

Утверждаю:

Генеральный директор АО «Комбинат школьного питания «Центральный»»

кинатии

Тарасова И.Н.

« OL »

2025



# Цикличное 24-х дневное меню (примерное, вариативное) горячих завтраков для питания детей в общеобразовательных учреждениях в возрасте с 7 до 11 лет

Экспертное заключение № 34 от 2 сентября 2025, выданное ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области» (ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области») Холодильная, 57. Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92

Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; http://www.fguz-tyumen.ru ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001

**УТВЕРЖДАЮ** 

Главный врам (заместитель) ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 34

» сентября 2025 г.

### г. Тюмень

# Экспертное заключение

- Наименование услуги: экспертиза примерного цикличного 24-дневного меню горячих завтраков для питания детей в возрасте с 7 до 11 лет.
- Заявитель: АО «КШП «Центральный»; юридический адрес: 625031, г. Тюмень, проезд Шаимский, 14 а/2; ИНН 7202147150, ОГРН 1067203206938.
- Получатель: АО «КШП «Центральный»; юридический адрес: 625031, г. Тюмень, проезд Шаимский, 14 а/2; ИНН 7202147150, ОГРН 1067203206938.
- Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
  - Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:

На основании заявки №174772 от 04.08.2025г. рассмотрено представленное примерное 24-дневное меню горячих завтраков для питания детей в возрасте с 7 до 11 лет.

Нормативные документы, используемые экспертом при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Технико-технологические карты разработаны на основании:

- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (под. ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка - ТД ДеЛи, 2022).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания издание 2 ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (под. ред.В.А. Тутельяна и Г.Г. Онищенко, Издатель Научный центр здоровья детей, 2022).
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I,II,III,IV часть -Екатеринбург Средне – Уральское книжное издательство, 1995г. (№рец-1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург).

- 4. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1 Москва.: 2006г; (№ рец. -2006, Москва)
- 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№ рец. 1996).
- 6. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 3 часть М.: Хлебпродинформ, 1991 г (№ рец. 1999).
- 7. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 Москва, 2006г (№ рец. 2006, Москва).
- 8. Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной поддержке − Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (№ рец. − 2013, Пермь).
- 9. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть Пермь: Уральский институт питания, 2004г (№рец. -2004, Пермь).
- 10. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах М.: Хлебпродинформ, 2004г (№ рец. -2004).
- 11. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания М.Хлебпродинформ, 2002г (№ рец. -2002).

Представлена аннотация к меню горячих завтраков для возрастной категории 7-11 лет, накопительная ведомость, таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на прием пищи для обеспечения питанием детей, обучающихся в общеобразовательных организациях, где организатором питания выступает АО «Комбинат школьного питания «Центральный».

Для обеспечения здоровым питанием представлено примерное меню на 24 дня для возрастной группы детей в возрасте с 7 до 11 лет.

Примерное меню содержит информацию о перечне блюд по отдельным приемам пищи, количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде), весе блюда.

Приводятся ссылки на номера технико-технологических карт каждого наименования блюда.

На долю завтрака в среднем за 24 дня приходится 24% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 до 11 лет (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанной возрастной группы с 7 до 11 лет соответствует требованиям п. 8.1.2 (приложение 9, таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанной возрастной группы с 7 до 11 лет соответствует п. 8.1.2. (таблица 1, приложение 9) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

В меню включено несколько вариантов блюд в целях разнообразия и исключения их повторяемости, вариативность необходима в целях разнообразия и исключения их повторяемости в течении одного дня (на 1 и 2 комплексе) с учетом климатических, географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения при условии соотношения в рационе питания детей основных пищевых веществ.

В соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами используются следующие продукты:

№	Наименование продукта	Добавки, используемые для обогащения
п/п		
1	Соль йодированная	Йод
2	Молоко обогащенное	Йод, селен
3	Молоко витаминизированное	Витамины А, В1, В6, С
4	Кисломолочные продукты	Витамины А, В1, В2, С
5	Какао «Витошка» (13 витаминов)	Витамины А, Е, Д3,С,В1,В2,В6,В12,К1,РР, В5,В9, В7
6	Какао «Витошка» (с витамином С)	Витамин С
7	Мороженое с пребиотиком	Пребиотик
8	Печенье «Тюменочка»	PP,B6,B1, B2, B9, железо, Витамин C
9	Творожок «Растишка»	Кальций, Витамин Д3
10	Хлеб «Рябинушка»	Витамины В1, В2,В6,В9, РР, железо, кальций
11	Хлеб «Дарницкий»	Витамины В1, В2,В6,В9, РР, железо, кальций
12	Батон йодированный	Йод
13	Хлеб «Николаевский»	Йод
14	Кисель витаминизированный «Витошка»	Вит А, Е, Д3,С,В1,В2,В6,В12,К1,РР, В5,В9, В7, бета-каротин
15	Пастилки "Правильные сладости"	Магний, Калий, Кальций
16	Хлебцы гречневые	Витамины В1, В2,В6,РР, железо, фолиевая кислота
17	Сок фруктовый	Витамин С, железо, медь

В целях профилактики йододефицитных состояний у детей и подростков используется исключительно соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, а также во всех хлебобулочных изделиях и овощах вакуумной сушки.

В целях повышения витаминизации учтено использование витаминизированной, обогащенной микронутриентами и пребиотиком молочной и кисломолочной продукции, обогащенного витаминами хлеба.

Предусмотрена выдача замороженной молочной продукции «Мороженое молочное», при формировании меню учитывается сезонность выдачи данного продукта, а именно: с 01 сентября по 15 октября, а также весенне-летний период с 01 апреля до конца мая. Выдача мороженого возможна исключительно в установленный период и с учетом погодных условий, при резком понижении температуры выдача мороженого заменяется на молочную продукцию. Кратность выдачи в указанные периоды не чаще 1 раза в 10 дней. При включении в меню мороженого учитывается пищевая ценность продукта, которая идентична

молочной продукции, включённой в меню, с учетом корректировки массы продукта и общей пищевой ценности завтрака.

В меню включены овощи вакуумной сушки, технология приготовления которых позволяет высушить овощи с коэффициентом 1 к 10, т.е. упаковка 12г. сушёных овощей является полноценной заменой 120г. овощей. При сушке овощей используется высокоолеиновое масло и йодированная соль (0,5%).

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), в соответствии с п. 8.1.9. (приложение 6) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленное 24-дневное меню горячих завтраков для питания детей в возрасте с 7 до 11 лет, разработанное АО «КШП «Центральный», соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



О.М. Жеребко

### Аннотация

Цикличное 24-х дневное меню горячих завтраков разработано для питания детей в общеобразовательных учреждениях в возрасте 7-11 лет для организации бесплатного горячего питания обучающихся по образовательным программам начального общего образования.

Технико-технологические карты (ТТК) разработаны на основании Сборников технологических нормативов:

- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (под. ред.В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка- ТД ДеЛи,2022);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания издание 2 ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (под. ред.В.А. Тутельяна и Г.Г. Онищенко, Издатель Научный центр здоровья детей, 2022);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1 часть М.Хлебпродинформ, 1996г (№ рец. -1996);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 3 часть М.: Хлебпродинформ, 1991г (№рец. -1999);
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I,II,III,IV часть –Екатеринбург Средне Уральское книжное издательство, 1995г. (№рец-1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург):
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1 Москва.: 2006г; (№рец. -2006, Москва);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах М.: Хлебпродинформ, 2004г (№ рец. -2004)
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания -М.Хлебпродинформ, 2002г (№ рец. -2002);
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ интернатов, детски домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации Пермь, «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец. -2013, Пермь);
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, І часть, ІІ часть Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец. -2001, Пермь);

• Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 1часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№ рец.2011 Екатеринбург).

Нормы потребления рассчитаны в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7 таблица 2 «Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет»: для завтрака 25%. Количество продуктов, для полной достоверности потребления продуктов питания, сведено по массе нетто. Учтены допустимые отклонения от рекомендуемых норм питания +/-5%. Меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в соответствии с рекомендациями для организации питания детей в осенне-зимне-весенний период.

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности. Расчет проведен на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания» (модуль системы – разработка технологической документации с расчетом химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической ценности). Программный комплекс одобрен Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г).

В меню включено несколько вариантов блюд в целях разнообразия и исключения их повторяемости, вариативность необходима в целях разнообразия и исключения их повторяемости в течении одного дня (на 1 и 2 комплексе), кроме того, разнообразие выбора обусловлено религиозными предпочтениями. При внесении изменений в набор компонентов блюда основные органолептические показатели и специфика блюда не меняется. Так, в первом дне первой недели основное блюдо тефтели мясные и гречка отварная, т.е. крупяной гарнир и основное мясное блюдо, вариация замены данных блюд котлета мясная «По-домашнему» и рис припущенный либо замена мясного блюда с гарниром сложное блюдо - плов с мясом, где таже имеется часть крупяного гарнира и мясной компонент. Т.е. на белом фоне выделяется основное блюдо мясное и гарнир к нему, а далее предлагаются возможные вариации. В девятом дне второй недели предлагается сложное блюдо картофель с мясом - жаркое вариация замены данной комбинации блюда возможна как картофель отварной и котлета мясная, т.е. в этом случае обратная вариации замены сложное блюдо меняется на основное мясное блюдо и гарнир, которые учитывают набор компонентов сложного блюда. При внесении изменений в набор компонентов блюда основные органолептические показатели и специфика блюда не меняется, т.е. если стоит мясо с гарниром, то и сложное блюдо включает так же гарнирную и мясную часть аналогичную по количеству и компонентам.

Количество мясного компонента в рубленных мясных изделиях, а также изделиях из мяса птицы (котлеты, тефтели, биточки, шницели и т.п.) равно содержанию мясного компонента в блюдах из натурального мяса (гуляш, азу, поджарка и т.д.). Накопительная

ведомость по данным позициям сведена по нормам. Общий выход готовых блюд соответствует СанПиН2.3/2.4.3590-20.

В рыбных днях для вариативности включены блюда из рыбы из тресковых пород и лососевых, взаимозаменяемость при этом возможна только на блюда одной породы рыбы, к примеру минтай припущенный и картофельное пюре заменяется на запеканку картофельную с минтаем. Обусловлено это тем, что вылов минтая длится с января по апрель, а горбуши с июня по август. Соответственно, рыбная продукция закупается в разное время. Закупочная кампания по горбуше продлится до октября месяца. Так же включены утвержденные замены блюд из филе минтая -палочки, при этом выход блюдзамен увеличен до 150 г, содержание рыбного компонента идентично, пищевая ценность данных замен также соответствует.

Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения при условии соотношения в рационе питания детей основных пищевых веществ.

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по техникотехнологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технико-технологических картах.

Нормы вложения массы брутто рецептурах меню и технико-технологических картах рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Отруб говяжий (лопатка, шея, тазобедренная часть) или полуфабрикат замороженное
- Отруб свиной (тазобедренная часть, лопаточная часть) или полуфабрикат замороженное
- Мясо птицы и филе куриное замороженное
- Филе рыбы мороженное
- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре, протертой мякоти томатов, яиц куриных средней массы 40г.
- В меню предусмотрено использование фруктов в свежем виде, а также в сублимированном и сушеном виде.
- Овощи используются в очищенном виде (полуфабрикат), нормы рассчитаны в соответствии с сезонностью. Также следует учесть, что в меню включены овощи ваккумной сушки, технология сушки позволяет высушить овощи с коэффициентом 1 к 10, т.е. упаковка 12 г сушёных овощей является полноценной заменой 120 г

овощей, при этом в меню овощи либо овощные нарезки, закуски, салаты включены по 80 г. При сушке овощей используется высоолеиновое масло и йодированная соль (0,5%). Включение в рацион сушеных овощей не противоречит действующим санитарным нормам, о чем имеется подтверждение Новосибирского НИИ гигиены Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей человека.

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню указаны в граммах.

В соответствии с 2.12.1. СанПиН 2.3.2.1292-03 молоко, сливочное масло, мука, хлеб (кроме расфасованного и упакованного для длительного хранения), свежее мясо не используются консерванты.

Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов используется только после термической обработки. Консервированные, соленые огурцы используются без добавления уксуса. Свежезамороженные кукуруза, горошек проходят термическую обработку методом бланширования.

При приготовлении блюд соблюдается принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, пассеровка, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате или духовом шкафу, при приготовлении блюд не допускается жарка.

При кулинарной обработке необходимо строго соблюдать санитарноэпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- Рубленные полуфабрикаты (котлеты, биточки, тефтели и тп) из мясного, куриного или рыбного фарша, а также куски рыбы, мяса или курицы запекают при температуре не ниже +180С 20-25 минут.
- Омлеты и запеканки готовят в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 180-200С, готовое блюдо должно быть не более 3-4 см.
- Яйца перед использованием в любом виде обрабатывают в соответствии с санитарными правилами.
- Гарниры из риса и макарон варят в большом объеме воды без последующей промывки.
- Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд. Ежегодно норма потребления соли снижается в соответствии с рекомендациями ВОЗ.

Кисломолочные и молочные, а также иные готовые к употреблению скоропортящиеся продукты перед подачей выдерживают в закрытой потребительской упаковке при температуре окружающей среды (комнатной), но не более 1 часа.

Крупы перед использованием промывают проточной водой. Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытие промывают проточной водой и протирают.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру подачи не ниже +50С.

Первичная обработка овощей проводится в цехе (участке) первичной обработки овощей. Первичная обработка овощей (корнеплодов) включает сортировку, мытье и очистку. При обработке белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа. Очищенные овощи повторно промывают не менее 5 минут в проточной воде с использованием дуршлагов, сеток. Вторичная обработка овощей, предназначенных для приготовления салатов, холодных закусок, после промывания в условиях овощного цеха (цеха первичной обработки овощей), проводится в производственных ваннах холодного или, при его отсутствии, горячего цехов. Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок и салатов, без последующей термической обработки, выдерживают в 10% растворе поваренной соли (либо другим специализированным средством) с последующим ополаскиванием проточной водой. Обработка в солевом растворе осуществляется в условиях холодного, при его отсутствии, - горячего, цеха.

Вторичная обработка овощей, предназначенных для приготовления первых, вторых блюд, после промывания в условиях цеха первичной обработки овощей, проводится в производственных ваннах вторичной обработки овощей в цехе вторичной обработки овощей. В случае его отсутствия — в условиях горячего цеха. При использовании вакуумированных очищенных овощей, после вскрытия вакуумной упаковки, овощи подвергаются вторичной обработке в цехе вторичной обработки овощей, в случае его отсутствия — в условиях горячего цеха.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

Не допускается предварительная заготовка очищенного картофеля и других овощей с длительным замачиванием их в холодной воде более 2 часов. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов (при условии нанесении маркировки приготовления очищенных овощей с указанием даты и времени).

Отваренные для салатов и сырые обработанные овощи (целые) хранят в холодильнике «ГП» при температуре плюс 4 +/- 2 °C, срок годности в соответствии с ТТК (при условии нанесении маркировки приготовления отварных овощей и обработанных с указанием даты и времени).

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период с 1 марта допускается использовать только после термической обработки. Томаты и огурцы используется всегда свежий урожай. При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать правила: овощи закладывают только в кипящую воду, нарезав из перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда перед раздачей.

Обработка фруктов (сухофруктов), включая цитрусовые, ягод без последующей термической обработки проводится в следующей последовательности: сортировка, первичная обработка, вторичная обработка. Фрукты тщательно промыть под горячей водой в производственной ванне, допускается их замачивание с добавлением пищевой соды или без нее. Сухофрукты на 10-15 минут замочить в холодной воде, после слить воду и промыть под проточной холодной водой. Ягоды моют маленькими порциями. Бруснику, смородину, малину и др. помещают в сито, промывают проточной водой. Вторичная обработка фруктов, включая цитрусовые без термической обработки после промывания в условиях овощного цеха (цеха первичной обработки овощей) проводится в производственных ваннах холодного или, при его отсутствии, горячего цехов. Вторичная обработка фруктов, предназначенных для приготовления третьих блюд, после промывания условиях цеха первичной обработки овощей, проводится производственных ваннах вторичной обработки фруктов, овощей в цехе вторичной обработки овощей. В случае его отсутствия – в условиях горячего цеха.

Хранение готовой пищи не допускается. Реализация готовых блюд в течение 2-х часов после приготовления.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствие с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами используются следующие продукты:

N <u>º</u> п/п	Наименование продукта	Добавки, используемые для обогащения
1	Соль йодированная	Йод
2	Молоко обогащенное	Йод, селен
3	Молоко витаминизированное	Витамины А, В1, В6, С
4	Кисломолочные продукты	Витамины А, В1, В2, С
5	Какао Витошка (13 витаминов)	Витамины А, Е, Д3,С,В1,В2,В6,В12,К1,РР, В5,В9, В7
6	Какао Витошка (с витамином С)	Витамин С
7	Мороженное с пребиотиком	Претиотик
8	Печенье Тюменочка	PP,B6,B1, B2, B9, железо, Витамин C
9	Творожок Растишка	Кальций, Витамин ДЗ
10	Хлеб Рябинушка	Витамины В1, В2,В6,В9, РР, железо, кальций
11	Хлеб Дарницикий	Витамины В1, В2,В6,В9, РР, железо, кальций
12	Батон йодированный	Йод
13	Хлеб Николаевский	Йод
14	Кисель витаминизированный Витошка	Вит А, Е, Д3,С,В1,В2,В6,В12,К1,РР, В5,В9, В7, бетакаротин

15	Пастилки "Правильные сладости"	Магний, Калий, Кальций
16	Хлебцы гречневые	Витамины В1, В2,В6,РР, железо, фолиевая кислота
17	Сок фруктовый	Витамин С, железо , медь

В целях профилактики йододефицитных состояний у детей и подростков используется исключительно соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, а также во всех хлебобулочных изделиях и овощах вакуумной сушки.

В целях повышения витаминизации учтено использование витаминизированной, обогащенной микронутриентами и пребиотиком молочной и кисломолочной продукции, обогащенного витаминами хлеба.

Следует учитывать, что в меню включена замороженная молочная продукция «мороженное молочное», при формировании меню учитывается сезонность выдачи данного продукта, а именно: с 01 сентября по 15 октября, а также весенне- летний период с 01 апреля по конец мая. Выдача мороженного возможна исключительно в установленный период и с учетом погодных условий, при резком понижении температуры выдача мороженного заменяется на молочную продукцию. Кратность выдачи в указанные периоды не чаще 1 раза в 10 дней. Согласно приложению № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в перечне запрещенных продуктов мороженное использовать допускается. При включении в меню мороженного учитывается пищевая ценность продукта, которая идентична молочной продукции, включённой в меню, с учетом корректировки массы продукта мороженного и общей пищевой ценности завтрака. Данный продукт отмечен сайтом национальные проекты РФ в разделе «Национальный проект. Образование».

При составлении меню учтено:

- Рациональное распределение пищи в течении дня.
- Разнообразие пищи. Исключена повторяемость основных блюд в течении 3х дней. Вариативность необходима для того, чтобы не повторялось в течении недели.
- Суммарные объемы блюд по приемам пищи в соответствии с Приложением N 9.
   Таблица 3:

Показатели	12 лет и старше
Завтрак	500 -700

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских и мучных изделий дан в меню ориентировочно. При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских и мучных изделий.

Меню содержит обязательные вложения — титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу суммарных объёмов блюд по приемам пищи (в граммах не менее).

	Первый день (1)	Первая	неделя		ļ		
No TTIC		Брутто	1900	l con		Углево-	
Nº TTK	Наименование блюда	гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 002781	Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе		90	11,69	12,56	13,68	215,20
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные	100,00					
	свинина	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	лук репчатый очищенный	16,10	16,10				i -
	рис крупа	9,33	9,33		-		
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная ТТК 001146 соус томатно- сметанный	0,50	0,50				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта						
	мука пшеничная высшего сорта	0,75 0,40	0,75 0,40				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002855	или Тефтели мясные запеченые	0,03	80	44.54	40.00	40.00	000 40
1111 002000		4.40		11,54	12,30	12,98	209,46
	масло подсолнечное ТТК 002780 п/ф тефтели мясные :	1,40 100	1,40 100				
	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	10,1	11,20	10,2	102,27
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":	102	102				
		34,70	34,30				
	Свинина						
	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	1,80	1,80				
	ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":	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				
	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"		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		•		1848 N#04 15
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 003289	или Рис припущенный	-1	130	3,69	3,32	35,84	172,66
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00	45,00			00,01	1.2,00
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001329	или Булгур припущенный	0, 10	130	4,24	3,66	26,66	158,16
TTK 003290	крупа булгур	35,00	35,00	,,	0,00	20,00	100,10
000200	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001191	или Булгур с овощами (125/25)		150	5,55	5,23	34,60	209,92
	крупа булгур	41,95	41,95			- ,,-0	,,,,
	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	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					
	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 002870	крупа булгур	36,00	36,00				
	морковь свежая очищенная	14,87	14,87				
	лук репчатый очищенный	15,52					
	масло подсолнечное	1,22	1,22				

		0.00					
	чеснок сушеный	0,22	0,22				
	паприка молотая	0,17	0,17				
	базилик сушеный соль йодированная	0,22	0,22				
TTK 003435	или Плов ароматный с мясом (40/130)	0,49	0,49	42.05	40.07	24.25	075.70
TTK 003435		00.40		12,85	12,07	31,35	275,76
TTK 002876	ими при при при при при при при при при пр	69,46	59,20				
1111 002010	крупа рис пропаренный	43,33	43,33				
	морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный	18,30 19,10	18,30 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				
TTK 001707	или Каша гречневая с тушеным мясом и овощами			40.70			
	(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	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	0,04	200	0.00	0.00	0.00	0.04
111000140	President	0.50		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	чайный напиток Ройбуш <b>или Чай черный</b>	0,50	0,50	0.00			
111000000	чай черный байховый	0.50	200	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000139	или Чай гречишный	0,50	0,50 <b>200</b>	0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	0,50	0,50	0,30	0,10	1,14	33,43
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	0.40	7.00	0.44	CC 40
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)		27	0,10 1,51	7,20 7,64	0,14	66,10 111,42
	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)		31,5	2,43	7,73	9,13 6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00	2,43	,,,,	0,10	103,34
	масло сливочное	10,00	10,00				
TTK 001323	Томаты черри	.0,00	80	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		0,00				
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей		0,00	0,62	0,12	2,32	13,20
				0,02	0,12	2,02	10,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				
TTIC 00 ( 4 5 )	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 001161	или Огурцы свежие с зеленью		0,00	0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	80,00				
	укроп соль йодированная	0,41 0,30	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	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	2	20	1,48	0,46	9,50	48,00
	Хлеб пшеничный	4	10	3,26	1,00	18,28	102,40
	Итого	560,00		21,82	25,44	67,61	597,27

### Первая неделя

Второй день (1) Нетто. Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным TTK 001312 200 6.92 7,74 29.78 218,12 (200/5)крупа рис круглозерный 14.41 14,41 14.41 14.41 крупа пшено молоко пастеризованное 2.5% 140,00 140.00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5,00 caxap 4,00 4,00 соль йодированная 0,50 0.50 или Каша молочная геркулесовая с клубникой и TTK 001721 200 маслом сливочным (200/2/5) 8,26 6.51 21.36 189,49 или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и TTK 001720 200 маслом сливочным (200/2/5) 6.10 7,60 21,75 183,80 хлопья овсянная (геркулес/5 злаков) 17.78 17.78 молоко пастеризованное 2,5% 140,00 140.00 масло сладкосливочное 72,5% 5.00 5.00 caxap 4.00 4,00 соль йодированная 0.50 0,50 клубника сублимированная 2,00 2,00 или Каша молочная пшенная с бананом и маслом TTK 001389 200 6,06 7,30 22.44 182.18 сливочным (170/30) крупа пшено 21.25 21.25 молоко пастеризованное 2,5% 119,00 -119,00 масло сладкосливочное 72,5% 5.00 5.00 caxap 3,60 3,60 соль йодированная 0.40 0,40 банан свежий 50,00 30,00 или Каша молочная рисовая с бананом и маслом TTK 001943 200 5,12 30,86 6,58 203,68 сливочным (160/40) 20.00 20.00 крупа рис круглозерный молоко пастеризованное 2,5% 102.22 102.22 масло сладкосливочное 72,5% 5.00 5.00 caxap 3.60 3,60 0,40 0.40 соль йодированная банан свежий 66,68 40,00 или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и TTK 001716 200 6,44 8,21 19,61 182,06 яблоком и маслом сливочным (200/1/1/5) или Каша молочная геркулесовая "Царь" с TTK 001717 клубникой и яблоком и маслом сливочным 200 21,53 6,49 8,24 190,24 (200/2/5)или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и TTK 001718 200 7,59 21,92 6,08 184,55 яблоком и маслом сливочным (200/2/5) или Каша молочная геркулесовая с черникой и TTK 001743 200 6,46 8,23 21,34 189,37

яблоком и маслом сливочным (200/2/5)

	хлопья Геркулес/5 злаков	17,78	17,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	сахар	4,44	4,44				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	клубника (черника) сублимированная	1,00	1,00				
	яблоко сублимированное	1,00	1,00				
TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом	20		6,44	8,23	20,52	185,89
	сливочным (200/5) или Каша молочная из 5 злаков с маслом						
TTK002358	сливочным (200/5)	20	00	6,03	7,57	20,91	180,20
	крупа геркулес	17,78	17,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	сахар	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным (200/5)	20	00	6,36	7,40	23,53	191,70
	крупа ячневая	21,11	21,11				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом	20		C 04	7.00	04.04	400.40
111 001723	сливочным (200/5)			6,81	7,86	24,31	198,18
	крупа пшено	22,22	22,22				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	сахар	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001724	или Каша молочная кукурузная с маслом	20	00	6,09	7,39	25,44	198,18
	сливочным (200/5) крупа кукурузная	22,22	22,22				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001725	или Каша молочная рисовая с маслом сливочным	20	00	5,73	7,34	25,15	191,06
	(200/5) крупа рис круглозерный	21,11	21,11				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	или Каша молочная пшеничная с маслом						
TTK 001726	сливочным (200/5)	20	00	6,68	7,40	23,86	190,01
	крупа пшеничная	21,11	21,11				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTI 0015==	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001357	Чай с апельсином	0.50		0,06	0,01	4,57	18,74
	чай черный байховый	0,50 8,00	0,50 7,00				
	апельсин свежий	O.UU	7.00				

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	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 001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)	31	,5	6,22	4,13	6,04	87,16
TTK 000190	или Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	31	,5	5,3	4,05	8,99	93,65
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	сыр	14,50	14,50				
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				

TTK 003431	или Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и 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	14,50		14,50				
	масло сливочное	8,75		8,75				
TTK 001469	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами		80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001490	или Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и 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
TTK 001495	или Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами		80		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
TTK 000058	или Мороженое молочное ванильное с 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		1,98	3,41	11,39	86,90
TTK 000054	или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой и 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
TTK 000056	или Мороженое молочное ванильное с клубникой и 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		1,43	2,64	14,41	86,90

TTK 000129	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"(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)	70	0,42	3,15	13,58	84,00
TTK 000130	или Мороженое фруктовое "Сорбет Манго" (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)	70	0,11	0,21	18,20	74,90
	или Хлеб ржаной	20	1,46	0,26	7,28	37,4
	Хлеб пшеничный	40	3,26	1,00	18,28	102,40
	Итого	561,50	18,72	22,13	65,61	559,82

# Первая неделя

Третий день (1)

	Третий день (1)			T		<u> </u>	-
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							10.7
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		NAME OF TAXABLE PARTY.	1	
TTK 003306	сметана 10%	16,88	16,88				
	укроп свежий	1,47	1,13				
	лук репчатый очищенный		20,00				
	масло подсолнечное		0,90				
	масло сладкосливочное 72,5%		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	(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						
	чеснок свежии укроп сушеный	1,30 0,02	1,00				
	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				
TTI( 002000	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	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 сухари панировочные	7,00 7,00	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	или Наггетсы куриные "Хрустящие"	90		10,6	13,32	19,08	238,60
	филе куриное	56,10	55,60		,		
	одия	10,00	10,00				
	клетчатка	15,00	15,00				
	сухари панировочные	8,00	8,00				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
TTI( 002002	соль йодированная	0,80	0,80			40.00	
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				
	ТТК 002994 соус сливочный	20,0					
	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				
	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				
TTV 001247	соль йодированная	0,49	0,49				
TTK 001347	ил Овощи тушеные		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				
TTK 001169	соль йодированная или Рагу овощное	0,50	0,50	204	2.50	00.07	400 74
110001109	보고 보고 있는 사람들이 아니는 살이 없는 사람들이 되었다. 그는 사람들이 아니는 사람들이 살아보는 것이 없는 것이 없는 것이 없는 것이 없는 것이다.		50	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	00	16,63	8,97	21,37	233,06
TTK 003308	или Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы (50/150)	20	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)						_,,,,,
	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				4- 04			
1110003312	или Бигус с мясом птицы (50/150)	73,08	00	17,21	8,84	13,69	203,13
	филе грудкой		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				
	сахар	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
TTIC 001107	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				
TTK 000102	или Кисель витаминизированный клубника-лимон "Гарден"	20	00	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				
	сахар	6,00	6,00				
TTK 000113	или Кисель витаминизированный вишня-лайм "Гарден"	20	00	0,19	0,08	23,48	96,13
	вишня с/м	16,60	16,60				
	сок лимона	5,00	5,00				
	основа инстантная, витаминизированная Витошка	15,00	15,00				
	caxap	8,00	8,00				
TTK 000143	или Напиток из свежих яблок	20		0,08	0,08	9,96	41,90
				AT THE RESIDENCE OF THE PARTY O	CONTRACTOR OF THE PARTY OF THE		

TTK 000170	или Напиток яблочный	2	00	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)	2	00	0,13	0,10	10,25	42,50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	2	00	0,13	1,88	8,10	40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	2	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	2	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	21	00	0,23	0,05	10,03	41,75
	смесь ягодная (плодово-ягодная, фруктово-ягодная) с/м	25,00	25,00	0,20	0,00	10,00	41,73
	caxap	8,00	8,00				
TTK 003077	или Напиток клюквенный		0,00	0,00	0,00	12,60	50,75
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200	0,00	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	0,00	0,00	0,00	12,95	51,80
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
TTK 000117, TTK 000118.	Творог обогащенный "Растишка" (клубника-абрикос, клубника-банан-вкус пломбир, лесные ягоды-персик		5	2,88	1,58	5,31/5,36	46,80
TTK 000119	груша)	7	.5	2,00	1,50	5,51/5,56	40,00
	или Творожок в индивидуальной упаковке, творожный						
	десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в			2,88	1,58	5,36	47,80
TTK 002317	индивидуальной упаковке)					44.04	440.00
11K 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	0	0	7,44	4,74	11,64	118,98
	Кондитерское изделие (печенье Тюменочка	2	2				
TTK 002910	витанимизированное или иная кондитерская продукция)			2,75	1,76	12,76	89,76
TTK 001512	или Кондитерское изделие (печенье затяжное Мария или иная кондитерская продукция)	2	2	1,76	1,89	16,72	87,56
	Хлеб ржаной	2	:0	1,48	0,46	9,5	48
	Хлеб пшеничный		0	2,80	0,40	18,41	88,00
Итого за день		567,00		27,43	14,75	81,84	582,99

		Первая не	деля				
	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	16,00				
	ТТК 002523 п/ф котлета рыбная "Нежная"	102,00	102,00				
	филе минтая	41,40	41,00				
	филе грудки клетчатка	21,20 4,00	21,00 4,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	молочный белок		1,00				
	сухарь панировочный		6,00				
		0,30					
TTI( 000704	соль йодированная	THE RESERVED	0,30				
TTK 002701	или Котлета из белой рыбки	16.00		13,01	18,87	4,80	241,13
	масло подсолнечное ТТК 002700 п/ф котлета из белой рыбки	16,00 102,	16,00				
	филе минтая	49,50	49,00				
	яйцо	18,00	18,00				
	клетчатка	5,00	5,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	сухарь панировочный	9,10	8,10				
	соль йодированная	0,20	0,20				
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 сливочным (90/5)	90		21,37	11,07	0,56	187,43
	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	E 00				
	соль йодированная	0,40	5,00 0,40				
TTK 000211	или Тефтели рыбные	90		16,29	7,14	11,39	174,16
TTK 001201	горбуша (филе)	83,71	74,50				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	крупа рис	8,00	8,00				
	мука пшеничная высшего сорта	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001508	или Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	115,		12,95	7,42	19,09	196,29
	рыбные палочки (наггетсы)	136,35	136,35				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
TTK 000233	или Рыбные палочки из филе минтая (Халяль)	95		10,19	7,10	15,01	165,74
	рыбные палочки (наггетсы) в панировке	107,00	107,00			<b>3,3,</b>	
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	0,00	0,00				

TTK 001599	или запеканка картофельная с минтаем (или горбушей)		200	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		150	3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30	0,02	7,11	21,30	130,76
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 002665	или Картофель мятый	15	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		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				
TTK 001317	соль йодированная	0,44	0,44				
	или Картофельные шарики запеченые		50	3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые		50				
	картофель свежий очищенный/ шарики	168,00	168,00				
	пастеризованные						
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001315	или Картофель отварной		50	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		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				
TTI( 000000	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 000003	Чай черный		200	0,00	0,00	0,00	0,01
LUISA PORTE PO	чай черный байховый	0,50	0,50	no Serveniero ne			
TTK 000140	или Чай ройбуш		200	0,00	0,00	0,00	0,01
	чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный	2	.00	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай гречишный	0,50	0,50				
TTK 0001358	или Чай с лимоном		.00	0,06	0,01	4,21	18,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				10,00
	лимон свежий						
		8,00	7,00				
TTIC 000475	caxap	4,00	4,00				
TTK 000175	Блинчикии		42	1,48	2,69	9,67	69,92
	Блинчикии без начинки быстрозамороженные	45,00	42,00				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	1,00	1,00				
TTK 003339	или Блинчикии (треугольник)			0.04	0 ==		<b>~</b>
. IN 000000			45	2,04	2,57	14,41	87,62
	Блинчикии без начинки (треугольник)	45	45				
	fi introduction over the first term of the first						
	быстрозамороженные	0.50	0.50				
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
TTK 001139		1,00	0,50 1,00	2,42	4,35	13,23	101,74

	Блинчикии без начинки для фарширования	62		60				
	быстрозамороженные	0,50		0,50				
	Масло подсолнечное масло сладкосливочное 72,5%	2,00						
TTK 003330	или Оладьи	2,00	35	2,00	2,11	2,62	14,01	88,12
TTK 003331	или Оладушки домашние		45		2,72	3,75		
TTK 003332	или Оладьи мини		25		1,01	1,41	18,03	138,34
TTK 003335	или Оладушки пышные с яблоком и морковью		30		1,51	1,67	10,01	61,01
TTK 002807	Молоко сгущенное с сахаром		20		CONTRACTOR OF THE STATE OF THE	1,70	1,71	67,97
TTK 000122	или Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7г.		21		1,40	1,80	11,20	66,00
TTK 000133	или Мед натуральный в инд. уп. 10г		10		1,47		11,76	69,30
TTK 000220	или Джем клубничный Махеев		10		0,00	0,00	7,10	28,40
TTK 000214	или Джем абрикосовый Махеев		20		0,00	0,00	13,60	54,40
TTK 000214	или Джем лесные ягоды Махеев		20					
TTK 000254	или Блинчикии с яблоком		~^		0.40		00.40	470 74
TTR 000234	Блины фаршированные с яблоком быстрозамороженные	60,00	60	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 000258	Блинчики с вареным сгущенным молоком		50,00		4,52	5,85	16,43	173,74
	Блины с вареным сгущенным молоком быстрозамороженные	60,00		60,00	7,02	0,00	10,43	173,74
	Масло подсолнечное	0,50		0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00		2,00				
TTK 000256	Блинчики десертные с вишней	6	0,00		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
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)		150		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		125		0,00	0,00	14,37	57,50
SUSTANCE OF ANY STATE	Хлеб ржаной		20	real sist s	1,46	0,26	7,28	37,4
Итого за день		672,0			18,65	25,14	61,40	604,24

# Первая неделя

	Пятый день (1)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							AL SIZE SI
TTK 003435	Плов ароматный с мясом (40/130)	17	office.	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	ļ			
	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 000 101	соль йодированная	0,60	0,60				
TTK 003434	или Плов ароматный из булгура с мясом (40/130)	17	0	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				000,10
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				
	томатная паста	8,43	8,43				

	масло подсолнечное	2,81	2,81				
TTK 001676	соль йодированная или Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (40/50)	0,45 <b>9</b> (	0,45	0.00	44.00		
TTK 001070				9,86	11,90	3,16	161,45
1111 002 100	свинина мясная масло подсолнечное	71,54 1,20	59,20 1,20				
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25	2,25				
	томатная паста	3,63	3,63				
TTK 001671	соль йодированная или Бефстроганов из мяса (40/50)	0,40 <b>90</b>	0,40	10,55	12.40	4.04	405.04
TTK 002177	говядина	87,80	50,56	10,55	13,49	4,81	185,91
	или свинина мясная	71,543	59,20				
	лук репчатый очищенный	30,00	30,00				
	сметана 10%	15,00					
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	15,00 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	63,20				11.0,02
	лук репчатый очищенный	11,25	11,25				
	томатная паста	3,63	3,63				
		2,50					
	мука пшеничная высшего сорта масло подсолнечное	1,88	2,50 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	59,20		.0,21	0,00	110,14
	масло подсолнечное	2,5	2,5				
	лук репчатый очищенный	15	15				
	мука пшеничная высшего сорта	2,5	2,5				
	огурцы соленые	31,69	16,25				
	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	63,20				
	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				
	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				
TTV 002240	соль йодированная	0,32	0,32	40.05	40.47		
TTK 003340	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)	72.048		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	90		12.04	12.02	E 44	107.44
111(000041	болгарским (40/50)			13,01	13,93	5,11	197,44
	говядина	72,048	63,20				
	011070110 100/	18,75	18,75				
	сметана 10% лук репчатый очищенный	12,50	12,50				

		orden augusta	V 10-50-105			was a 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 чеснок свежий	1,88 0,80	1,88 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	200,48
	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 2,00				
	мука пшеничная высшего сорта						
	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 001331	или Гречка отварная рассыпчатая	1	30	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		130	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				
TTK 001329	или Булгур припущенный		130	4,24	3,66	26,66	158,16
11K 003290	крупа булгур	35,00	35,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 001191	соль йодированная или Булгур с овощами (125/25)	0,48	0,48 1 <b>50</b>	E EE	E 22	24.00	200.02
111001101		41,95		5,55	5,23	34,60	209,92
	крупа булгур масло сладкосливочное 72,5%	4,33	41,95 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		30	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	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 001161	Огурцы свежие с зеленью	80,0		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				
TTV 001333	чеснок свежий	0,40	0,10	0.70			
TTK 001323	Томаты черри	80		0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652 TTK 003298	или Кукуруза сладкая, бланшированная	30 80		0,60	0.00	2,70	13,20
111 003296	или Огурцы свежие			0,52	0,09	2,50	12,00
TTK 003299	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
118 003299	или Помидоры свежие	80,0					
TTV 001370	или помидоры свежие	81,63	80,00	0.00	0.40	0.00	
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,0		0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TTK 002006	Капуста свежая с маслом	80,0	00	0,13	4,01	1,69	43,50
	капуста белокончанная свежая	105,55	65,00	5,15	=,01	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	80		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00	.,	4,00	3,00	33,30
	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	0,32	0,03	2,50	12,00
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла,	70,00	70,00				
	стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)						
		8		0,66	2,00	1,04	24,75
				0,00	2,00		24,10
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23	0,06	1,32	
1111 001422					0.00		10 00
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или			1,20		1,32	10,80
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)			1,23		1,32	10,80
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)			1,20	,	1,32	10,80
	( 1000	15					20
	( 1000			0,71	0,60	14,70	70,50
	( 1000						20
	апельсин, или сезонный)	150	0				20
	апельсин, или сезонный) или Фрукт вакуумной сушки	15/	0				20
	апельсин, или сезонный)	150	0				20
TTK 000050,	апельсин, или сезонный) или Фрукт вакуумной сушки	15/ 7 9	0	0,71	0,60	14,70	70,50
TTK 000050, 000049, 000053	апельсин, или сезонный) или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты	15/	0				20
	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	15/ 7 9 17	0	0,71	0,60	14,70 8,50	70,50
000049, 000053	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый	15/ 7 9	0	0,71 0,97 0,00	0,60 3,48 0,00	14,70 8,50 14,37	70,50 70,62 57,50
000049, 000053	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника	156 7 9 17 124 200	0 5 0	0,71	0,60	14,70 8,50	70,50
000049, 000053	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие	15/ 7 9 17 12: 20/ 16,00	5 0 16,00	0,71 0,97 0,00	0,60 3,48 0,00	14,70 8,50 14,37	70,50 70,62 57,50
000049, 000053 TTK 000148	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие сахар	77 99 177 122 200 16,00 6,00	5 0 16,00 6,00	0,71 0,97 0,00 0,54	0,60 3,48 0,00 0,22	8,50 14,37 13,73	70,50 70,62 57,50 57,60
000049, 000053 TTK 000148	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие сахар или Напиток из кураги	7 9 17 12 20 16,00 6,00 200	5 0 16,00 6,00	0,71 0,97 0,00	0,60 3,48 0,00	14,70 8,50 14,37	70,50 70,62 57,50
000049, 000053 TTK 000148	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие сахар или Напиток из кураги	7 9 17 12 20 16,00 6,00 20 16,00	5 0 16,00 6,00 0 16,00	0,71 0,97 0,00 0,54	0,60 3,48 0,00 0,22	8,50 14,37 13,73	70,50 70,62 57,50 57,60
000049, 000053 TTK 000148	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие сахар или Напиток из кураги курага сахар	156 7 9 17 12: 20: 16,00 6,00 20: 16,00 6,00	5 0 16,00 6,00 0 16,00 6,00	0,71 0,97 0,00 0,54	0,60 3,48 0,00 0,22	8,50 14,37 13,73	70,50 70,62 57,50 57,60
	апельсин, или сезонный)  или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г или Сок фруктовый 125 г Напиток из шиповника плоды шиповника сухие сахар или Напиток из кураги	7 9 17 12 20 16,00 6,00 20 16,00	16,00 6,00 0 16,00 6,00 0,20	0,71 0,97 0,00 0,54	0,60 3,48 0,00 0,22	8,50 14,37 13,73	70,50 70,62 57,50 57,60

	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.	80	0	2,40	2,00	5,04	47,76
TTTK 001485	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	80	0	2,40	2,00	5,04	47,76
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	80	0	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	3	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 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
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	80	)	2,24	2,00	8,80	59,20
	Хлеб ржаной	20	)	1,48	0,46	9,50	48
•	Хлеб пшеничный	40		3,26	1,00	18,28	102,40
Всего за день		570,00		21,67	18,08	97,97	614,30

Первая	a 11	0.00	
Hepba	nn	еде.	171

	Шестой

	Шестой день (1)						
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 001348	Скрембл с томатом свежим	15	in	14,55	46.57	2.05	000 50
				14,55	16,57	2,95	220,58
	орий Р	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				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001349	или Омлет запеченный с сыром	15	50	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	15		16,99	17,84	2,67	240 55
				10,55	17,04	2,07	240,55
	одий при	104,5	104,5				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	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				
TTK 000173	или Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	15	0	15,69	19,69	2,61	251,58
	одия	112,50	112,50				
	에서 마스트웨어에 다양했다. (2012년 1일						
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
FTI( 00 1000	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001360	Цикорий с молоком	20		3,72	3,00	12,18	94,20
	цикорий натуральный растворимый	3,00	3,00				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	· caxap	6,00	6,00				
ΓΤΚ 001359	или Кофейный напиток "Курземе" с цикорием и молоком	200		3,87	3,00	11,88	98,94
	кофейный напиток растворимый	3,00	3,00				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	120,00	120,00	1000			
	caxap	6,00	6,00				
TTK 001161	Огурцы свежие с зеленью	80,0		0,54	0,09	2,55	12,28
111001101		81,60	80,00	0,54	0,09	2,55	12,20
	огурцы свежие						
	укроп	0,41	0,30				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	чеснок свежий	0,40	0,10				
TTK 001323	Томаты черри	80	0	0,70	0,16	2,15	14,40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	30	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	80,00					
	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				

1 1 K UU2UU6	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	8		1,42	4,08	3,66	59,30
	капуста квашеная	107,10	75,00		,,,,,	0,00	00,00
	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	0,02	0,03	2,50	12,00
	или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла, стручковая	7 0,00	70,00				
	фасоль, редька, микс овощной и тп)						
				0.00			
		8		0,66	2,00	1,04	24,75
TTI 004 400							
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3		1,23 0,10	0,06	1,32	10,80
TK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке		10		7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10	0	0,10	7,20	0,14	66,10
	Кисломолочная продукция:						
TTK 001474	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		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		4,80	4,00	6,72	99,36
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	16	0	4,80	4,00	11,20	95,52
TTK 001489	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	16	0	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	16	0	4,80	4,00	6,72	80,00
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	16	0	4,80	4,00	6,24	124,80
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	16	0	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001586	Кефир лимонный пай	16	0	4,80	4,00	17,60	112,80
TTK 001624	Кефир клубничный	16	0	4,80	4,00	14,24	112,80
TTK 001625	Кефир печеное яблоко с корицей	16	0	4,80	4,00	14,24	106,40
TK 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	16	0	4,48	4,00	14,40	118,40
TTK 001729	Йорилт пит, орой аблоко такууч	40	0				
11001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	16	•	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	160		4,48	4,00	17,60	106,40
TK 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
TK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	16	0	4,48	4,00	17,60	118,40
	Хлеб ржаной	14		1,02	0,18	5,10	26,18
	Хлеб пшеничный	20		1,63	0,50	9,14	51,20
Итого за день		634,00		26,36	31,59	42,14	566,06

		Вторая неделя			11		
	Седьмой день (2)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак ТТК 002701	Котлета из белой рыбки	90		13,01	18,87	4,80	241,13
	масло подсолнечное	16,00 16,00		13,01	10,07	4,00	241,13
	ТТК 002700 п/ф котлета из белой рыбки						
	филе минтая	49,50	49,00				
	яйцо	18,00	18,00				
	клетчатка	5,00	5,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	сухарь панировочный	9,10	8,10				
	соль йодированная	0,20	0,20				
TTK 002524	или 'Котлета рыбная "Нежная"	90	)	11,86	17,35	4,50	221,65
	масло подсолнечное	16,00	16,00				
	ТТК 002523 п/ф котлета рыбная "Нежная"	102,00	102,00				
	филе минтая	41,40	41,00				
	филе грудки	21,20	21,00				
	клетчатка	4,00	4,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	молочный белок	1,00	1,00				
	сухарь панировочный	7,00	6,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
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 сливочным (90/5)			21,37	11,07	0,56	187,43
	филе горбуши замороженное (или иная)	110.22					
	филе кижуча замороженное	119,32 119,32	106,20 106,20				
	лук репчатый очищенный	6,00	6,00				
		0,00	3,33				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 000211	или Тефтели рыбные	90		16,29	7,14	11,39	174,16
TTK 001201	горбуша (филе)	83,71	74,50				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	крупа рис	8,00	8,00				
	мука пшеничная высшего сорта	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001508	или Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	115,0	00	12,95	7,42	19,09	196,29
	рыбные палочки (наггетсы)	136,35	136,35				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
TTK 000233	или Рыбные палочки из филе минтая (Халяль)	95		10,19	7,10	15,01	165,74
	рыбные палочки (наггетсы) в панировке	107,00	107,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	0,30	0,30				

LLK 003344	макаронные изделия	55,47	55,47			Lts	
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001368	или Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным (135/10/5)	15	10	8,49	7,11	41,25	264,39
	макаронные изделия	57,60	57,60				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	СЫР	10,42	10,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003343	или Макароны в томатном соусе (135/15)	15		6,06	5,64	42,54	246,45
	макаронные изделия	57,60	57,60	0,00	٠,٠.		240,40
	помидоры свежие	8,16	8,00				
	томатная паста	5,80	5,80				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	caxap	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,08	0,80				
TTK 001369	или Макароны со сливочным маслом в томатном	15	i0	6,08	4,10	42,57	232,69
1111001000	coyce (135/15)			0,00	4,10	42,57	232,65
	макаронные изделия	57,60	57,60				
	помидоры свежие	8,16	8,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	сахар	0,10	0,10				
TTK 003342	соль йодированная или Макароны запеченные с сыром (135/10/5)	0,80 <b>15</b>	0,80	8,44	8,48	41 10	276 20
11K 003542		57,60		0,44	0,40	41,18	276,29
	макаронные изделия	5,00	57,60				
	масло подсолнечное		5,00				
	СЫР	10,42 0,80	10,00				
TTK 000143	соль йодированная Напиток из свежих яблок	20	0,80	0,08	0,08	9,96	41.00
TTK 000170	или Напиток яблочный	20		0,08	0,08	9,96	41,90 41,90
	яблоки свежие	22,2	20	0,00	0,00	3,30	41,50
	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,	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 000164	ghnoko)						
	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	20		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	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	20	0	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				

	100 Apr 44 (1994)					
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				
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или	100	0,47	0,40	9,80	47,00
	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
	Хлеб ржаной	20	1,48	0,46	9,50	48
Итого за день		540,00	20,86	24,05	73,79	599,73

или Хлеб ржаной

Хлеб пшеничный

Итого за день

## вторая неделя

20

40

441,50

0.68

1,00

17,51

8 16

18,28

64,69

45

102,40

568,50

1,38

3,26

34,78

Восьмой день (2) Нетто, Углево-No TK Наименование блюда Жиры, г Брутто, гр Белки, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 001355 Запеканка из творога 24.82 10.76 26.22 306 44 100.00 100.00 творог 5% 4.10 4.10 яйцо масло сладкосливочное 72,5% 5.00 5,00 30.00 30,00 кефир 5.00 сметана 10% 5,00 сухари панировочные 5,00 5,00 8.00 8.00 caxap крупа манная 15,00 15,00 TTK 001404 или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем 150 25.17 14,92 42.19 408.14 94.33 **творог** 5% 94 24 яйцо 5,00 5,00 5,00 5,00 сухари панировочные 7,00 caxap 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 крупа манная 15,00 изюм 7.20 7.20 0.25 ванилин 0.25 8.60 8.60 абрикос сушеный TTK 002317 120 или Сырники из творога с малиновой начинкой 14.88 9,48 23,28 237,96 сырники творожные п/ф 169.60 169,60 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. 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 или Джем лесные ягоды Махеев TTK 000213 TTK 000003 Чай черный 200 0,00 0,00 0,00 0,01 чай черный байховый 0,50 0,50 TTK 000140 или Чай ройбуш 200 0,00 0,00 0,00 0,01 чайный напиток Ройбуш 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 ипи Чай с пимоном 200 0,06 0,01 4,21 18,39 чай черный байховый 0,50 0,50 лимон свежий 8.00 7,00 4,00 4.00 caxap TTK 000190 Тост с сыром "Гауда" (17/14,5) 31,5 5,3 4.05 8.99 93,65 хлеб тостовый пшеничный/ржаной 17,00 17,00 14.50 14.50 сыр 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 0 70,9 4,9 5,7 20.83 20.00 сыр твердый

## Вторая неделя

Девятый день (2)

	Девятый день (2)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто,	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						19 Austr	
TTK 003347	Шурпа "По- деревенски" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)	20	01	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	1			-
	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 002855	лавровый лист	0,01	0,01	- National Property of the Control o			
111 002000	или Тефтели мясные запеченые	8	0	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	3,00				
TTK 002691	или Котлета мясная "Белорусская"	0,50 <b>9</b>	0,50	10,1	11,23	10,2	182,27
	масло подсолнечное	1,80	1,80		11,20	10,2	102,21
	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				
TTK 003094	сухарь панировочный или Котлета мясная "По-деревенски"	6,00 <b>9</b>	6,00	44 42	44.02	44 22	202.70
		1,80		11,13	11,02	14,33	202,79
	масло подсолнечное "По-деревенски":	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				
TTK 002298	сухарь панировочный	7,00	7,00				
111 002290	или Котлета мясная "По-домашнему"	9		13,60	15,08	10,80	236,47
	масло подсолнечное ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему":	1,80	1,80				
	ттк оботоо пиф котлета мясная тю-домашнему.	108 59,90	108 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"	9		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 002781	или Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе	9(	0	11,69	12,56	13,68	215,20
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
	ТТК 002780 п/ф тефтели мясные	100,00	100,00				
	СВИНИНА	42,00	41,60				
	говядина	10,20	10,10				
	товядина	16,10	16,10				

	рис крупа	9,33	9,33		No contract of		
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 001146 соус томатно- сметанный	1	0				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная	0,40	0,40				
TTK 001315	соль йодированная	0,03 <b>15</b>	0,03	244	4.24	25.25	452.04
1111001315	или Картофель отварной картофель свежий очищенный	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	150		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	15	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	18		3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые	15					
	картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные	168,00	168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
TTI 004070	соль йодированная	0,46	0,46				
TTK 001873	или Пюре картофельное	120.20		3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30				
	масло сладкосливочное 72,5% молоко	4,14 23,70	4,14 23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 003329	или Картофель тушеный	1!		2,70	5,48	20,35	142,21
11K 000025	картофель свежий очищенный	103,45	103,45	2,10	0,40	20,00	142,21
	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 0028584	или Жаркое "По-домашнему" с мясом (40/145)	18	35	11,9	12,57	19,38	240,87
TTK 002193	или Жаркое "По-домашнему" с говядиной (50/150)	20	00	14,18	12,03	19,38	242,49
TTK 003345	или Жаркое "По-деревенски" с мясом (50/150)	20	)0	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)	20		15,78	18,62	29,93	354,01
		00 10	74,00				
	свинина	89,43	1 4 14 14 14 14 14 14				
	картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный	160,00 11,00	11,00				
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5%	160,00 11,00 5,00	11,00 5,00				
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное	160,00 11,00 5,00 0,80	11,00 5,00 0,80				
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00	11,00 5,00 0,80 4,00				
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80	0.06	0.04	A 57	40.74
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная Чай с апельсином	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80	0,06	0,01	4,57	18,74
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная Чай с апельсином	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 20	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 00	0,06	0,01	4,57	18,74
	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная Чай с апельсином чай черный байховый апельсин свежий	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 20 0,50 8,00	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 0,50 7,00	0,06	0,01	4,57	18,74
TTK 001357	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная Чай с апельсином	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 20	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 00 0,50 7,00 4,00				
TTK 001357 TTK 0001358	картофель свежий очищенный лук репчатый очищенный масло сладкосливочное 72,5% масло подсолнечное сухари панировочные соль йодированная Чай с апельсином чай черный байховый апельсин свежий сахар	160,00 11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 20 0,50 8,00 4,00	11,00 5,00 0,80 4,00 0,80 00 0,50 7,00 4,00	0,06	0,01	4,57	18,74

	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				
		4.00	4,00				
TTK 001323	Томаты черри	4,00		0,70	0.16	245	14.40
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	3		C SWEAK WOULD BE	0,16	2,15	14,40
TTK 003298	или Огурцы свежие	8		0,60	0.00	2,70	13,20
111000200				0,52	0,09	2,50	12,00
TTK 003299	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	14,40
111 003233	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,	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	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	70	0				
				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
ΓΤΚ 001422	или Капуста морская Нори	3	5	1,23	0,06	1,32	10,80
TK 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	0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	2		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 пшеничный	4		3,26	1,00	18,28	102,40
	Хлеб ржаной	2		2,11	0,82	9,79	56,4
Итого за день		539,00		20,60	27,99	53,35	561,76

	Десятый день (2)				,		den er
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, кка.
Завтрак							
TTK 001325	Чахохбили из филе куриного с свежими томатами (45/45)	9	0	14,38	4,20	3,90	111,09
TTK 003303	или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45)	9	0				
TTK 003304	филе куриное	73,08	62,64				
	чеснок свежий		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"	9		12,32	16,72	9,36	237,20
TTK 002808	п/ф из мяса птицы котлета		96				
	филе куриное		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				
TTK 002001	или Фрикасе из филе куриного (45/45)	9	0	14,87	9,25	4,20	160,17
TTK 002002	или Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45)	9	0	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% мука пшеничная		5,63 2,50				
	соль йодированная		0,40				
TTK 003306	итальянские (прованские) травы		0,20				
TTK 001955	или Наггетсы куриные "Хрустящие"	90		10,6	13,32	19,08	238,60
	филе куриное		55,60				
	орийя		10,00				
	клетчатка		15,00				
	сухари панировочные		8,00				
	масло подсолнечное		0,60				
TTK 002993	соль йодированная Ежики из мяса птицы в сливочном соусе	0,80 <b>90</b>	0,80	11,54	12,30	12,98	209,46
TTK 002992	пф ежики из мяса птицы в сливочном соусе			11,54	12,30	12,30	203,40
	филе куриное		53,50				
	рис крупа		9,33				
	лук репчатый очищенный		16,00				
	мука пшеничная	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	ТТК 002994 соус сливочный	20,00					
	молоко		20,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	мука пшеничная		1,00				
	соль йодированная		0,30				
TTK 001329	специя томат-чеснок-базелик Булгур припущенный	The second second second	0,10 <b>30</b>	4,24	3,66	26,66	158,16
TTK 001329				7,24	3,00	20,00	100,10
111003280	крупа булгур	35,00	35,00				

	масло сладкосливочное /2,5%	4,33	4,33				
TTK 001331	соль йодированная или Гречка отварная рассыпчатая	0,48 <b>13</b>	0,48 <b>0</b>	4,59	4,01	23,86	151,16
TTK 003288	крупа гречневая	35,00	35,00	4,00	4,01	20,00	131,10
	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		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	0	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 соль йодированная	1,41 0,48	1,41 0,48				
TTK 001189	или Рис припущенный с овощами (125/25)	15	0,40	3,43	5,02	33,54	193,43
TTK 003292	крупа рис	41,66	41,66				
	лук репчатый очищенный морковь свежая очищенная	17,91 17,16	17,91 17,16				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTI/ 000004	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 чеснок сушеный	1,50 0,25	1,50 0,25				
	паприка молотая	0,20	0,20				
	базилик сушеный соль йодированная	0,25 0,50	0,25 0,50				
TTK 002888	или Плов ароматный с мясом птицы (50/150)	200		13,76	4,73	32,60	231,52
	филе грудки	72,45	69,00			02,00	201,02
	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		0,08	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	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		20	0	0,18			
TTK 000164	или Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) или Напиток смородиновый с яблоком	20			0,11	9,75	43,25
TTK 001521	или напиток смородиновый с яблоком или Напиток яблочный со смородиной	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001320	или папиток эолочный со смородиной или Напиток фруктово-ягодный с брусникой	20		0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или напиток фруктово-ягодный с орусникой или Напиток фруктово-ягодный с клюквой	20		0,15	0,10	10,10 10,43	42,25
. 11002040	или папиток 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		0,15	0,10	10,25	43,50
TTK 000159	или Напиток из вишни	20		0,25	0,13	9,93	40,70
TTK 001132	или Напиток лимонный	20		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	0,20		10,00	71,70
	set (e-1) ever e-1 caxap	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				
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,	00	0,00	0,00	12,60	50,75
TTK 003315	Или Напиток смородиновый	200,		0,00	0,00	12,95	51,80
	основа для напитка клюквенная	35,00	35,00				
TTK 000190	Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)	31,	5	5,3	4,05	8,99	93,65
TTK 001644	или Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)	31,	5	6,22	4,13	6,04	87,16
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	сыр	14,50	14,50				
TTK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	16,2	25	1,46	3,25	1,46	40,63
					0,20	1,40	40,00
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
TT/ 00/ 100	сыр твердый	20,83	20,00				
TTK 001469	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами	80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и						
TTK 001490	селеном	80		2,70	2,50	8,50	67,30
	или Молоко питьевое шоколадное обогащенное						
TTK 001491	витаминами	80		2,32	2,00	9,36	64,72
	или Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами						
TTK 001492		80		2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и						
TTK 001494	селеном	80		2,16	2,00	6,80	53,84
1111001101				2,10	2,00	0,00	33,04
TTK 001495	или Молоко питьевое клубничное обогащенное	80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001564	или Молоко ванильное с цикорием "Ванильный латте"						
111 001564		80		2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 000058	или Мороженое молочное ванильное с пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и	55		1,98	3,41	11,39	86,90
	с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)			.,00	0,11	11,00	00,00
	или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой						
TTK 000054	и 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	55		2,15	3,58	13,81	99,00
	л.оз. по толо, и с от.оч. по золоз, не чаще т раза в 7-то дней)						
	или Мороженое молочное ванильное с клубникой и						
TTK 000056	пребиотиком (продукт сезонный - выдается в период с	55		1,43	2,64	14,41	86,90
	01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)						
	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"(продукт						
TTK 000129	сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04.	70		0,42	3,15	13,58	84,00
	по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней) или Мороженое фруктовое "Сорбет Манго" (продукт						
TTK 000130	сезонный - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04.	70		0,11	0,21	18,20	74,90
	по 30.05. не чаще 1 раза в 7-10 дней)						
	Хлеб ржаной	20		1,46	0,26	7,28	37,4
	Хлеб пшеничный	40	)	3,26	1,00	18,28	102,40

		Вторая не	деля				
	Одиннадцатый день (2)			1			
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 002691	Котлета мясная "Белорусская"	00		40.4	44.00		400.0
111002031	масло подсолнечное	90 1,80	1,80	10,1	11,23	10,2	182,27
	ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская":		102				
	свинина	34,70	34,30				
8	говядина		18,20				
*:	лук репчатый	12,00	12,00				
	картофель	35,00	35,00				
, N	соль йодированная	0,50	0,50				) * C
TTI( 002055	сухарь панировочный	THE RESERVED	6,00	Carried Name and			4.24.363.03
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	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
	масло подсолнечное	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	10	)				
	сметана 10%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	0,75	0,75				
	паста томатная	0,40	0,40				
TTK 003094	соль йодированная	0,03	0,03	44.40	44.00	44.00	000 70
111003094	или Котлета мясная "По-деревенски"  масло подсолнечное	90 1,80	1,80	11,13	11,02	14,33	202,79
	ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски":	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 7,00	0,50				
TTK 002298	сухарь панировочный		7,00	12.00	15.00	10.00	226 47
111 002290	или Котлета мясная "По-домашнему"	1 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"		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 соль йодированная	17,50		17,50				
	специи	0,50		0,50 0,80				
	сухарь панировочный	7,00		7,00				
TTK 002194	или Мясо тушеное с овощами (50/40)	90.42	90	74	12,23	14,96	2,77	197,71
	свинина томатная паста	89,43 1,8		74 1,8				
	морковь свежая очищенная	6,40		6,40				
	лук репчатый очищенный	9,00		9,00				
	мука пшеничная высшего сорта масло подсолнечное	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)	0,02	90	0,02	12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048	}	63,20				
	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	,	10,00		101,11
	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 (50/40)		90		12,4	14,86	3,70	200,48
	Свинина	89,43		74,00	12,7	14,00	3,70	200,40
	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
		90.42		74.00				
	свинина мясная лук репчатый очищенный	89,43		74,00				
		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
	картофель свежий очищенный	128,30	1	128,30		8		

	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
TTI 00000F	соль йодированная	0,40	0,40	rod periterates			
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 соль йодированная	1,40 0,80	1,40 0,80				
TTK 003079	или Картофельные дольки по-деревенски		50	3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40	162,40	3,20	1,70	20,31	133,32
	масло подсолнечное	1,11	1,11				
	специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
TTK 001317	соль йодированная	0,44	0,44	0.00	4.00	07.00	400 70
TTK 001317	или Картофельные шарики запеченые или Картофельные шарики мини запеченые		50 50	3,36	1,82	27,38	139,70
1111 001010	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	3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
TTK 003329	соль йодированная или Картофель тушеный	0,80	0,80 <b>50</b>	2.70	E 40	20.25	442.24
11K 003329	картофель тушеный картофель свежий очищенный	103,45	103,45	2,70	5,48	20,35	142,21
	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)	2	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 003347	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	2	00	14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	2	00	14,37	18,75	18,42	303,72
ттк			01				
TIK	или Шурпа "По- домашнему" с говядиной (50/150)			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				
TTV 000140	лавровый лист	0,01	0,01	0.00	0.00	0.00	0.04
TTK 000140	Чай ройбуш чайный напиток Ройбуш	0,50	00 0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	или Чай черный		00	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай черный байховый	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный		00	0,96	0,10	7,14	33,43
		0 50	0.50				
TTK 0001358	чай гречишный или Чай с лимоном	0,50	0,50 <b>00</b>	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 003298	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 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	3	0	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,	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	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	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
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	1		0,10	7,25	0,14	
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное	1	0				66,10
	порционно			0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	2		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	4		2,96	0,92	19,00	97,20
	Хлеб пшеничный	4	0	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		570,00		17,00	23,60	53,74	598,74

## Вторая неделя

Двенадцатый день (2)

	Двенадцатый день (2)			,			
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 001341	Печень тушеная с овощами (60/40)	90		15,59	5,19	6,80	137,15
	печень говяжья	122 12	85,20	,,,,,,	0,10	0,00	101,10
	томатная паста		2,00	-			
	морковь свежая очищенная		10,00				
	лук репчатый очищенный		15,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
			0,40	-			
TTK 001342	соль йодированная	90		45.07	0.00	0.40	
1111001042	или Печень по-строгановски (60/40)			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				
TTK 002194	или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50)	90		12,25	12,17	3,47	172,17
	говядина	72,048	63,20				
	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				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем						
TTK 003340	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				
TTK 003341	чеснок свежий	0,80	0,75				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	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				
TTI 000077	соль йодированная	0,32	0,32				
TTK 002277	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	1,88	1,88				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	или Азу из говядины (40/50)	90		12,22	12,67	3,93	178,35
	говядина	72,048	63,20				
TTK 002184	огурцы соленые без уксуса	31,69	16,25				
TTK 002184	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				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	Овощное рагу	150	Statistics	3,28	4,05	21,41	135,38
	картофель свежий очищенный	100,00	100,00	-,	1,00	-1,11	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				
TTK 001345		2,40	2,40				
711001040	томатная паста						
	соль йодированная	0,49	0,49				
	или Овощи тушеные	150.00		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 001346	или Рагу овощное	15		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				
	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	20		14,37	18,75	18,42	303,72
	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	20		14,37	18,75	18,42	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				
TTK 001976	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				
TTK 002180	соль йодированная	0,80	0,77				
	лавровый лист	0,01	0,01				
	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				
TTK 002177	томатная паста	5,00	5,00				
	caxap	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	Какао с молоком	20		7 22	E 72	44.00	424.44
	25.00			7,23	5,73	11,06	131,14
	Какао - порошок молоко пастеризованное 2,5%	3,00	3,00				
		211,00 5,00	211,00 5,00				
TTK 001744	сахар или Какао молочный с 13 витаминами	5,00		4,32	3 15	0.00	04.70
				4,32	3,45	9,98	91,70
	Какао - порошок витаминиз. Витошка	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
		F 00	F 00				
	caxap	5,00	5,00				
	или Какао молочный с витамином С	20		4,32	3,45	9,98	91,70
	какао-порошок с витамином С	3,00	3,00				
TTK 002174		3,00 120,00 5,00	3,00 120,00 5,00				

	1.10mm 10mm 10mm 10mm 10mm 10mm 10mm 10m					
	Кисломолочная продукция:					
	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	160	4,80	4,00	10,08	95,52
	Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	160	4,80	4,00	0,00	95,52
	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблоко 80 г.	160	4,80	4,00	10,08	82,08
	Ряженка м.д.ж 2,5% персик-абрикос 80 г.	160	4,80	4,00	6,72	99,36
	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	160	4,80	4,00	11,20	95,52
	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	160	4,80	4,00	10,08	106,40
3000	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	160	4,80	4,00	12,80	81,60
	Кефир	160	4,80	4.00	6,72	80,00
	Снежок м.д.ж. 2,5%	160	4,80	4,00	6,24	124,80
	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	160	4,48	4.00	17,60	118,40
	Кефир лимонный пай	160	4,80	4,00	17,60	112,80
	Кефир клубничный	160	4,80	4,00	14,24	112,80
ГТК 003197	Кефир печеное яблоко с корицей	160	4,80	4.00	14,24	106,40
	Кефир клубника-земляника	160	4,80	4,00	12,80	112,80
TTK 003197	Кефир земляника-ревень	160	4,80	4,00	14,24	112,80
	Кефир черничный пирог	160	4,80	4,00	14,24	112.80
	Йогурт питьевой клубника-земляника	160	4,48	4,00	14,40	118,40
	Йогурт питьевой яблоко-тархун	160	4,48	4,00	17,60	118,40
	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	160	4,48	4.00	17,60	106,40
	Йогурт питьевой персик-манго	160	4,48	4,00	12,80	118,40
	Йогрут питьевой с черникой	160	4,48	4.00	17,60	118,40
	Йогрут питьевой печеное яблоко	160	4,48	4,00	17,60	118,40
TTK 001347	Хлеб ржаной	20	1,48	0.46	9.50	48,00
	Хлеб пшеничный	20	1,63	0,50	9,14	51,20
		620,00	34.01	19,93	67,99	598,36
		148.092 III. 4411 8541 4			(,00,000)	,

Третья неделя	7	еля	Д	не	ья	ет	q	1
---------------	---	-----	---	----	----	----	---	---

Тринадцатый день (3)

	Тринадцатый день (3)						
Nº 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	5	17,71	8,10	40,05	304,24
	филе куриное	73,08	62,64				
	сыр	10,42	10,00				//-
	макаронные изделия	53,30	53,30				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	паста томатная помидоры свежие	2,10	2,10				
	сахар		0,20	1		1	
	масло подсолнечное	2,10	2,10				
	чеснок сушеный		0,10				
	соль йодированная	1,00	1,00				
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)	90	)	14,88	9,26	4,22	160,36
		70.00	00.04				
TTK 003305	филе куриное		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)	9(	)	14,38	4,20	3,90	111,09
TTK 003303	или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45)	90	j .				
TTK 003304	филе куриное	73,08	62,64				
	чеснок свежий		1,00				
	укроп сушеный	0,02	0,02				
	помидоры свежие/томаты зам.		19,00				
	томатная паста		5,30				
	лук репчатый очищенный		26,00				
	масло подсолнечное соль йодированная		1,60 0,40				
TTK 001354	или Бедро куриное (филе бедра) запеченное	9		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"	91	0	10,6	13,32	19,08	238,60
	филе куриное	56,10	55,60				
	орийя		10,00				
	клетчатка		15,00				
	сухари панировочные	8,00	8,00				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	соль йодированная		0,80				
TTK 002993	Ежики из мяса птицы в сливочном соусе	9		11,54	12,30	12,98	209,46
TTK 002992	пф ежики из мяса птицы:						
	филе куриное		53,50				
	рис крупа		9,33				
	лук репчатый очищенный		16,00				
	мука пшеничная		5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				

	і і к 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				
	специя томат-чеснок-базелик	0,10	0,10				
	молоко пастеризованное 2,5%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	2,10	2,10				
	чеснок сушеный	0,70	0,70				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 002809	или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	9		12,32	15,32	9,36	225,13
TTK 002808	7/h 10 M200	06	00				
11K 002808	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				
TTK 001078	или Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом	18		12.55	26.62	42 E7	202.40
	сливочным (180/5)			13,55	36,63	43,57	393,10
	пельмени из мяса птицы п/ф	150,00	150,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	лавровый лист	0,01	0,01				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
TTK 001151	или Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом и соусом натуральным (180/20)	20	00	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	2					
TTK 001363	или Макароные изделия отварные	13	30	5,82	4,24	39,73	221,70
TTK 003344	макаронные изделия	55,47	55,47				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003342	или Макароны запеченные с сыром (135/10/5)	15	50	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				
TTK 001368	или Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным	15	50	8,49	7,11	41,25	264,39
	(135/10/5)						
	макаронные изделия	57,60	57,60				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	Сыр	10,42	10,00				
TTV 0000 to	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 003343	или Макароны в томатном соусе (135/15)	15	50	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				
	сахар	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,08	0,80				
TTK 001369	или Макароны со сливочным маслом в томатном соусе (135/15)	15	50	6,08	4,10	42,57	232,69
	макаронные изделия	57,60	57,60				
	помидоры свежие	8,16	8,00				
	томатная паста	5,00	5,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	Micoro Hogoomeanoe	-,00	_,00				

	Caxap	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,08	0,80				
TTK 000140	Чай ройбуш	20	0	0,00	0,00	0,00	0,01
	чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
TTK 000003	или Чай черный	20	0	0,00	0,00	0,00	0,01
	чай черный байховый	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный	20	0	0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	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				
	сахар	4,00	4,00				
TTK 002910	Кондитерское изделие (печенье Тюменочка витанимизированное или иная кондитерская продукция)	30	)	2,75	1,76	12,76	89,76
TTK 001512	или Кондитерское изделие (печенье затяжное Мария или иная кондитерская продукция)			1,76	1,89	16,72	87,56
	или Кондитерское изделие 30г	22	2	1,76	2,40	12,76	89,76
	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, 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	12	5	0,00	0,00	14,37	57,50
	Хлеб ржаной	20		1,46	0,26	7,28	37,4
Итого за день		717,00		22,07	22.82	83.83	591,67

хлеб тостовый пшеничный/ржаной масло сливочное Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	17,00 10,00 20		0,14 3,26	0,24	9,16 18,28	44,40 102,40
масло сливочное	10,00	10,00				
хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,	,5	2,43	7,73	6,18	103,94
или Тост с маслом сливочным (17/10)	27	7	1,51	7,20	9,13	66,10 111,42
или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10	0	0.40	7.20	0.44	66.40
Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке			0,10	7,25	0,14	66,10
апельсин свежий сахар	8,00 4,00	7,00 4,00				
облепиха с/м	10,00	10,00				
фруктовый)	20	0	0,06	0,01	5,21	22,39
сахар	4,00	4,00				
апельсин свежий	8,00	7,00				
чай черный байховый	0,50	0,50				
или Чай с апельсином			0,06	0,01	5,57	22,74
сахар	4,00	4,00				
			0,06	0,01	5,21	22,39
соль йодированная	0,50	0,50				
соль йодированная	0,46	0,46				
масло подсолнечное	5,00	5,00				
лук репчатый очищенный	20,70	16,43				
морковь свежая очищенная	25,90	30,45				
картофель свежий очищенный	103,45	103,45	-,10	0,40	20,00	142,21
선생님들에 얼굴 경우를 가는 사람이 있다면 가장 살아보니 살아 있다는 사람이 하는 사람이 되었다. 그 사람이 살아 가장 하면 그래요 그 때문에 살아 있다.	The second second		2 70	5.49	20.35	142,21
молоко	23,70	23,70				
масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
картофель свежий очищенный	128,30	128,30				
или Пюре картофельное			3,32	4,11	21,90	138,76
соль йодированная	0,46	0,46				
선물 하나 있다. 경우는 경우면 아이지 않아요 있다면 하는데 하나 하나 하나 하는데						
или Картофельные шарики запеченые			3,36	1,82	27,38	139,70
соль йодированная	0,44	0,44				
специя томат-базелик-чеснок	0,15	0,15				
선생님이 되었다. 이 경우를 가는 것이 되었다면 하는 것은 사람이 가는 것이 없는 것이 없었다.			3,26	1,76	26,57	135,52
						7
масло подсолнечное	1,40	1,40				
масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
картофель свежий очищенный	154,50	154,50	5,12		25,25	131,43
			3.12	4 19	25 23	151,43
картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
Картофель отварной	18	50	3,14	4,24	25,25	152,04
соль йодированная	0,80	0,80				
	картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная или Картофель мятый картофель свежий очищенный 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 изапеченые картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные масло подсолнечное соль йодированная или Пюре картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные масло подсолнечное соль йодированная или Пюре картофельное картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% молоко соль йодированная или Картофель тушеный картофель свежий очищенный морковь свежая очищенныя лук репчатый очищенный масло подсолнечное соль йодированная соль йодированная соль йодированная или Картофель свежий очищенный масло подсолнечное чай черный байховый лимон свежий сахар или Чай с апельсином чай черный байховый апельсин свежий сахар или Чай облепиховый с апельсином (или чай ягоднофруктовый) облепиха с/м апельсин свежий сахар масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или масло сладко-сливочное сливочное порционно	Картофель отварной картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 масло сладкосливочное 72,5% 3,00 масло сладкосливочное 72,5% 3,00 масло подсолнечное масло сладкосливочное 72,5% 4,14 молоко сала масло сладкосливочное 72,5% 4,14 молоко сала масло сладкосливочное 72,5% 4,14 молоко сала морковь свежий очищенный масло подсолнечное масло сладкосливочное 72,5% 4,14 молоко сала морковь свежий очищенный 20,70 масло подсолнечное 5,00 масло подсолнечное 6,00 масло м	Картофель отварной на картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% 50,00 5,00 5,00 5,00 5,00 5,00 5,00	Картофель отварной картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5,00 5,00 картофель отварной картофель свежий очищенный масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5,00 5,00 картофель мятый картофель свежий очищенный масло подсолнечное 1,40 1,40 соль йодированная 0,80 0,80 картофель мятый картофель свежий очищенный 150 0,80 картофель свежий очищенный 150 0,80 картофель свежий очищенный 162,40 164,50 164,50 картофельные дольки по-деревенски картофель свежий очищенный 162,40 164,40 картофельные шарики запеченые 150 0,15 соль йодированная 0,44 0,44 картофельные шарики масло подсолнечное 1,11 1,11 1,11 1,11 1,11 1,11 1,11 1,	Картофель отварной 150 3,14 4,24 масло сладкосливочное 72,5% 5,00 5,00 5,00 картофель свежий очищенный картофель картофель свежий очищенный картофель картофель свежий очищенный картофель свежий обърменные картофель картофель картофель обърменные картофель картофель картофель картофель свежий обърменные картофель карто	Картофель отварной 150 3,14 4,24 25,25 150 154,50

№ ТК Завтрак ТТК 001721 ТТК 001720	Пятнадцатый день (3) Наименование блюда	Брутто, гр	le le											
Завтрак ТК 001721	prisence of the contraction of	Enverto en			Пятнадцатый день (3)									
TTK 001721		Dpy110, 1p	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал							
TTK 001721														
	Каша молошиза гориллогорая в изубликах													
TTK 001720	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным (200/2/5)	20	0	6,51	8,26	24.26	100.40							
1111001120	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом			10,51	0,20	21,36	189,49							
	сливочным (200/2/5)	20	0	6,10	7,60	21,75	183,80							
	хлопья овсянная (геркулес/5 злаков)	17,78	17,78											
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00											
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00											
	сахар	4,00	4,00											
	соль йодированная	0,50	0,50			8								
	клубника сублимированная	2,00	2,00	LENSING REPORTS										
TTK 001312	или Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (200/5)	20	0	6,92	7,74	29,78	218,12							
	крупа рис круглозерный	14,41	14,41											
	крупа пшено	14,41	14,41											
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00											
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00											
	caxap	4,00	4,00											
	соль йодированная	0,50	0,50											
	или Каша молочная пшенная с бананом и маслом сливочным	0,50	0,30											
TTK 001389	(170/30)	20	0	6,06	7,30	22,44	182,18							
	крупа пшено	21,25	21,25											
	молоко пастеризованное 2,5%	119,00	119,00											
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00											
	caxap	3,60	3,60											
	COLL MORMODOWNO													
	соль йодированная	0,40	0,40											
	банан свежий	50,00	30,00											
TTK 001943	или Каша молочная рисовая с бананом и маслом сливочным (160/40)	200		5,12	6,58	30,86	203,68							
	крупа рис круглозерный	20,00	20,00											
	молоко пастеризованное 2,5%	102,22	102,22											
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00											
	caxap	3,60	3,60											
	соль йодированная	0,40	0,40											
	соль иодированная	0,40	0,40											
	банан свежий	66,68	40,00											
TTK 001716	или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/1/1/5)	20	0	6,44	8,21	19,61	182,06							
TTK 001717	или Каша молочная геркулесовая "Царь" с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	20	0	6,49	8,24	21,53	190,24							
TTK 001718	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	20	0	6,08	7,59	21,92	184,55							
TTK 001743	или Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	20	0	6,46	8,23	21,34	189,37							
	хлопья Геркулес/5 злаков	17,78	17,78											
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00											
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00											
	сахар	4,44	4,44											
	соль йодированная	0,50	0,50											
	клубника (черника) сублимированная	1,00	1,00											
	яблоко сублимированное	1,00	1,00											
TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным (200/5)	20	0	6,44	8,23	20,52	185,89							
TTK002358	или Каша молочная из 5 злаков с маслом сливочным (200/5)	20	0	6,03	7,57	20,91	180,20							
	крупа геркулес	17,78	17,78											

	молоко пастеризованное 2,5%	10 10	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%		5,00				
	сахар соль йодированная	4,00	4,00				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным (200/5)		0,50				
	крупа ячневая	21,11	200	6,36	7,40	23,53	191,
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	21,11 140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом сливочным (200/5)		200	6.04	7.00		
	крупа пшено	22,22	22,22	6,81	7,86	24,31	198,1
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001724	или Каша молочная кукурузная с маслом сливочным (200/5)	2	00	6,09	7,39	25,44	400.4
	крупа кукурузная	22,22		0,03	7,35	25,44	198,1
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	22,22 140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTV 004705	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001725	или Каша молочная рисовая с маслом сливочным (200/5)		00	5,73	7,34	25,15	191,0
	крупа рис круглозерный	21,11	21,11		,,04	20,10	191,0
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 001726	соль йодированная или Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (200/5)	0,50	0,50				
		20		6,68	7,40	23,86	190,01
	крупа пшеничная молоко пастеризованное 2,5%	21,11	21,11				
	масло сладкосливочное 72,5%	140,00	140,00				
	caxap	5,00 4,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	4,00 0,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 000148	Напиток теплый из шиповника	20		0,33	0.05	40.44	
	плоды шиповника сухие	16,00	16,00	0,33	0,05	16,14	69,04
	caxap	6,00	6,00				
TK 000149	или Напиток теплый из кураги	20		0,33	0,05	16,14	69,04
	курага	16,00	16,00		0,00	10,14	09,04
	caxap	6,00	6,00				
TK 000151	лимонная кислота	0,20	0,20				
TK 000101	или Напиток теплый из сухофруктов	20	0	0,33	0,05	16,14	69,04
	смесь сухофруктов	16,00	16,00				
	Caxap	6,00	6,00				
TK 000117,	Творог обогашации й "Россиими" (м. б.	0,20	0,20				
TK 000118, TK 000119	Творог обогащенный "Растишка" (клубника-абрикос, клубника- банан-вкус пломбир, лесные ягоды-персик груша)	45		2,88	1,58	5,31/5,36	46,80
17 000119	или Творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт			1	.,,	0,0170,00	40,00
	в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной			2,88	4 50	F.00	
TI( 000047	<b>УПАКОВКЕ</b> )			2,00	1,58	5,36	47,80
TK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	60		7,44	4,74	11,64	118,98
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)	150	1	0,71	0.00		
	Different Officer for the contract of the cont			0,71	0,60	14,70	70,50
	или Фрукт вакуумной сушки или Сухофрукты	7					
TK 000050, 000049,	или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый	9					
00053	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
TK 000175	Блинчики	42		1,48	2,69	9,67	69,92
	Блинчики без начинки быстрозамороженные	45,00	42,00			5,07	00,02
	Масло подсолнечное	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 72,5%	1,00	1,00				
		.,	1,00	- 0			
TK 003339	или Блинчики (треугольник)		1		9		

	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						
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
		60,00	60,00				
	Блины фаршированные десертные с вишней быстрозамороженные						
	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	4	)	2,96	0,92	19,00	97,20
	Хлеб пшеничный	4	)	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		635,00		16,64	12,41	94,79	575,43

Третья	неделя

Шестнадцатый день (3) Нетто, Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 003094 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": 108 108 свинина 25.80 25.50 25,80 25,50 говядина лук репчатый 10.00 10,00 хлеб пшеничный 17,50 17,50 соль йодированная 0.50 0.50 7.00 7,00 сухарь панировочный TTK 002855 или Тефтели мясные запеченые 80 209.46 11,54 12,30 12.98 1,40 масло подсолнечное 1,40 ТТК 002780 п/ф тефтели мясные : 100 100 свинина 42,00 41,60 говядина 10,20 10,10 16,10 16,10 лук репчатый очищенный 9,33 9,33 рис 3,00 3,00 мука пшеничная высшего сорта соль йодированная 0,50 0,50 TTK 002691 или Котлета мясная "Белорусская" 90 10 1 10 2 182 27 11 23 1.80 1.80 масло подсолнечное ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская": 102 102 34.70 34.30 свинина говядина 18 40 18.20 12,00 лук репчатый 12,00 картофель 35,00 35,00 соль йодированная 0,50 0,50 6,00 6,00 сухарь панировочный TTK 002781 90 11,69 12,56 13,68 215,20 или Тефтели мясные запеченые в томатно-сметанном соусе 1,40 1,40 масло подсолнечное ТТК 002780 п/ф тефтели мясные 100.00 100,00 42,00 41,60 свинина 10,20 10,10 говядина лук репчатый очищенный 16,10 16,10 9,33 9,33 рис крупа 3,00 3 00 мука пшеничная высшего сорта 0,50 0,50 соль йодированная ТТК 001146 соус томатно- сметанный 10 2,50 сметана 10% 2,50 мука пшеничная высшего сорта 0,75 0,75 паста томатная 0,40 0,40 соль йодированная 0,03 0,03 TTK 002298 90 13,60 15,08 10,80 236,47 или Котлета мясная "По-домашнему" 1,80 1,80 масло подсолнечное ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему": 108 108 59,90 59,30 свинина говядина 11,40 11,30 11,00 11,00 лук репчатый 0,50 0,50 соль йодированная сухарь панировочный 15,00 15,00 11,02 202.79 или Котлета мясная "Оригинальная" 90 11.13 14.33 масло подсолнечное 1,80 1,80 п/ф Котлета мясная "Оригинальная": 108 108 25,80 25,50 свинина 25.50 25.80 говядина лук репчатый 10,00 10,00 17,50 17,50 хлеб пшеничный соль йодированная 0,50 0,50 0,80 0,80 специи

TTV 004224	сухарь панировочный	7,00	7,00				
TTK 001331	Гречка отварная рассыпчатая		30	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	1	30	3,69	3,32	35,84	172,66
TTK 001330	крупа рис пропаренный	45,00	45,00				2
	масло спадкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTI( 001220	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001329 TTK 003290	или Булгур припущенный		30	4,24	3,66	26,66	158,16
111 003290	крупа булгур	35,00	35,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	4,33	4,33				
TTK 001191	соль йодированная или Булгур с овощами (125/25)	0,48	0,48 <b>50</b>	5,55	5,23	24.60	200.00
	крупа булгур	41,95	41,95	3,33	5,23	34,60	209,92
	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				
TTIC 004400	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001189	или Рис припущенный с овощами (125/25)		50	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				
TTK 001328	соль йодированная или Полба припущенная	0,48	0,48				
			30	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 или Перловка отварная с овощами (125/25)	0,48	0,48				
TTK 003291			50	4,03	5,02	27,80	175,41
111 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				
	соль йодированная	0,48	0,48				
TTK 001356	или Плов с мясом (40/130)	17	70	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)	17	70	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	0,48	0,48				
TK 003435	или Плов ароматный с мясом (40/130)	17		12,85	12,07	31,35	275,76
TK 002875	свинина мясная	69,46	59,20	,00	.2,07	01,00	213,16
TK 002876							
11 002010	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				

4421	соль йодированная	0,48 0,4				
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 56,0	00			
	крупа гречневая	39,00 39,	00			
	морковь свежая очищенная	13,78 13,				
	лук репчатый очищенный	13,78 13,				
	масло подсолнечное	1,73 1,7				
TTI 004 400	соль йодированная	0,34 0,3				
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,				
	лук репчатый очищенный	13,78 13,				
	масло растительное	1,73 1,7				
TTK 000143	соль йодированная	0,34 0,3		0.00	0.00	44.00
TTK 000143	Напиток из свежих яблок или Напиток яблочный	200 200	0,08	0,08	9,96	41,90
1111000170	яблоки свежие	22,2 20	0,08	0,08	9,96	41,90
	или яблоки с/м					
		20,00 20,0 8,00 8,0				
	сахар	8,00 8,0 0,20 0,2				
TTK 000166	лимонная кислота или Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	200		0.10	10.25	42.50
TTK 000167	или Напиток из ягод (красная и черная смородина)	200	0,13 0,13	0,10 1,88	10,25 8,10	42,50 40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная и черная смородина) или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	200	0,13	0,10	10,13	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		200				
	или Напиток яблочный со смородиной		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 25,0				
TTIC 000077	caxap	8,00 8,0				
TTK 003077	или Напиток клюквенный	200,00	0,00	0,00	12,60	50,75
TTK 003076	основа для напитка клюквенная	35,00 35,0		0.04	40.44	44.40
TTK 003076	или Напиток облепихово-цитросовый	200,00	0,23	0,04	10,14	44,13
11K 003000	или Напиток апельсиново-облепиховый	25.00	0,27	0,06	9,43	39,70
	основа для напитка облепиховая	25,00 25,0				
	апельсин	12,50 12,5				
TTK 003312	лимоны или Напиток брусничный	12,50 12,5 <b>200,00</b>	0,00	0,00	12,60	E0 7E
TTK 003312	Или Напиток орусничный Или Напиток смородиновый	200,00	0,00	0,00	12,95	50,75 51,80
1110003313				0,00	12,95	31,00
TTK 001474	Основа для напитка клюквенная	35,00 35,0 <b>80</b>	Marine Street Company of the	2.00	E 04	47.76
TTTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г. Ряженка м.д.ж 2,5% апельсин 80 г.	80	2,40 2,40	2,00	5,04 5,04	47,76 47,76
TTK 001486	Ряженка м.д.ж 2,5% анельсин оо г.	80	2,40	2,00	3,36	41,04
TTK 001487	Ряженка м.д.ж 2,5% печеное яблюко во 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 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
	Кефир клубника-земляника	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001626		80	2,40	2,00	7,12	56,40
	Кефир земпяника-ревень		2,40	2,00	CAR NEWS	56,40
TTK 001627	Кефир земляника-ревень Кефир черничный пирог		240	2 00	7.20	
TTK 001627 TTK 001628	Кефир черничный пирог	80	2,40 2.24	2,00	7,20 8.80	
TTK 001626 TTK 001627 TTK 001628 TTK 001655 TTK 001729	Кефир черничный пирог Йогурт питьевой клубника-земляника	80 80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001627 TTK 001628 TTK 001655 TTK 001729	Кефир черничный пирог Йогурт питьевой клубника-земляника Йогурт питьевой яблоко-тархун	80 80 80	2,24 2,24	2,00 2,00	8,80 8,80	59,20 59,20
TTK 001627 TTK 001628 TTK 001655	Кефир черничный пирог Йогурт питьевой клубника-земляника	80 80	2,24	2,00	8,80	59,20 59,20 53,20 59,20

TTK 002078	Иогрут питьевой печеное яблоко	80	)	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке		0	0,10	7,25	0,14	66,10
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное 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)	31,5		2,43	7,73	6,18	103,94
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб пшеничный	20	)	1,63	0,50	9,14	51,20
	Хлеб ржаной	20	20		0,68	8,16	47
Итого за день		540,00		21,31	25,54	70,63	607.91

_			
	DATLO	неделя	
	DCIDA	подоли	

Семнадцатый день (3)

	Семнадцатый день (3)						
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 001355	Запеканка из творога	150	0	24,82	10,76	26,22	306,44
	творог 5%		100.00	2-1,02	10,70	20,22	300,44
	одия		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				
	caxap	8,00	8,00				
	крупа манная	15,00	15,00				
TTK 001404	или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем	150	0	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					
		15,00	14,40 15,00				
	крупа манная изюм	7,20	7,20				
	ванилин	0,25	0,25				
	абрикос сушеный	8,60	8,60				
TTK 002317	или Сырники из творога с малиновой начинкой	120		14,88	9,48	23,28	237,96
	сырники творожные п/ф	169,60	169,60	14,00	3,40	20,20	207,30
	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.	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	200		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	чайный напиток Ройбуш или Чай черный	0,50 <b>200</b>	0,50	0.00	0.00	0.00	0.01
	чай черный байховый	0.50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000139	или Чай гречишный	200		0,96	0,10	7,14	33,43
	чай гречишный	0,50	0,50				
	апельсин свежий сахар	8,00 4,00	7,00 4,00				
TTK 001358	или Чай с лимоном	200		0,06	0,01	5,21	22,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
TTK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	4,00 <b>10</b>	4,00	0,10	7,25	0.44	CC 40
TTK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное порционно	10	an week	CUT I THE HOUSE WAY		0,14	66,10
TTK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		0,10	7,20	0,14	66,10
TTK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,5		1,51	7,64	9,13	111,42
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной			2,43	7,73	6,18	103,94
		17,00	17,00				
	масло сливочное Хлеб ржаной	10,00	10,00	DESCRIPTION OF THE PARTY OF THE			
	The second secon	40		2,76	1,36	16,32	90
	Хлеб пшеничный	20		1,63	0,50	9,14	51,20
Итого за день		440.00		30,71	21,57	63,02	579,75
итого за день		440,00					

The state of the s			
	L	Іетвертая неделя	

Восемнадцатый день (4) Нетто. Nº TK Углево-Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г 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 90 или Печень по-строгановски (60/40) 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 TTK 003340 или Мясо говядины тушеное с овощами (40/50) 90 12,25 12,17 3,47 172,17 72,048 говядина 63.20 томатная паста 2,25 2,25 морковь свежая очищенная 8,00 8,00 11,25 лук репчатый очищенный 11,25 мука пшеничная высшего сорта 2,25 2,25 масло подсолнечное 2,00 2,00 0.40 соль йодированная 0,40 Мясо говядины тушеное в сметане со сладким перцем TTK 003341 90 13,01 13,93 5,11 197,44 болгарским (40/50) 72,048 63,20 говядина сметана 10% 18,75 18,75 лук репчатый очищенный 12,50 12,50 18,75 18,75 перец сладкий резанный замороженный 0,85 0,63 укроп свежий мука пшеничная высшего сорта 2,50 2,50 1,88 масло подсолнечное 1,88 0,80 0,75 чеснок свежий соль йодированная 0,40 0,40 TTK 002177 или Бефстроганов из мяса (50/40) 90 12,71 15,87 3,85 212,52 87,80 63,20 говядина 89,43 или свинина мясная 74,00 24,00 лук репчатый очищенный 24,00 12.00 12,00 сметана 10% 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 72,32 63.20 говядина 11,25 11,25 лук репчатый очищенный 3,63 томатная паста 3,63 мука пшеничная высшего сорта 2,50 2,50 1,88 масло подсолнечное 1,88 0,40 0,40 соль йодированная TTK 001670 или Азу из говядины (40/50) 90 12,22 12,67 3,93 178,35 72,048 63,20 говядина

огурцы соленые без уксуса

31,69

16,25

	лук репчатый очищенный	15.00	15.00				
		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	50	2,65	1,3	8,11	55,26
	капуста белокачанная свежая	150,00	120.00				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				
TTK 003197	соль йодированная	0,50	0,50		NO YOU COME ON THE		
111003197	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 томатная паста	1,20	1,20				
	соль йодированная	2,40 0,49	2,40				
TTK 001169	или Рагу овощное	15	0,49				
				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				
TTI/ 0000 4T	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
TTK	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 лук репчатый очищенный	37,50 18,50	37,50 18,50				
	укроп свежий	1,35	1,00				
	чеснок сушеный	0,10	0,10				
	масло подсолнечное соль йодированная	5,00 0,80	5,00				
	лавровый лист	0,00	0,77 0,01				
TTK 003353	или Бигус с мясом (50/150)	200		15,13	18,68	13,69	286,33
	Свинина	89,43	74,00	10,10	10,00	10,00	200,33
	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				
TTV 001360	соль йодированная	0,50	0,50				
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% сахар	120,00 6,00	120,00 6,00				
TTK 001359	или пофеиным напиток пурземе с цикорием и	200		3,87	3,00	11,88	98,94
	кофейный напиток растворимый	3,00	3,00		-,50	. 1,50	55,54
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
	caxap	6,00	6,00				
	Кисломолочная продукция:						
TTK 001474	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		4,80	4,00	0,00	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		4,80	4,00	6,72	99,36
TTK 001488	Ряженка м.д.ж 2,5% облепиха-имбирь 80 г.	160		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	40	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		640,00	30.33	17,24	76,27	587,41

			- 1
MATDA	ntag	неделя	
ICIDE	pian	педели	13

Девятнадцатый день (4) Нетто. Углево-Nº TK Жиры, г Наименование блюда Брутто, гр Белки, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 001325 90 Чахохбили из филе куриного с свежими томатами (45/45) 14,38 4,20 3,90 111,09 TTK 003303 90 или Чахохбили из филе куриного с томатами (45/45) 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 26,00 26,00 лук репчатый очищенный масло подсолнечное 1,60 1,60 0.40 0.40 соль йодированная TTK 002809 90 12.32 16.72 или Котлета из мяса птицы "Куриная ножка" 9,36 237,20 TTK 002808 п/ф из мяса птицы котлета 96 96 53,40 52,90 филе куриное 3,00 3,00 яйцо (или сухой яичный порошок) хлеб пшеничный 7,00 7,00 сухари панировочные 7.00 6.00 12,00 12,00 лук репчатый очищенный 13,40 13,40 масло подсолнечное соль йодированная 0,40 0,40 TTK 002001 или Фрикасе из филе куриного (45/45) 90 14,87 9,25 4,20 160,17 TTK 002002 90 14,88 9,26 4,22 160,36 или Фрикасе из филе куриного "По-провански" (45/45) TTK 003305 73,08 62.64 филе куриное TTK 003306 16,88 16 88 сметана 10% 1,47 1,13 укроп свежий лук репчатый очищенный 20,00 20,00 0,90 0,90 масло подсолнечное 5,63 5 63 масло сладкосливочное 72,5% мука пшеничная 2,50 2,50 соль йодированная 0,40 0,40 TTK 003306 0,20 0,20 итальянские (прованские) травы 238,60 90 10,6 13,32 19,08 TTK 001955 или Наггетсы куриные "Хрустящие" 56,10 55,60 филе куриное 10.00 яйцо 10,00 15,00 15,00 клетчатка 8.00 8.00 сухари панировочные 0,60 масло подсолнечное 0,60 соль йодированная 0,80 0,80 209.46 11.54 12,30 12.98 TTK 002993 90 Ежики из мяса птицы в сливочном соусе TTK 002992 пф ежики из мяса птицы: 100,00 53.50 54,00 филе куриное 9,33 9,33 рис крупа 16,00 16,00 лук репчатый очищенный 5,00 5,00 мука пшеничная 0,50 0,50 соль йодированная 20.00 ТТК 002994 соус сливочный 20,00 20,00 молоко 2,00 масло сладкосливочное 72,5% 2,00 1,00 1,00 мука пшеничная 0,30 0,30 соль йодированная 0,10 0,10 специя томат-чеснок-базелик 2.65 1,3 8.11 55.26 150 TTK 001347 Овощи тушеные 150,00 120,00 капуста белокачанная свежая 20,00 20,00 морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный 10,00 10,00 10,00 10,20 помидоры свежие масло подсолнечное 1,00 1,00 0.50 0,50

соль йодированная

111 000 191	или ∪вощное рагу		150		3,28	4,05	21,41	135,3
	картофель свежий очи	ценный	100,00	100,00				
	капуста белокачанная	свежая	63,00	50,00				
	лук репчатый очиц	ценный	18,00	18,00				
	масло подсол	нечное	3,50	3,50				
	мука пше	ничная	1,20	1,20				
	томатна	я паста	2,40	2,40				
	соль йодиро	ванная	0,49	0,49				
TTK 001169	или Рагу овощное	Darman	15					
					2,94	3,53	22,37	133,74
	картофель свежий очиц		117,00	117,00				
	морковь свежая очи		30,00	30,00				
	лук репчатый очиц	ценный	15,00	15,00				
	масло подсол	нечное	3,00	3,00				
	соль йодиро	ванная	0,80	0,80				
TTK 003307	или Жаркое "По- домашнему" с мясом птицы (50/150)		20	00	16,48	5,43	21,30	200,29
TTK 003308	или Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы (50/150)		20	00	16,48	5,43	21,30	200,29
	филе	грудки	73,08	69,60				
	картофель свежий очищенный/ картофель дольки очиц	ценные	106,70	106,70				
	морковь свежая очиц		23,20	23,20				
	лук репчатый очиц		17,10	17,10				
	томатна	я паста	5,00	5,00				
	масло подсол	нечное	1,50	1,50				
	соль йодиро		0,80	0,80				
TTK 003310	или Шурпа " По-деревенски" из мяса птицы (50/150)		20		120	9.40	47.46	40.
TTK 003311	или Шурпа " По-домашнему" из мяса птицы (50/150)		20		12,8	8,19	17,19	194,45
	филе г		73,08	69,60				
	масло подсол		5,00	5,00				
	картофельные дольки/картофель свежий очиц		81,66	81,66				
	морковь свежая очиц		365,00	35,00				
	лук репчатый очиц	ценный	17,26	17,26				
	укроп с	свежий	1,35	1,00				
	чеснок су	шеный	0,19	0,19				
	лавровь	ій лист	0,01	0,01				
	соль йодиров	занная	0,80	0,80				
TTK 003312	или Бигус с мясом птицы (50/150)		20		17,21	8,84	13,69	203,13
	филе г	оудкой	73,08	69,60			10,00	203,13
	капуста белокачанная с		180,00	160,00				
	морковь свежая очиц		15,00	15,00				
	лук репчатый очищ		15,00					
	томатная			15,00				
	Nanta Mori	Hacia	5,00	5,00				
		caxap	3,00	3,00				
	масло подсоль	ечное	5,00	5,00				
	соль йодиров	анная	0,50	0,50				
TV 001644	T							
TK 001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда" (17/14,5)		31,	5	6,22	4,13	6,04	87,16
TK 000190	или Тост с сыром "Гауда" (17/14,5)		31,	5	5,3	4,05	8,99	93,65
	хлеб тостовый пшеничный/р:	жаной	17,00	17,00				
	i Richard I di Bu		14,50	14,50	7.1			
TK 000036	или Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке		16,2		1,46	3,25	1,46	40,63
TK 001065	или Сыр "Гауда" слайсы		29,0		7,77			
	или Сыр твердый ("Российский") порционно					7,31	0,00	96,86
TK 001061		n au iš	20.92	20.00	4,9	5,7	0	70,9
ΓK 001061	[구진] [2] [4] [4] [4] [4] [4] [4] [4] [4] [4] [4	рдыи	20,83	20,00				
	Маспо спалко-спирочное 10г. р. имп. упривоче				0.40	7,25	0,14	66,10
TK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке		10		0,10		NAMES OF THE OWNER,	
TK 000043 TK 002806	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или Масло сладко-сливочное сливочное порционно		10		0,10	7,20	0,14	66,10
TK 000043 FK 002806 FK 003116	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или Масло сладко-сливочное сливочное порционно или Тост с маслом сливочным (17/10)		10 27				0,14	
TK 000043 TK 002806 TK 003116	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или Масло сладко-сливочное сливочное порционно		10		0,10	7,20	0,14 9,13	66,10
TK 001061 TK 000043 TK 002806 TK 003116 TK 003417	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке или Масло сладко-сливочное сливочное порционно или Тост с маслом сливочным (17/10)	каной	10 27	<b>i</b> 17,00	0,10 1,51	7,20 7,64	0,14 9,13	66,10 111,42

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	0,30	10,47	0,10	144,10
	Сыр	14,50	14,50				
	масло сливочное	8,75	8.75				
TTK 000143	Напиток из свежих яблок	20		0,08	0,08	9.96	41,90
TTK 000170	resu Harrison agramii w	20	Statement of the later of	0,08	0,08	9,96	41,90
	яблоки свежие	22,2	20	0,00	0,00	3,30	41,50
	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		0,13	1,88	8,10	40,75
TTK 000322	или Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	20		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		CONTRACTOR CONTRACTOR	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 001520	или Напиток яблочный со смородиной		00	0,13	0,10	10,13	42,00
TTK 002344	или Напиток фруктово-ягодный с брусникой		00	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		0,15	0,10	10,25	43,25
TTK 002341	или Напиток яблочно-клюквенный	20		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		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				
	иномил	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	0,00	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		561,50		29,65	18,88	65,43	561,11

Четве	DETA	HOL	ОПО
JOIDE	ріал	пед	KILD

Двадцатый день (4) Нетто, Углево-Nº TK Наименование блюда Брутто, гр Белки, г Жиры, г ЭЦ, ккал гр ды, г Завтрак TTK 002298 Котлета мясная "По-домашнему" 90 13.60 15.08 10,80 236,47 1,80 1,80 масло подсолнечное ТТК 003103 п/ф Котлета мясная "По-домашнему": 108 108 59,90 59,30 свинина 11,40 11,30 говядина 11,00 11.00 лук репчатый 0,50 0,50 соль йодированная 15,00 15,00 сухарь панировочный TTK 002855 80 11,54 12,98 209,46 или Тефтели мясные запеченые 12,30 1,40 масло подсолнечное 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 9,33 9,33 3.00 3.00 мука пшеничная высшего сорта соль йодированная 0.50 0.50 или Тефтели мясные запеченые в томатно-TTK 002781 90 11,69 12,56 13,68 215,20 сметанном соусе 1,40 1.40 масло подсолнечное 100,00 100,00 ТТК 002780 п/ф тефтели мясные 42.00 41,60 свинина 10,20 10,10 говядина лук репчатый очищенный 16,10 16,10 9,33 9,33 рис крупа 3,00 3,00 мука пшеничная высшего сорта соль йодированная 0.50 0,50 10 ТТК 001146 соус томатно- сметанный 2,50 сметана 10% 2,50 0,75 0.75 мука пшеничная высшего сорта 0,40 0,40 паста томатная 0,03 0,03 соль йодированная 11,02 14,33 202,79 90 11.13 TTK 003094 или Котлета мясная "По-деревенски" 1,80 1,80 масло подсолнечное 108 108 ТТК 003102 п/ф Котлета мясная "По-деревенски": 25,50 свинина 25.80 25,80 25,50 говядина 10,00 10,00 лук репчатый 17,50 17,50 хлеб пшеничный соль йодированная 0,50 0,50 7,00 7,00 сухарь панировочный 90 10,1 11,23 10,2 182,27 или Котлета мясная "Белорусская" TTK 002691 1,80 масло подсолнечное 1.80 102 102 ТТК 002783 п/ф Котлета мясная "Белорусская": свинина 34,70 34,30 18,20 говядина 18,40

12,00

лук репчатый

12.00

	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	202,7
	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 соль йодированная	17,50 0,50		17,50 0,50				
	специи	0,80		0,80				
TTK 002194	сухарь панировочный или Мясо тушеное с овощами (50/40)	7,00	90	7,00	40.00			
	Свинина	89,43		74	12,23	14,96	2,77	197,71
	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	10.17	0.47	470 47
	говядина	72,048	weiter.	63,20	12,25	12,17	3,47	172,17
	томатная паста	2,25		2,25				
	морковь свежая очищенная лук репчатый очищенный	8,00 11,25		8,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,25		11,25 2,25				
	масло подсолнечное	2,00		2,00				
TTI( 0000 44	соль йодированная Мясо говядины тушеное в сметане со сладким	0,40		0,40				
TTK 003341	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 или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	0,40		0,40				
TTK 002277	(50/40)		90		12,4	14,86	3,70	200,48
	Свинина	89,43		74,00			5,7.5	200,40
	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							
	Потрушка овежая	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
				74.00			-1,00	217,00
	свинина мясная лук репчатый очищенный	89,43		74,00				
	перец сладкий резанный замороженный	10,00 15,00		10,00 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		0,00		3,12	4,19	25,23	151,43

	картофель свежий очищенный	154,50	154,50		A-types	[	
	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	150		3,32	4,11	21,90	138,76
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30				.00,70
	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	150		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	150					
	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	50	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	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				
TTK 003346	или Запеканка картофельная мясная (50/150)	20		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)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	200		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				
	лавровый лист	0,01	0,01				
TTK 000140	Чай ройбуш	20	00	0,00	0,00	0,00	0,01
LTK UUUUUS	чайный напиток Ройбуш	0,50 <b>2</b> 0	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 000003	или Чай черный чай черный байховый	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,01
							20.40
TTK 000139	или Чай гречишный	20	)0	0,96	0,10	7,14	33,43

	или чаи с лимоном	20	0	0,06	0,01	5,21	22,3
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 003298	Огурцы свежие	80		0,52	0,09	2,50	12,0
	огурцы свежие	81,60	80,00	0,70	0,16	2,15	
TTK 001652	или Кукуруза сладкая, бланшированная	30		0,60	0,10		14,4
TTK 001323	или Томаты черри	80		0,70	0.40	2,70	13,2
TTK 003299	или Помидоры свежие	80,0		0,70	0,16	2,15	14,4
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
TTK 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,0		0.00	0.40	0.00	
	огурцы свежие	40,80		0,62	0,12	2,32	13,2
			40,00				
TTK 001161	помидоры свежие	40,80	40,00				
1111001101	или Огурцы свежие с зеленью	80,0		0,54	0,09	2,55	12,2
	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	0	0,13	4,01	1,69	43,5
	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	59,3
	капуста квашеная	107,10	75,00				
	лук репчатый	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	сахар	1,00	1,00				
TK 001503	или Морковные палочки	70		0.50			
				0,52	0,09	2,50	12,0
	морковь свежая очищенная или Овощи сушеные (морковь, тыква, свёкла,	70,00	70,00				
	стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)	8		0,66	2,00	1,04	24,7
TK 001422	или Капуста морская Нори	3					
				1,23	0,06	1,32	10,8
TK 000043	Масло сладко-сливочное 10г. в инд. упаковке	10		0,10	7,25	0,14	66,1
TK 002806	или Масло сладко-сливочное сливочное	10					No.
	порционно	10		0,10	7,20	0,14	66,10
TK 003116	или Тост с маслом сливочным (17/10)	27		1,51	7,64	9,13	111,4
TK 003417	или Тост ржаной с маслом сливочным (17/10)	31,5		2,43	7,73	6,18	103,9
	хлеб тостовый пшеничный/ржаной	17,00	17,00				
	масло сливочное	10,00	10,00				
	Хлеб ржаной	40		2,96	0,92	19,00	97,20
		562,00		20,30	27,53	57,67	563,2

		Четверта	я неделя				
	Двадцать первый день (4)						
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
TTK 001721	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным (200/2/5)	20	0	6,51	8,26	21,36	189,49
TTK 001720	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным (200/2/5)	20	n	6,10	7,60	24.75	402.00
	хлопья овсянная (геркулес/5 злаков)	The state of the s	17,78	0,10	7,00	21,75	183,80
	молоко пастеризованное 2,5%	The second second second	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%		5,00				
	сахар соль йодированная	1	4,00 0,50				
	клубника сублимированная		2,00				
TTK 001312	или Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (200/5)	20	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF	6,92	7,74	29,78	218,12
	крупа рис круглозерный	14,41	14,41			20,10	210,12
	крупа пшено	14,41	14,41				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001389	или Каша молочная пшенная с бананом и маслом сливочным (170/30)	20	0	6,06	7,30	22,44	182,18
	крупа пшено	21,25	21,25				
	молоко пастеризованное 2,5%	119,00	119,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	3,60	3,60				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	банан свежий	50,00	30,00				
TTK 001943	или Каша молочная рисовая с бананом и маслом сливочным	20		E 40	0.50	20.00	000.00
	(160/40)			5,12	6,58	30,86	203,68
	крупа рис круглозерный	20,00	20,00				
	молоко пастеризованное 2,5% масло сладкосливочное 72,5%	102,22 5,00	102,22 5,00				
	сахар	3,60	3,60				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	банан свежий	66,68	40,00				
TTK 001716	или Каша молочная Геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/1/1/5)	200	0	6,44	8,21	19,61	182,06
TTK 001717	или Каша молочная геркулесовая "Царь" с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	200	0	6,49	8,24	21,53	190,24
TTK 001718	или Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	200	0	6,08	7,59	21,92	184,55
TTK 001743	или Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным (200/2/5)	200	0	6,46	8,23	21,34	189,37
	хлопья Геркулес/5 злаков	17,78	17,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	сахар	4,44	4,44				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	клубника (черника) сублимированная	1,00	1,00				
	яблоко сублимированное	1,00	1,00				

TTK 001722	или Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным (200/5)	200		6,44	8,23	20,52	185,89
TTK002358	или Каша молочная из 5 злаков с маслом сливочным (200/5)	200		6,03	7,57	20,91	180,20
	крупа геркулес	17,78	17,78				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001719	или Каша молочная ячневая с маслом сливочным (200/5)	200		6,36	7,40	22.52	404.70
	крупа ячневая	21,11	21,11	0,30	7,40	23,53	191,70
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001723	или Каша молочная пшенная с маслом сливочным (200/5)	200		6,81	7,86	24,31	198,18
	крупа пшено	22,22	22,22		.,,,,		100,10
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001724	или Каша молочная кукурузная с маслом сливочным (200/5)	200		6,09	7,39	25,44	198,18
	крупа кукурузная	22,22	22,22				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001725	или Каша молочная рисовая с маслом сливочным (200/5)	200		5,73	7,34	25,15	191,06
	крупа рис круглозерный	21,11	21,11				
	молоко пастеризованное 2,5%		140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	caxap	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 001726	или Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (200/5)	200		6,68	7,40	23,86	190,01
	крупа пшеничная	21,11	21,11				
	молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	сахар	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 000003	Чай черный	200		0,00	0,00	0,00	0,01
TTK 0004 40	чай черный байховый	0,50	0,50	10 Tel 1802 - 10	Training and the		
TTK 000140	или Чай ройбуш	200		0,00	0,00	0,00	0,01
	чайный напиток Ройбуш	0,50	0,50				
TTK 000139	или Чай гречишный	200		0,00	0,00	0,00	0,01
	чай гречишный	0,50	0,50				
TTK 001358	или Чай с лимоном	200		0,06	0,01	5,21	22,39
	чай черный байховый	0,50	0,50				
	лимон свежий	8,00	7,00				
	сахар	4,00	4,00				
TTK 000175	Блинчики	42		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	TO A PARTY OF THE			
TTK 003339	или Блинчики (треугольник)	45		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				
	경기 교육 사용하는 경우 아이들 얼마면서 사용하는 것 같아 집에 가장이 되었다. 나는 사용 사용 나는 사용하는 것 같아 가장 하는 것 같아.			2,42	4,35	13,23	101,74
TTK 001139	или Блинчики без начинки	60		2,42		THE RESERVE OF	
TTK 001139	경기 교육 사용하는 경우 보다면 얼마 없어요. 있는 사람들은 그들이 집에 가장이 되었는데 하는 것이 되었다면 하는 것이 가장 하는데 하는데 하는데 그렇게 되었다.	60 62	60	2,42			
TTK 001139	или Блинчики без начинки Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные	62		2,42			
TTK 001139	или Блинчики без начинки Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные Масло подсолнечное	<b>62</b> 0,50	0,50	<b>4,44</b>			
	или Блинчики без начинки Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные Масло подсолнечное масло сладкосливочное 72,5%	<b>62</b> 0,50 2,00			2.62		88,12
TTK 001139  TTK 003330  TTK 003331	или Блинчики без начинки Блинчики без начинки для фарширования быстрозамороженные Масло подсолнечное	<b>62</b> 0,50	0,50	2,11 2,72	2,62 3,75	14,01 18,03	88,12 138,34

	10 de de partir de la companya de la					
TTK 003332	или Оладьи мини	25	1,01	1,41	10,01	61,01
TTK 003335	или Оладьи 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	0,00	0,00	10,00	04,40
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		3,33	23,43	173,74
	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	1,02	0,00	10,43	173,74
	Масло подсолнечное	0,50 0,50				
	Madro negodino mod					
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00 2,00				
TTK 000256	Блинчики десертные с вишней	60,00	2,42	5,55	29,43	173,74
		60,00 60,00				
	Блины фаршированные десертные с вишней быстрозамороженные					
	Масло подсолнечное	0,50 0,50				
TTI( 000000	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,	450	4.00		WINTE STATE OF THE	
	или сезонный) 150 г	150	1,98	0,39	16,20	86,00
	или Фрукт вакуумной сушки	7				
	или Сухофрукты	9				
TTK 000050.	или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый					
000049, 000053	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
TTK 001490	или Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и	90	0.70	0.50	0.50	
111001490	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
	или Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами					
TTK 001492		80	2,16	2,00	6,80	53,84
TTK 001494	или Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и	80	2,16	2,00	6,80	53,84
111001494	селеном	•	2,10	2,00	0,00	55,64
TTK 001495	или Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами	80	2,16	2,00	6,80	53,84
	или Молоко ванильное с цикорием "Ванильный латте"					
TTK 001564	WIN HONORO BUILDING C QUROPHENI DURINDIBRIBIN NATIC	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)					
TTI( 000054	или Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой и				40.04	
TTK 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)					
	или Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"(продукт сезонный -					
TTK 000129	выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05. не чаще	70	0,42	3,15	13,58	84,00
	1 раза в 7-10 дней) 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	20	1,38	0,68	8,16	47
	Хлеб пшеничный	40	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день	State and the second residence and construction of the second second second second second second second second	752,00	16,01	14,72	84,87	560,82

		Четвертая	нелепя			1	
		Lie. Dopius.	подоли		3		
1	Двадцать второй день (4)	_					
№ TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак ТТК 002524	Котлета рыбная "Нежная"	90		44.00	47.05	4.50	204.05
	масло подсолнечное	16,00	16,00	11,86	17,35	4,50	221,65
	ТТК 002523 п/ф котлета рыбная "Нежная"	102,00	102,00				
	филе минтая	41,40	41,00				
	филе грудки	21,20	21,00				
	клетчатка	4,00	4,00	1			
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	молочный белок	S. C. C.	1,00				
	сухарь панировочный соль йодированная	7,00 0,30	6,00 0,30				
TTK 002701	или Котлета из белой рыбки	9(	CONTRACTOR OF STREET	13,01	19 97	4 90	244 42
111002701		16,00	16,00	13,01	18,87	4,80	241,13
	масло подсолнечное ТТК 002700 п/ф котлета из белой рыбки	10,00					
	ттк оогтоо пуф котлета из оелой рыски						
	филе минтая	49,50	49,00				
	яйцо	18,00	18,00				
	клетчатка	5,00	5,00				
	лук репчатый очищенный	10,00	10,00				
	сухарь панировочный	9,10	8,10				
	соль йодированная	0,20	0,20				
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 сливочным (90/5)	90		21,37	11,07	0,56	187,43
	филе горбуши замороженное (или иная)	119,32	106,20				
	филе гороуши замороженное (или иная) филе кижуча замороженное	119,32	106,20				
	лук репчатый очищенный	6,00	6,00				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 000211	или Тефтели рыбные	90		16,29	7,14	11,39	174,16
				10,29	1,14	11,55	174,10
TTK 001201	горбуша (филе)	83,71	74,50				
	лук репчатый очищенный	15,00	15,00				
	крупа рис мука пшеничная высшего сорта	8,00 6,00	8,00 6,00				
	мука пшеничная высшего сорта масло подсолнечное	1,40	1,40				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TTK 001508	или Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	115,	,00	12,95	7,42	19,09	196,29
	рыбные палочки (наггетсы)	136,35	136,35				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
TTK 000233	или Рыбные палочки из филе минтая (Халяль)	95		10,19	7,10	15,01	165,74
	рыбные палочки из филе минтал (халялы) в панировке	107,00	107,00	,15			
	масло сладкосливочное 72,5%	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	0,30	0,30				
TTK 001599	или Запеканка картофельная с минтаем (или горбушей)	20		15,24	5,66	29,93	219,3
		62,71	56,50				
	или минтай (филе) (или иная) лук репчатый очищенный	11,00	11,00				
	лук репчатый очищенный картофель свежий очищенный	160,00	160,00				
			4,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				

5,00

5,00

масло сладкосливочное 72,5%

	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	соль йодированная	0,80	0,80				
TTK 001315	Картофель отварной		50	3,14	4,24	25,25	152,04
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50				
	масло сладкосливочное 72,5% соль йодированная	5,00 0,80	5,00 0,80		-		
TTK 002665	или Картофель мятый		),00	3,12	4,19	25,23	151,43
	картофель свежий очищенный	154,50	154,50			20,20	101,40
	масло сладкосливочное 72,5%	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	1,40	1,40				
TTK 003079	соль йодированная	0,80	0,80				
111000073	или Картофельные дольки по-деревенски		50	3,26	1,76	26,57	135,52
	картофель свежий очищенный	162,40 1,11	162,40				
	масло подсолнечное специя томат-базелик-чеснок	0,15	1,11 0,15				
	соль йодированная	0,13	0,13				
TTK 001317	или Картофельные шарики запеченые	1!		3,36	1,82	27,38	139,70
TTK 001318	или Картофельные шарики мини запеченые	15	50				
	картофель свежий очищенный/ шарики пастеризованные	168,00	168,00				
	масло подсолнечное	1,15	1,15				
TTK 001873	соль йодированная или Пюре картофельное	0,46 <b>1</b> 8	0,46 50	3,32	4,11	24.00	420.70
	картофель свежий очищенный	128,30	128,30	3,32	4,11	21,90	138,76
	масло сладкосливочное 72,5%	4,14	4,14				
	молоко	23,70	23,70				
	соль йодированная	0,40	0,40				
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 001358	соль йодированная	0,50	0,50				
111 001338	чай черный байховый	20		0,06	0,01	5,21	22,39
	лимон свежий	0,50 8,00	0,50 7,00				
	caxap	4,00	4,00				
TTK 001357	или Чай с апельсином	20	STATE OF THE OWNER, STATE OF	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				
TTK	или Чай облепиховый с апельсином (или чай 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				
TTI( 004000	caxap	4,00	4,00				
TTK 001323	Томаты черри	80		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	80,0	00				
	или помидоры свежие	81,63	80,00				
ΓΤΚ 001379	или Нарезка из свежих овощей	80,0	10	0,62	0,12	2,32	13,20
	огурцы свежие	40,80	40,00				,
	помидоры свежие	40,80	40,00				
TK 001161	или Огурцы свежие с зеленью	80,0	0	0,54	0,09	2,55	12,28
	огурцы свежие	81,60	80,00				

	park.						
	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				
2.00	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				
	сахар	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, стручковая фасоль, редька, микс овощной и тп)	8	3	0,66	2,00	1,04	24,75
TTK 001422	или Капуста морская Нори	3	3	1,23	0,06	1,32	10,80
	Хлеб ржаной	2	3	1,7	0,53	10,93	55,2
	Хлеб пшеничный	4	0	3,26	1,00	18,28	102,40
Итого за день		583,00		20,72	23,29	66,32	568,08

		Четвертая н	еделя			I	
9	Doorway marry row (4)		13.	A			
	Двадцать третий день (4)		115-2	т - т		To.	
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды г	ЭЦ, ккал
Завтрак					A STATE OF	Marie and a	
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				
	томатная паста	8,43	8,43				
	масло подсолнечное	2,81	2,81	-			
Barsandon (197	соль йодированная	0,45	0,45				
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
	FORGAMA	72.049	63.20				
	говядина	72,048	63,20				
	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 (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				
	маспо подсопнечное	1.50	1.50				

масло подсолнечное

соль йодированная

сметана 10%

чеснок свежий

1,50

15,00

0,64

0,32

1,50

15,00

0,60

0,32

	томатная паста	3,63	3,63				
TTK 001345	соль йодированная или Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	0,40	0,40				
1111 00 1545	свинина	64,34	/50	6,46	4,89	12,63	121,38
	перец сладкий резанный замороженный	18,75	59,20 18,75				
	лук репчатый очищенный	12,50	12,50				
	масло подсолнечное	1,88	1,88				
	томатная паста	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	Петрушка свежая	0,85	0,63				
		0,40					
TTK 001346	соль йодированная		0,40				
111 001340	или Мясо тушеное в сметане с перцем болгарским	40/		6,86	7,75	12,93	149,82
	Свинина мясная	64,34	59,20				
	лук репчатый очищенный	12,50	12,50				
	перец болгарский свежий	24,93	18,75				
	мууз диримина высист серте	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				
TTK 002180	соль йодированная или Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (50/40)	0,40 <b>9</b>	0,40	40.40			
	свинина мясная			12,12	14,32	2,53	190,43
	масло подсолнечное	89,43 0,96	74,00 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				
TTK 002177	или Бефстроганов из мяса (50/40)	91		12,71	15,87	3,85	212,52
	говядина	87,80	63,20		.0,0.	0,00	212,52
	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		,	0,04	170,02
	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 002174	или Азу из мяса (50/40)	90		12,18	16,49	2,95	211,85
	Свинина	89,43	74				211,00
	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
		72.049	63.00				
	говядина	72,048	63,20				
	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				
	соль йодированная	0,40	0,40				
TK 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				

	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	55,2
	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				
TTK 003347	или Шурпа "По- деревенски" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
TTK 003348	или Шурпа "По- домашнему" (50/150)	200		14,37	18,75	18,42	303,72
ттк	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				
TTV 002252	лавровый лист	0,01	0,01				
TTK 003353	или Бигус с мясом (50/150)	200	74.00	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 3,00	5,00 3,00				
	сахар масло подсолнечное	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
TTK 000148	Напиток теплый из шиповника	200	0,00	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	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 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

I I K UU1/41	Иогурт питьевой персик-манго		80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001751	Йогрут питьевой с черникой		80	2,24	2,00		
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное ябло	ко	80	2,24	2,00	8,80 8,80	59,20 59,20
	Хлеб пшеничный		20	1,63	0,50	9,14	51,20
	Хлеб ржаной		14	1,02	0,18	5,1	26,18
Итого за день			554,00	19,63	18,96	54,34	588,91

Сезон осенне-зимне-весенний

## Четвертая неделя

Двадцать четвертый день (4)

	Двадцать четвертый день (4)						
Nº TK	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							Section 1
TTK 001348	Скрембл с томатом свежим	15	0	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				
	масло сладкосливочное 72,5%	5,00	5,00				
TTK 001349	соль йодированная или Омлет запеченный с сыром	AND RESIDENCE AND ADDRESS OF THE PARTY OF	0,40			- T-2 (m2) 1	Stalva Luci
111001043	HT 200 가 젊은 그가 아무슨 이 300 번 중에 200주를 가고 그리고 말고 보는 100 분들은 100 분	150		17,13	18,02	2,46	241,77
	одия	106,00	106,00				
	сыр твердый	10,00	9,60				
	молоко ультрапастеризованное 2,5%	44,00	44,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
TTK 001350	соль йодированная	0,40	0,40				
111/001350	или Омлет запеченный с сыром и помидорами	150		16,99	17,84	2,67	240,55
	яйцо	104,5	104,5				
	помидоры свежие	10,20	10,00				
	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				
TTK 000173	или Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	150		15,69	19,69	2,61	251,58
	яйцо	112,50	112,50	15,09	13,03	2,01	251,56
	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		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 001361	или Какао молочный с 13 витаминами	200	0	4,32	3,45	9,98	91,70
	Какао - порошок витаминиз. Витошка	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%	120,00	120,00				
TTV 004202	сахар	5,00	5,00				
TTK 001362	или Какао молочный с витамином С	200	J	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				20	12
				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
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			e se pila	
	Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный)	100	0	0,47	0,40	9,80	47,00
	A SECRETARIA DE ANTIGO DE COMPANSA DE LA COMPANSA DEL COMPANSA DEL COMPANSA DE LA COMPANSA DEL COMPANSA DEL COMPANSA DE LA COMPANSA DEL COMPANSA DE LA COMPANSA DE LA COMPANSA DE LA COMPANSA DE LA COMPANSA DEL COMPANSA DE LA COMPANSA DE LA COMPANSA DE LA COMPANS	7	STATE OF THE	Charles of			
	или Фрукт вакуумной сушки						
TTK 000050, 000040	или Сухофрукты или Батончик из сухофруктов /батончик фруктовый	9					
000053	натуральный/ сухофрукты в инд.упаковке 17 г	17		0,97	3,48	8,50	70,62
	или Сок фруктовый 125 г	125	5	0,00	0,00	14,37	57,50
TTK 001474	Ряженка м.д.ж 2,5% манго-маракуйа 80г.	80		The state of the s			ACCUMINATE SOUTH
	ALLESS CONTRACTOR DE LA C		COMMISSION OF	2,40	2,00	5,04	47,76
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	500	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
TTIC 004 400	Ряженка м.д.ж 2,5% яблоко- корица 80 г.	80		2,40	2,00	6,40	53,20
11K 001489	т яжетка м.д.ж 2,5% яотоко-корица оот.	ACRES OF SHIP SHIP IN THE SHIP				The second secon	
TTK 001489 TTK 002050	Ряженка м.д.ж 2,5% 80 г.	80		2,40	2,00	3,36	40,80

Итого за день		560,00	26.38	32.45	38 13	563.78
a Lilla Savestova eta	Хлеб пшеничный	20	1,63	0,50	9,14	51,20
TTK 002078	Йогрут питьевой печеное яблоко	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 001741	Йогурт питьевой персик-манго	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 001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001628	Кефир черничный пирог	80	2,40	2,00	7,20	56,40
TTK 001627	Кефир земляника-ревень	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001626	Кефир клубника-земляника	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 001624	Кефир клубничный	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001586	Кефир лимонный пай	80	2,40	2,00	7,12	56,40
TTK 001503	Йогурт питьевой груша-злаки-семена льна	80	2,24	2,00	8,80	59,20
TTK 001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	80	2,40	2,00	8,80	62,40

факт в день, г 3а 24 24 20,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 15,0 0,0 100,0 146,3 0,0 НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню (масса нетто) Фактически получено, г 13 20,0 12 0 49.0 0,0 166,0 0,0 0,0 0,0 15,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 40,0 58,0 300,0 1150,0 50,0 10,0 10,0 10,0 15,0 40,0 3,0 Кисломолочные продукты Творог Крупы, бобовые Макаронные изделия Картофель Светофель Овощи, зелень Фрукты свежие Сухофрукты Сахаф Кондитерские изделия 6 Картофоль

6 Картофоль

7 Совеци, эленнь

8 Фрукты свежие

9 Сухофрукты

10 Сахар

11 Коңылерские издегия

12 Какао

13 Кофейный напиток

14 Чай

16 Мясо 1 категории\*

16 Мясо 1 категории\*

17 Оубпродукты (печень)

18 Рыба-филе

21 Пеорог

22 Сметана

23 Сырог

24 Масло ословочное

26 Масло подсолнечное

26 Масло подсолнечное

27 Сметана

28 Сырог

29 Както подсолнечное

26 Масло ословочное

27 Сметана

28 Сметана

28 Сметана

29 Сметана

21 Сметана

23 Сметана

23 Сметана

23 Сметана

23 Сметана

24 Масло ословочное

26 Масло ословочное

26 Масло ословочное Продукты ž

средненные нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3890-20 "Санитарно-эпидамиологические гребования к организации общественного питания населя

## Распределение энергетической ценности (калорийности)

уточная потребность в	Завтрак		
пищевых веществах (СаНПиН2.3/2.4.3590-20)	ккал	20-25%	
дни			
1	597	25	
2	560	24	
3	583	25	
4	604	26	
5	614	26	
6	566	24	
Итого:	587	25	
7	600	26	
8	569	24	
. 9	562	24	
10	598	25	
11	599	25	
- 12	598	25	
Итого	588	25	
13	592	25	
14	609	26	
15	575	24	
16	608	26	
17	580	25	
18	587	25	
Итого	592	25	
19	561	24	
20	563	24	
21	561	24	
22	568	24	
23	589	25	
24	564	24	
Итого	568	24	
Итого	584	25	