

01.04.2024



Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях
от 1-3 лет с 7-12 часами пребывания

1 неделя

День 1 -ый

Приним пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	150/5	7,50	7,50	18,40	171,10	ТТК №4
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9,45	11,91	35,82	288,10	
Сок персиковый	125	0,60	0,30	13,00	57,00	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,30	13,00	57,00	
	474	10,05	12,21	48,82	345,10	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,60	3,60	стр 562 Сб общ пит1996
Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	2,70	6,30	6,50	93,00	№64 "Партнер"2014
Тефтели из говядины	50	4,4	4,6	3,5	73	ТТК № 1152 от 09.10.2020 и №364 С-Петербург 2008
Рис отварной с овощами	110	5,5	4,55	32,67	193,6	№334 Дели2016
Кисель	150			8,34	33,34	№284Партнер2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535,00	14,34	15,78	65,91	462,54	
ПОЛДНИК						
Булочка Домашняя	40	3,90	3,50	22,40	137,00	№158 Партнер г. Уфа 2014
Катык	110	3,00	2,70	4,50	54,30	№401Дели2010
Рагу с курицей	20/100	4,20	7,40	21,00	167,00	ТТК №63
Напиток цитрусовый	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	444,00	13,20	14,05	63,10	431,20	
ВСЕГО:	1454,00	37,59	42,04	177,83	1238,84	

День 2-ой

Приним пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/5	3,90	4,38	19,00	131,00	ТТК №7
Кисель с мялком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№272 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	№3Дели2010
Итого:	350	9,40	12,33	43,20	323,90	
Фрукты свежие апельсины	100	1,00	0,00	8,10	36,00	№ 368 Дели 2010
Итого:	100	1,00	0,00	8,10	36,00	
	450	10,40	12,33	51,30	359,90	
ОБЕД						
Салата отварная	30	0,80	0,50	4,30	25,00	стр664,с61996
Суп с гречневой крупой и картофелем с пассированными овощами	150/10	2,90	6,40	10,17	110,30	№86 Дели 2016
Биточки рубленые из рыбы	50	6,50	4,86	10,41	111,40	ТТК №3 Д
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	№137 Партнер 2014
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	530,00	14,50	15,36	69,68	475,30	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	15	4,10	4,50	23,00	148,00	

Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№419 Дели2016
Запеканка творожная с молоком стуженым	100/10	5,00	6,50	17,30	148,00	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимон	150/4/4	0,09	0,01	8,50	34,50	№393 Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	413	13,29	13,96	61,60	428,50	
ВСЕГО:	1393,00	38,19	41,65	182,58	1263,70	

День 3 - ий

Принем пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	5,00	5,50	14,00	126,00	ТТК №5
Чай с молоком, сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80	№394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9,20	11,90	38,90	299,80	
Сок персиковый	125	0,80	0,20	12,00	53,00	399 Дели2010
Итого:	125	0,80	0,20	12,00	53,00	
	475	10,00	12,10	50,90	352,80	
ОБЕД						
Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,03	0,57	3,39	стр563,сб1996
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	150/10	3,00	4,30	11,30	96,00	№688 Дели 2016
Голубцы мясные в соусе сметанно-томат.	140/15	9,20	12,30	32,60	277,00	№160,сб Пермь2001
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,50	52,10	ТТК №68
Хлеб сельский	30	1,5	0,2	14,3	66	
Итого:	525	14,41	16,56	71,27	494,49	
ПОЛДНИК						
Ватрушка с повидлом	40	0,6	2,50	28,00	136	№441 Дели 2016
Ржанец	110	3,12	2,75	4,89	55,60	№401 Дели2010
Ябло вареное	1/штг	2,50	2,30	0,15	31,50	№227 Дели 2016
Каша перловая с овощами	100/3	4,13	6,30	16,80	140,00	№180 Дели 2016
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	461	12,00	14,66	63,76	428,10	
ВСЕГО:	1461	36,41	43,12	185,93	1275,39	

День 4 - ий

Принем пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеница молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	№3 Дели2010
Итого:	360	10,30	11,65	39,10	302,60	
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Итого:	100	0,60	0,43	14,00	62,30	
	460	10,90	12,08	53,10	364,90	
ОБЕД						
Помидоры свежие порционные	30	0,33	0,06	1,14	7,20	стр563,сб1996
Щи со свиней капустой, картофелем, из м/б и сметаной	150/5	3,00	6,20	13,00	120,00	№75 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	130	9,3	8,5	31	238	ТТК №29 Д
Кисель	150			8,34	33,34	№284 Партнер2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,2	14,3	66	
Итого:	495	14,13	15,06	67,78	464,54	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	2,70	4,30	22,50	137,00	
Катык	110	3,00	2,70	4,50	54,30	№401 Дели2010
Суфле из творога с молоком стуженым	100/10	5,40	6,20	17,70	148,00	ТТК №567
Напиток шоколадный	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9	ТТК № 59

Кондитерские изделия печенье	15	1.50	4.00	27.10	150.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	9.80	10.00	28.30	241.00	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393,Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	518	16.62	17.24	82.60	550.30	
ВСЕГО:	1725,5	49,64	51,90	234,86	1578,30	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком, сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	425	11.60	14.30	51.70	382.30	
Сок яблочно-абрикосовый	125	1.20	0.00	12.00	49.60	№418,Дели2016
Итого:	125	1.20	0.00	12.00	49.60	
	550	12.80	14.30	63.70	431.90	
ОБЕД						
Огурцы свежие порционно	50	0.35	0.05	0.95	6.00	стр563,с61996
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	200/15	3.86	5.80	15.24	132.60	№88 Дели 2016
Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн.	150/20	12.30	14.60	38.20	333.40	№160,с6 Пермь2001
Напиток из урюка	180	0.6	0.0	15.0	63	ТТК №68
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	652.5	18.91	20.88	87.39	617.00	
ПОЛДНИК						
Ватрушка с повидлом	50	0.8	3.10	35.00	170	№441 Дели 2016
Разженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Яйцо вареное	48	5.10	4.60	0.30	63.00	№227 Дели 2016
Каша перловая с овощами	130/4	4.90	7.50	23.00	180.00	№180,Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	560	16.96	18.45	79.59	551.88	
ВСЕГО:	1762.5	48,67	53,63	230,68	1600,78	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеница молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	195.40	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	425	14.02	15,14	53,34	406.40	
Фрукты свежие груша	100	0.30	0.43	14.00	61.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.30	0.43	14.00	61.00	
	525	14.32	15.57	67.34	467.40	
ОБЕД						
Помидоры свежие порционно	50	0.55	0.10	1.90	12.00	стр563,с61996
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/с и сметаной	200/5	4.60	8.00	17.00	158.50	№73 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	180	11	9.5	38	281.5	ТТК №29 Д
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	652.5	17.95	18.00	84.90	574.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	1.20	2.00	34.00	160.60	
Китык	120	3.77	3	5	62.1	№401,Дели2010

Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9.00	12.50	24.00	244.50	ТТК №567
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	519	16.37	18.03	80.80	552.80	
ВСЕГО:	1696.5	48.64	51.60	233.04	1594.70	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	7.30	7.42	22.80	187.20	ТТК №1
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№272 Партер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	420	12.02	14.50	51.81	385.50	
Сок вишневый	125	0.87	0.25	20.00	85.00	№418/Дели2016
Итого:	125	0.87	0.25	16.50	71.00	
	545	12.89	14.75	68.31	456.50	
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.50	3.00	2.00	37.00	№ 15 Дели 2016
Свекольник с курицей, со сметаной	200/10/6	3.80	5.40	15.20	124.60	№35.с6 Пермь2001
Плов из курицы	160	11.8	13.5	38.9	324	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	643.5	18.00	22.40	85.90	616.60	
ПОЛДНИК						
Плошка новомосковская	50	2.50	4.00	24.00	142.00	№184 "Партнер" г. Уфа2010
Кефир	120	3.50	3.00	4.80	60.20	№401 Дели2010
Капуста тушеная с мясом	150	9.00	11.60	35.00	280.00	№54-10М Сборник рецептур Москва
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	528	16.86	18.85	80.09	557.08	
ВСЕГО:	1716.5	47.75	56.00	234.30	1630.18	

2 недели

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	430	14.10	17.00	51.70	417.30	
Фрукты свежие яблоко	100	0.40	0.40	12.00	53.20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.40	0.40	12.00	53.20	
	530	14.50	15.40	63.70	470.50	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	1.30	2.50	6.00	51.00	ТТК №60
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5	3.56	4.50	17.60	125.00	№82 Дели 2016
Биточки куриные "Солнышко"	70	8.00	10.50	6.20	152.00	ТТК №97Д
Макаронны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.20	№218 Дели 2016
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	687.5	19.46	21.50	87.20	619.70	
ПОЛДНИК						
Булочка слоистая	50	2.2	4.8	19.3	130	№257 Партнер2014 г. Уфа

Раженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Гречка с фаршем и овощами	130	7.30	10.00	33.20	252.00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	508	16.20	18.33	75.30	531.60	
ВСЕГО:	1725.5	50.16	57.23	226.20	1621.80	

День 7 - ой

Применение пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	8.00	6.35	16.00	153.00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	420	11.52	12.19	43.34	329.00	
Сок персик-банан	125	1.30	2.00	28.00	135.00	№418, Дели2016
Итого:	125	1.30	2.00	28.00	135.00	
	545	12.82	14.19	71.34	464.00	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0.70	2.50	4.50	43.50	№ 57 Дели 2016
Суп картофельный с горохом с мисками фрикадельками и гречками	200/15/10	3.25	3.00	18.00	112.00	ТТК№139
Тефтели рыбные с маслом	70/3	8.40	9.60	12.00	169.00	ТТК №1Д
Пюре Картофельное	130	3.70	4.44	25.00	155.00	№137 Партнер 2014
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	695.5	17.95	20.04	89.30	610.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	1.20	4.20	23.10	134.80	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	150	9.00	10.40	28.30	242.00	№ 250 Дели 2016
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393, Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	474	15.52	17.84	78.60	536.10	
ВСЕГО:	1714.5	46.29	52.07	239.24	1610.60	

День 8 - ой

Применение пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	180	6.20	5.00	21.00	153.00	№100 Дели 2016
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№272 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	400	13.42	14.78	50.01	386.30	
Фрукты свежие яблоко	100	0.06	0.36	12.00	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.06	0.36	12.00	49.00	
	500	13.48	15.14	62.01	435.30	
ОБЕД						
Огурцы свежие порционно	50	0.35	0.05	0.95	6.00	стр563,с61996
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной	200/5	3.00	7.90	18.80	158.30	№63 Дели 2016
Плов из отварной говядины	160	13.50	12.20	40.00	323.00	№108 "Партнер"2014
Компот из сухофруктов	180	0.7	0.0	18.0	75	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	632.5	19.35	20.59	95.75	645.00	

ПОЛДНИК						
Пирожок печеный с повидлом	50	4.60	5.12	26.40	170.00	№437 Дели2016
Катык	120	3.77	3	5	62.1	№401 Дели2010
Рагу из птицы с овощами	120/25		12.7	13.7	11	227 ТТК №4Д
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	523	22.93	22.07	58.69	533.98	
ВСЕГО:	1655.5	55.76	57.80	216.45	1614.28	

День 9 - ый

Прим пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8	6.6	26	194	ТТК №1
Чай с молоком, сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	425	12.90	13.40	55.70	394.00	
Сок яблоко-груша	125	0.60	0.38	13.00	62.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.60	0.38	13.00	62.00	
	550	13.50	13.78	68.70	456.00	
ОБЕД						
Помидоры свежие порционно	50	0.55	0.10	1.90	12.00	стр563,с61996
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	200/15	5.50	5.20	16.20	134.00	№86 Дели 2016
Котлеты "Аппетитные"	70	6.41	8.40	17.50	171.20	ТТК №7Д акт к.п.2014
Пюре Картофельное	130	3.70	4.44	25.00	155.00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	682.5	17.96	18.54	88.60	594.70	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	0.10	5.00	19.80	125.00	
Ряженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Запеканка из творога с крошкой	150	10.00	10.00	35.20	271.00	№ 322 С6 Самара 2013г
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	488	16.80	18.53	77.80	545.60	
ВСЕГО:	1720.5	48.26	50.85	235.10	1596.30	

День 10 - ый

Прим пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеница молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	194.00	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	425	14.02	15.14	53.34	405.00	
Фрукты свежие яблоко	100	0.06	0.36	12.00	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.06	0.36	12.00	49.00	
	525	14.08	15.50	65.34	454.00	
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.50	3.00	2.00	37.00	№ 15 Дели 2016
Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6	3.00	8.50	8.50	126.00	№64 "Партнер"2014
Гуляш из куриной грудки	45/45	7.56	8.70	24.60	207.00	ТТК №91
Каша гречневая вязкая	130/3	4.90	3.50	21.00	135.10	№182 Дели 2016
Напиток из урюка	180	0.6	0.0	15.0	63	ТТК №68

Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	711,5	18,36	24,13	89,10	650,10	
ПОЛДИНК						
Ватрушка с сыром	50	3,00	5,50	40,00	221,00	ТТК №1585 от 08.09.2021
Кефир	120	3,50	3,00	4,80	60,20	№401 Дели2010
Омлет натуральный	140	8,50	8,68	13,60	167,40	№229 Дели2016
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	518	16,86	17,43	74,69	523,48	
ВСЕГО:	1754,5	49,30	57,06	229,13	1627,58	
ИТОГО за 10 дней:	17258,00	492,68	543,17	2307,29	16078,50	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ

2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюда ужина.

3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:

3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных

учреждений. Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

3.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003

3.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.

3.6 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ - интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина I категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные I категория, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходов) морковь, свекла рассчитаны с 1.01(25% отходов)

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленные в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%