	
	caxap		5,00	-			
TTK 001721	соль йодированная или каша молочная геркулесовая с клуоникой и маслом	CALL PROPERTY AND ADDRESS OF THE PARTY.	0,63		20.00		
TTK 001721	яли паша молочная из э знаков с ютуоникой и мастом	25 25		8,14	10,33 9,50	26,70 27,19	236,86
111001720				7,63	9,50	21,19	229,75
	хлопья овсянная (геркулес/5 злаков)	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%		175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%		6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
	клубника сублимированная	2,00	2,00				
TTK 001389	или Каша молочная пшенная с бананом и маслом сливочным	25	0	7,58	9,13	28,05	227,73
	крупа пшено	26,56	26,56				
	молоко пастеризованное 2,5%		148,75				
	масло сладкосливочное 72,5% сахар		6,00 4,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	банан свежий		37,50				
TTK 001943	или Каша молочная рисовая с бананом и маслом сливочным	62,50 25		6,40	8,23	38,58	254,60
				0,40	0,23	30,30	254,00
	крупа рис круглозерный		25,00				
	молоко пастеризованное 2,5%		127,78				
	масло сладкосливочное 72,5%		6,00				
	caxap	4,50	4,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	банан свежий	83,35	50,00				
TTK 001716	или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом сливочным	25	0	8,05	10,26	24,51	227,57
TTK 001717	или Каша молочная геркулесовая "Царь" с клубникой и яблоком и маслом сливочным	25	0	8,11	10,30	26,91	237,80
TTK 001718	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным	25	i0	7,60	9,48	27,40	230,68
TTK 001743	или Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным	25	50	8,08	10,29	26,68	236,71
	хлопья Геркулес/5 злаков	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар		5,55				
	соль йодированная	0,63	0,63				
	клубника (черника) сублимированная	1,25	1,25				
	яблоко сублимированное	1,25	1,25				
TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	25		8,10	10,30	25,70	232,40
	или паша молочная геркулесовая с маслом сливочным	Books Con No.		0,10	10,30	25,70	202,40

TTK002358	или Каша молочная из 5 злаков с маслом сливочным	25	0	7,50	9,50	26,10	225,30
	крупа геркулес	22,23	22,23				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным (250/6)	25	0	7,95	9,25	29,41	239,63
	крупа ячневая	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом сливочным (250/6)	25	0	8,51	9,83	30,39	247,73
	крупа пшено	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001724	или Каша молочная кукурузная с маслом сливочным (250/6)	25	0	7,61	9,24	31,80	247,73
		27.70	27.70				
	крупа кукурузная	27,78	27,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001725	или Каша молочная рисовая с маслом сливочным (250/6)	25	0	7,16	9,18	31,44	238,83
	крупа рис круглозерный	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	caxap	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,63	0,63				
TTK 001726	или Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (250/6)	25	60	8,35	9,25	29,83	237,51
				0,00	0,20	20,00	201,01
	крупа пшеничная	26,39	26,39				
	молоко пастеризованное 2,5%	175,00	175,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	сахар	5,00	5,00				
TTK 000003	соль йодированная	0,63 20	0,63	0.00	0.00	0.00	0.04
111000003	чай черный байховый	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000140	или Чай ройбуш	20		0,00	0,00	0,00	0,01
11K 000140	чайный напиток Ройбуш	0,50		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000139	보고 있는데, B. M. H.	20	0,50	0.00	0.00	0.00	0.04
11000139	или Чай гречишный			0,00	0,00	0,00	0,01
	чай гречишный	0,50	0,50				
TTK 001358	или Чай с лимоном	20	0	0,06	0,01	5,21	22,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 000175	Блинчики	4:	2	1,48	2,69	9,67	69,92
	Блинчики без начинки быстрозамороженные	45,00	42,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	1,00	1,00				
TTK 003339	или Блинчики (треугольник)	4	5	2,04	2,57	14,41	87,62
	Блинчики без начинки (треугольник) быстрозамороженные	45	45				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 001139	или Блинчики без начинки	. 60	0	2,42	4,35	13,23	101,74
	Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные	62	60				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
TTV 002220	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 003330	или Оладьи	3:		2,11	2,62	14,01	88,12
TTK 003331	или Оладушки домашние	4		2,72	3,75	18,03	138,34
TTK 003332	или Оладьи мини	2	5	1,01	1,41	10,01	61,01
TTK 003335	или Оладьи с яблоком и морковью	31		1,51	1,67	1,71	67,97

TTK 002807	Молоко сгущенное с сахаром	20		1,40	1,70	11,20	66,00
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.	21		1,47	1,80	11,76	69,30
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г	10		0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев			0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев	20					
TTK 000213	или Джем лесные ягоды Махеев						
TTK 000254	или Блинчики с яблоком	60		2,42	5,55	29,43	173,74
	Блины фаршированные с яблоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000258	Блинчики с вареным сгущенным молоком	60,00)	4,52	5,85	16,43	173,74
	Блины с вареным сгущенным молоком быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 000256	Блинчики десертные с вишней	60,00		2,42	5,55	29,43	173,74
TK 000230				2,72	3,33	23,43	175,74
	Блины фаршированные десертные с вишней быстрозамороженные	60,00	60,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
TTK 002232	или Сэндвич с вареной сгущенкой	60		3,30	6,80	31,50	205,50
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный) 150 г	150		1,98	0,39	16,20	86,00
	или Фрукт вакуумной сушки	7					
	или Сухофрукты	9					
TTK 000050, 000049, 000053	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	. 17		0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г	125		0,00	0,00	14,37	57,50
TTK 001469	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами	80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTIC 004 400	или Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и	00					
TTK 001490	селеном	80		2,70	2,50	8,50	67,30
TTK 001491	или Молоко питьевое шоколадное обогащенное витаминами	80		2,32	2,00	9,36	64,72
TTK 001492	или Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами	80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001494	или Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном	80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTV 00140E	или Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами	80		246	2.00	6 90	E2 04
TTK 001495		00		2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001564	или Молоко ванильное с цикорием "Ванильный латте"	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Мороженое молочное ванильное с пребиотиком (продукт						
TTK 000058	сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по	55		1,98	3,41	11,39	86,90
	30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)						
TTK 000054	или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой и	55		245	2 50	12 01	00.00
11K 000054	пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)	55		2,15	3,58	13,81	99,00
	или Мороженое молочное ванильное с клубникой и						
TTK 000056	пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с 01.09.	55		1,43	2,64	14,41	86,90
	по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)						
TTK 000129	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос" (продукт сезонный -	70		0,42	3,15	13,58	84,00
1111 000129	выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)	70		0,42	J, 1J	13,36	04,00
	или Мороженое фруктовое "Сорбет Манго" (продукт сезонный -						
TTK 000130	выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще	70		0,11	0,21	18,20	74,90
	1 раза в 7-10 дней)						
	Хлеб ржаной	40		2,96	0,92	19,00	96,00
	Хлеб пшеничный	40		3,26	1,00	18,28	102,40

Двадцать второй день (4)

	Двадцать второй день (4)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак			12 1/1				
TTK 000198	Рыба припущенная с маслом сливочным	110		21,52	5,78	0,68	139,55
	филе минтая замороженное на шкуре	149,96	133,47				
	лук репчатый очищенный	7,33	7,33				
	масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная	6,00	6,00				
TTK 000194	или Рыба (лососевая) припущенная с маслом сливочным	0,49 11 0	0,49	26,12	13,53	0,68	229,08
	филе горбуши замороженное (или иная)	145,84	129,80	20,12	13,55	0,00	229,00
	филе кижуча замороженное (или инаж)	145,84	129,80				
	лук репчатый очищенный	7,33	7,33				
	масло сладкосливочное 72,5%	6,00	6,00				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001599	или Запеканка картофельная с минтаем (или горбушей)	200		45.24	E CC	20.02	240.20
1111001000				15,24	5,66	29,93	219,38
	или минтай (филе) (или иная)	62,71	56,50				
	лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001315	Картофель отварной	150	0	3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 002665	или Картофель мятый	150,	00	3,12	4,19	25,23	151,43
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски	150		3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40	3,20			.00,02
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
TTIC 004047	соль йодированная	0,44	0,44				
TTK 001317 TTK 001318	или Картофельные шарики запеченые	150 150		3,36	1,82	27,38	139,70
111001316	или Картофельные шарики мини запеченые картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные		168,00		10.5		
		168,00					
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001873	или Пюре картофельное	150	0	3,32	4,11	21,90	138,76
1111001070	картофель свежий очищенный	128,30	128,30	3,32	7,11	21,30	130,70
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003329	или Картофель тушеный	150		2,70	5,48	20,35	142,21
	картофель свежий очищенный	103,45	103,45				
	морковь свежая очищенная	25,90	30,45				
	лук репчатый очищенный	20,70	16,43				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,46	0,46				
		0,40	0,50				
TTV 001250	соль йодированная			0.00	0.04	F 04	20.00
TTK 001358	Чай с лимоном	200	U	0,06	0,01	5,21	22,39

	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00	/	(4		
	caxap	4,00	4,00				
TTK 001357	или Чай с апельсином	20		0,06	0,01	5,57	22,74
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
ттк	или Чай облепиховый с апельсином (или чай ягоднофруктовый)	20	0	0,06	0,01	5,21	22,39
	облепиха с/м	10,00	10,00				
	апельсин свежий	8,00	7,00				
	сахар	4,00	4,00				
TTK 001323	Томаты черри	8	0	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	3	0	0,60		2,70	13,20
TTK 003298	или Огурцы свежие	80)	0,52	0,09	2,50	12,00
	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,			0,10	2,10	14,40
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,		0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00	0,02	0,12	2,02	13,20
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 001161	или Огурцы свежие с зеленью	80,		0,54	0,09	2,55	12,28
11001101	огурцы свежие	81,60	80,00	0,54	0,03	2,55	12,20
	укроп	0,41	0,30				
	A STATE OF THE STA	0,-1	0,50				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80,		0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
	морковь свежая очищенная	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 003300	или Капуста квашенная с маслом	8	0	1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	caxap	1,00	1,00				
TTK 001503	или Морковные палочки	7		0,52	0,09	2,50	12,00
	• морковь свежая очищенная	70,00	70,00		.,	_,,,,	.2,00
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)	70,00	70,00				
		8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	10,80
	Хлеб ржаной	4		2,96	0,92	19,00	124
	Хлеб пшеничный	8		6,51	2,00	36,56	204,80
Итого за день		660,00		34,89	13,11	88,85	657,18

Двадцать третий день (4)

	Двадцать третий день (4)						
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 001677	Поджарка из мяса (45/45)	90		11,6	14,93	7,05	211,62
TTK 001976	свинина мясная	80,49	66,60				
	лук репчатый очищенный	67,50	67,50	1			
	масполодования в паста	8,43	8,43	-			
	масло подсолнечное	2,81	2,81		*	-	
	соль йодированная	0,45	0,45	less en la			
TTK 002194	или Мясо тушеное с овощами (50/40)	90		12,23	14,96	2,77	197,71
	свинина	89,43	74				
	томатная паста	1,8	1,8				
	морковь свежая очищенная	6,40	6,40				
	лук репчатый очищенный	9,00	9,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,80	1,80				
	масло подсолнечное	1,60	1,60				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 003340	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)	90	0,32	12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048	63,20	12,20		0,47	
	томатная паста	2,25	2,25				
	морковь свежая очищенная	8,00	8,00				
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25	2,25				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003341	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (40/50)	90		13,01	13,93	5,11	197,44
	говядина	72,048	63,20				
	сметана 10%	18,75	18,75				
	лук репчатый очищенный	12,50	12,50				
	перец сладкий резанный замороженный	18,75	18,75				
	укроп свежий	0,85	0,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	чеснок свежий	0,80	0,75				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002277	или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	90					
111 002277	(50/40)			12,4	14,86	3,70	200,48
	Свинина	89,43	74,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	томатная паста	2,00	2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	петрушка свежая	0,68	0,50				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 002184	или Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (50/40)	90		12,84	16,37	4,09	217,89
	свинина мясная	89,43	74,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	перец сладкий резанный замороженный	15,00	15,00				
	укроп свежая	0,68	0,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	сметана 10%	15,00	15,00				
	чеснок свежий	0,64	0,60				
	соль йодированная	0,32	0,32				

	томатная паста	3,63	3,63				
TTV 004245	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001345	или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	40/5		6,46	4,89	12,63	121,38
	СВИНИНА	64,34	59,20				
	перец сладкий резанный замороженный лук репчатый очищенный	18,75	18,75 12,50				
		12,50 1,88	1,88				
	масло подсолнечное томатная паста	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	Петрушка свежая	0,85	0,63				
		0,40	0,40				
TK 001346	соль йодированная или Мясо тушеное в сметане с перцем болгарским	40/5		6.06	7.76	40.00	440.00
11001340	свинина мясная	64,34	59,20	6,86	7,75	12,93	149,82
	лук репчатый очищенный	12,50	12,50				
	перец болгарский свежий	24,93	18,75				
	зелень свежая	0,85	0,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	сметана 10%	18,75	18,75				
	чеснок свежий	0,80	0,75				
	соль йодированная	0,40	0,75				
TK 002180	или Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (50/40)	90		12,12	14,32	2,53	190,43
	свинина мясная	89,43	74,00				. 50,40
	масло подсолнечное	0,96	0,96				
	лук репчатый очищенный	9,00	9,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,80	1,80				
	томатная паста	2,90	2,90				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TK 002177	или Бефстроганов из мяса (50/40)	90		12,71	15,87	3,85	212,52
	говядина	87,80	63,20				
	или свинина мясная	89,43	74,00				
	лук репчатый очищенный	24,00	24,00				
	сметана 10%	12,00	12,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	1,28	1,28				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 001744	или Гуляш из говядины (40/50)	90		12,17	12,04	3,34	170,02
	говядина	72,32	63,20				
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	томатная паста	3,63	3,63				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное соль йодированная	1,88 0,40	1,88				
TTK 002174	или Азу из мяса (50/40)	90	0,40	12,18	16,49	2.05	244 95
11002174	Свинина	89,43	74	12,10	10,49	2,95	211,85
	масло подсолнечное	3,13	3,13				
	лук репчатый очищенный	9,6	9,6				
	мука пшеничная высшего сорта	2	2				
	огурцы соленые	25,35	13				
	паста томатная	2	2				
	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 001670	или Азу из говядины (40/50)	90		12,22	12,67	3,93	178,35
	говядина	72,048	63,20				
		24.60	16.05				
	огурцы соленые без уксуса	31,69	16,25				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
TK 003197	Соль йодированная	0,40	0,40	2 20	405	24.44	405.0
11000107	Овощное рагу картофель свежий очищенный	150	100,00	3,28	4,05	21,41	135,3
	картофель свежии очищенный капуста белокачанная свежая	100,00 63,00					
	капуста белокачанная свежая лук репчатый очищенный		50,00				
		18,00	18,00				
	масло подсолнечное	3,50	3,50				

	мука пшеничная	1,20	1,20				
	томатная паста	2,40	2,40				
	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001347	или Овощи тушеные	150		2,65	1,3	8,11	55,20
	капуста белокачанная свежая	150,00	120,00				
	морковь свежая очищенная	20,00	20,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001169	или Рагу овощное	150		2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очищенный	117,00	117,00				
	морковь свежая очищенная	30,00	30,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TK 003347	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
TK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
ТК	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	201		14,21	10,53	17,86	223,60
	свинина мясная	89,43	74,00				
	картофель дольки/ картофель свежий очищенный	87,50	87,50				
	морковь свежая очищенная	37,50	37,50				
	лук репчатый очищенный	18,50	18,50				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,77				
	лавровый лист	0,01	0,01				
TK 003353	или Бигус с мясом (50/150)	200		15,13	18,68	13,69	286,33
	свинина	89,43	74,00				
	капуста белокачанная свежая	180,00	160,00	**************************************			
	морковь свежая очищенная	15,00	15,00				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TK 000148	Напиток теплый из шиповника	200	0,00	0,33	0,05	16,14	69,04
	плоды шиповника сухие	16,00	16,00	7,122		35.52.5	
	сахар	6,00	6,00			H)	
TTK 000149	или Напиток теплый из кураги	200		0,33	0,05	16,14	69,04
	курага	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 000151	или Напиток теплый из сухофруктов	200		0,33	0,05	16,14	69,04
	смесь сухофруктов	16,00	16,00				
	caxap	6,00	6,00				
	лимонная кислота	0,20	0,20				
TTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	80		2,40	2,00	5,04	95,52
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	80		2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	80		2,40	2,00	3,36	41,04
TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	80		2,40	2,00	5,60	49,68
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	80		2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	80		2,40	2,00	6,40	53,20
TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	80		2,40	2,00	3,36	40,80
TTK 001496	Кефир	80		2,40	2,00	3,12	40,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	80		2,40	2,00	8,80	62,40
TTK 001497	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	80		2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001586	Кефир лимонный пай	80		2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001624	кефир лимонный наи Кефир клубничный	80		2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001625	Кефир клуоничный Кефир печеное яблоко с корицей	80		2,40	2,00	6,40	53,20
TTK 001625	Кефир клубника-земляника	80		2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001626	HE PANT IN 1978년 1978년 1978년 1일 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	80		2,40	2,00	7,12	56,40
	Кефир земляника-ревень	80					56,40
TTK 001628	Кефир черничный пирог	80		2,40	2,00	7,20	
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	80		2,24	2,00	8,80 8,80	59,20 59,20
TTK 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун			2,24 2,24	2,00 2,00	6,40	53,20
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	80					

TTK 001741	Йогурт питьевой персик-манго	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	80	2,24	2,00	8,80	59,20
	Хлеб пшеничный	40	3,26	1,00	18,28	102,40
	Хлеб ржаной	40	2,96	0,92	19,00	96
Итого за день		600,00	23,20	20,20	77,38	709,93

Двадцать четвертый день (4)

	Двадцать четвертый день (4)		1177- 11				
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						有效用于	
TTK 001348	Скрембл с томатом свежим	150		14,55	16,57	2,95	220,58
	ория	102,50	102,50				
	помидоры свежие	15,30	15,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
TTV 001240	соль йодированная	0,40	0,40	- d			
TTK 001349	или Омлет запеченный с сыром	150		17,13	18,02	2,46	241,77
	яйцо	106,00	106,00				
	сыр твердый	10,00	9,60				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	44,00	44,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001350	или Омлет запеченный с сыром и помидорами	150		16,99	17,84	2,67	240,55
	·	104,5		10,55		2,01	240,00
	орийя	104,5	104,5				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	сыр твердый	10,00	9,60				
		42,75	42,75				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%						
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 000173	или Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	150)	15,69	19,69	2,61	251,58
	яйцо	112,50	112,50				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 000057	Какао с молоком	200	U. A. L.	7,23	5,73	11,06	131,14
	Какао - порошок	3,00	3,00		-,	,	
	молоко пастеризованное 2,5%	211,00	211,00				
		5,00	5,00				
TTK 001361	сахар или Какао молочный с 13 витаминами	200		122	2 45	0.00	91,70
111001301				4,32	3,45	9,98	91,70
	Какао - порошок витаминиз. Витошка	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	caxap	5,00	5,00				
TTK 001362	или Какао молочный с витамином С	200		4,32	3,45	9,98	91,70
	какао-порошок с витамином С	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	caxap	5,00	5,00				
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	10		0,10	7,25	0,14	66,10
	in entra Marcon Calle Complete entre Del XVIII (24 27 de 1 27 de 12 27 de 1	\$2.4.44.E5	CS SALE COMPA	0,10	1,20	0,14	00,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10		0,10	7,20	0,14	66,10
TTV 002116	WTW Toot a vice to a constant of (47/40)	27					
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		1,51	7,64	9,13	111,42
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,	5	2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин,	40					
	или сезонный)	100	,	0,47	0,40	9,80	47,00
	или Фрукт вакуумной сушки	7					
	или Сухофрукты	9					
TTK 000050, 000049	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый						
000053	натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	17		0,97	3,48	8,50	70,62
		12		0,00	0,00	14,37	57,50
	или Сок фруктовый 125 г	12					
TTI(004.47.4	или Сок фруктовый 125 г				0.00	5,04	47,76
TTK 001474	или Сок фруктовыи 125 г Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	80	California and Califo	2,40	2,00	3,04	
		80 80	MUSEUN BE				47.76
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	80		2,40	2,00	5,04	47,76
TTTK 001485 TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	80 80		2,40 2,40	2,00 2,00	5,04 3,36	41,04
TTTK 001485 TTK 001486 TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	80 80 80		2,40	2,00 2,00 2,00	5,04 3,36 5,60	41,04 49,68
TTTK 001485 TTK 001486 TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	80 80		2,40 2,40	2,00 2,00	5,04 3,36	41,04
TTTK 001485 TTK 001486 TTK 001487 TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	80 80 80		2,40 2,40 2,40	2,00 2,00 2,00	5,04 3,36 5,60	41,04 49,68
TTK 001474 TTTK 001485 TTK 001486 TTK 001487 TTK 001488 TTK 001489 TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г. Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	80 80 80		2,40 2,40 2,40 2,40	2,00 2,00 2,00 2,00	5,04 3,36 5,60 5,04	41,04 49,68 47,76

Распределение энергетической ценности (калорийности)

Суточная потребность в	Завтрак				
пищевых веществах (СаНПиН2.3/2.4.3590-20)	ккал	20-25%			
дни		(+/-5%)			
1	649	24			
2	665	24			
3	711	26			
4	692	25			
5	662	24			
6	687	25			
Итого:	678	25			
7	649	24			
8	662	24			
9	649	24			
10	657	24			
11	646	24			
12	680	25			
Итого	657	24			
13	650	24			
14	696	26			
15	659	24			
16	708	26			
17	697	26			
18	690	25			
Итого	683	25			
19	706	26			
20	676	25			
21	693	25			
22	657	24			
23	710	26			
24	666	24			
Итого	685	25			
Итого	676	25			