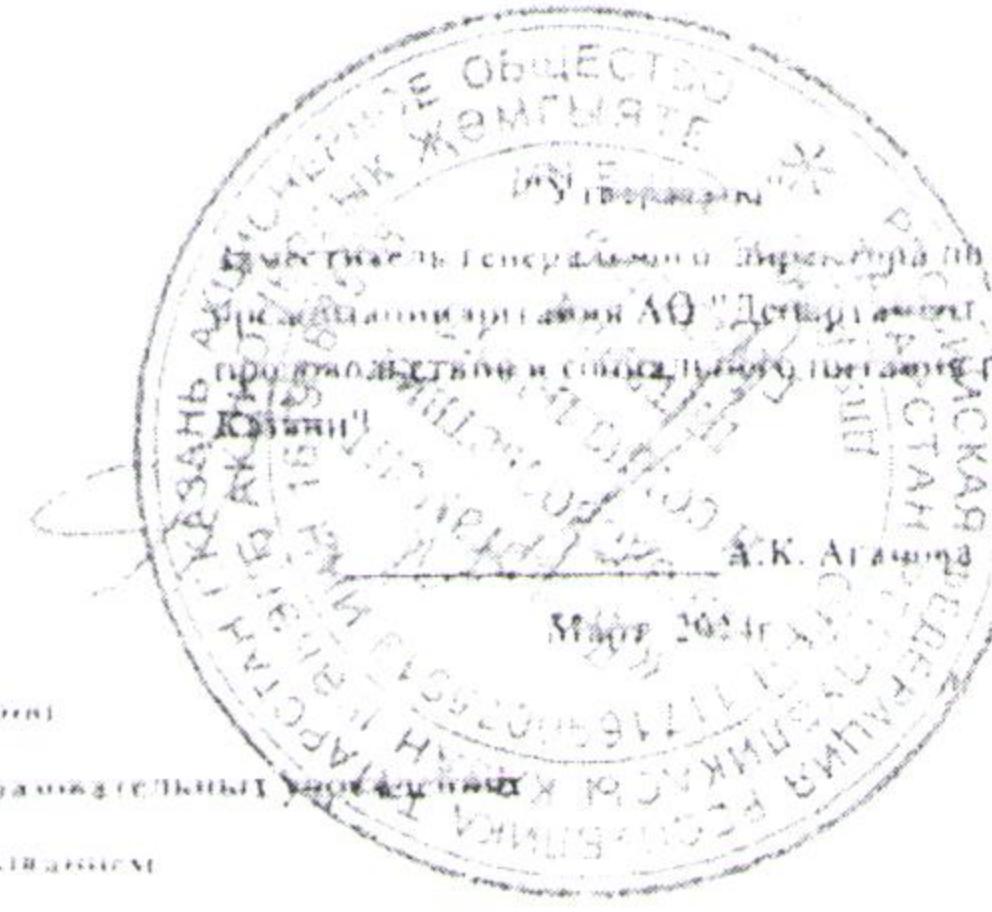


"Согласовано"



Протокол 10-дневного меню

для организованного питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 1-3 лет с 7-12 годами пребывания

День 1-ый

Предметы Наименование блюда	Виды блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал	Нормативы
		белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша молочная с маслом	150/5	7,50	2,50	19,30	171,10	ТТК №4
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,12	18,00	№ 411 Дело 2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	3,4	13	39	№ 1 Дело 2010
Всего:	350	9,45	11,91	35,82	286,10	
Сок персиковый	125	0,60	0,30	13,00	57,00	№ 359 Дело 2010
Итого:	125	0,60	0,30	13,00	57,00	
	474	10,05	12,21	48,82	345,10	
ОБЕД						
Огурцы соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,30	Спр 563 с 61996
Суп из окороков с сметаной	150/10/5	2,70	6,30	6,50	93,00	№ 64 "Парнис" 2014
Тефтели из говядины	50	4,4	4,6	3,5	73	ТТК № 1152 от 09.10.2010 и № 644 С-Петербург 2008
Рис с овощами с окороком	110	5,5	4,55	32,67	193,6	№ 334 Дело 2016
Кисель	150			8,34	32,34	№ 284 Партнер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535,00	14,34	15,78	65,82	461,24	
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	40	3,90	3,50	22,40	137,00	№ 259 Партнер г. Уфа 2014
Катык	110	3,00	2,70	4,50	54,30	№ 401 Дело 2010
Рагу с курицей	20/100	4,20	7,40	21,00	167,00	ТТК № 63
Напиток молочный	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Всего:	144,00	13,20	14,05	63,10	431,20	
Итого:	1544,00	34,59	32,04	177,74	1248,51	

День 2-ый

Предметы Наименование блюда	Виды блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал	Нормативы
		белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/5	3,90	4,38	19,90	131,00	ТТК №7
Каша с маслом	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№ 222 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	№ 3 Дело 2010
Итого:	350	9,40	12,33	43,20	323,90	
Фрукты свежие шнельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,00	№ 368 Дело 2010
Итого:	450	10,40	12,33	51,30	359,30	
ОБЕД						
Салат из свеклы	30	0,36	0,96	1,80	17,30	№ 344 Дело 2016
Суп с гречинкой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/10	2,90	6,40	10,27	110,30	№ 86 Дело 2016
Биточки рубленые из рыбы	50	6,50	4,86	10,21	111,40	ТТК № 3 Д
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,10	100,10	№ 137 Партнер 2014
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50	№ 394 Дело 2016
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535,00	14,00	15,82	67,18	467,60	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	15	4,10	4,50	23,00	138,00	
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№ 419 Дело 2016
Запеканка творожная с молочным супчиком	100/10	5,00	6,50	17,30	148,00	№ 237 Дело 2010
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,50	31,50	№ 393 Дело 2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	413	13,29	13,96	62,60	428,50	

ВСЕГО:	1393,00	37,75	42,11	181,08	1256,00	
--------	---------	-------	-------	--------	---------	--

День 3 - ий

Прием пищи Напоминание блог	Выход блога	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Нр ресурса
		белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша гречневая молочная с маслом	150/5	5,00	5,50	14,00	126,00	ТТК №5
Чай с молоком с сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80	№39 Дели 2010
Бутерброд с маслом с творогом	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели 2010
Итого:	350	9,20	11,90	38,90	299,80	
Сок персиковый	125	0,80	0,20	12,00	53,00	499 Дели 2010
Итого:	125	0,80	0,20	12,00	53,00	
	475	10,00	12,10	50,90	351,80	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,60	3,60	Спб 562 Сб обм пт 1996
Суп верхомолочный с картофелем и курицей	150/10	3,00	3,30	11,30	96,00	№88 Дели 2016
Голубцы ленинские в соусе сметанно-сырном	140/15	9,20	12,30	32,60	227,60	№163 сб Пермь 2014
Нюхтик из утка	150	0,50	0,03	12,50	52,10	ТТК №68
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	525	14,44	16,96	71,30	493,70	
ПОЛДНИК						
Батрушка с покидцами	40	0,6	2,50	28,00	136	№441 Дели 2016
Ржанка	110	3,12	2,75	4,59	55,60	№401 Дели 2010
Яйца вареные	120/10	2,50	2,30	0,15	31,50	№127 Дели 2016
Каша гречневая 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 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	461	12,00	14,06	63,76	428,10	
ВСЕГО:	1461	36,44	43,12	185,96	1275,60	

День 4 - ий

Прием пищи Напоминание блог	Выход блога	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Нр ресурса
		белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша гречневая молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00	ТТК №6
Кофеинный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№270 Парл.пер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,70	№351 Дели 2010
Итого:	360	10,30	11,68	39,10	302,60	
Фрукты свежие яруша	100	0,60	0,43	14,00	62,40	№368 Дели 2010
Итого:	100	0,60	0,43	14,00	62,40	
	460	10,90	12,08	53,10	364,90	
ОБЕД						
Свекла отварная	30	0,80	0,12	4,70	5,70	Спб 564 сб 1996
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б сметаной	150/5	3,00	6,20	13,00	120,00	№773 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	130	9,3	8,5	31	228	ТТК №29 Д
Кисель	150			8,34	33,34	№28 Парл.пер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,2	14,3	66	
Итого:	495	14,60	15,12	70,84	463,04	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	2,70	4,30	22,50	137,00	
Катык	110	3,00	2,70	4,50	54,30	№401 Дели 2010
Суфле из творога с молоком сушеником	100/10	5,40	6,20	17,70	148,00	ТТК №567
Вногодок помидорка	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9	111 К № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	415	13,20	13,65	59,90	417,20	
ВСЕГО:	1370	38,70	40,85	183,84	1240,14	

День 5 - ий

Прием пищи Напоминание блог	Выход блога	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Нр ресурса
		белки	жир	углеводы		

ЗАВТРАК						
Каша подбородочная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138	ТТК №1
Каюа с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№222 Парлор г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели 2010
Итого:	350	9,90	11,60	41,53	310,30	
Сок	125	0,30	0,00	10,00	40,00	№399 Дели 2010
яблочный						
Итого:	125	0,30	0,00	10,00	40,00	
	470	10,20	11,60	51,53	350,30	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,60	3,60	ст.р 562 Сб обн пнн 1996
Свекольник с курицей, со сметаной	150/10/5	3,12	4,20	11,60	97,00	№357 Парлор 2001
Плов из курицы	130	9	10,7	30,6	253	№321 Дели 2016
Коханки из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	№390 Дели 2016
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	505	13,96	15,33	67,30	461,70	
ПОЛДНИК						
Пловок из курицы со сметаной	40	1,80	3,20	19,00	112,00	№183 "Парлор" г. Уфа 2010
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	51,8	№401 Дели 2010
Капуста тушеная с мясом	110	6,00	8,00	14,00	191,00	№54-10М Супчик рисовый
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№411 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	444	12,55	14,16	61,62	422,80	
ВСЕГО:	1424	36,71	41,09	180,45	1214,80	

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

Продукт	Наименование блюда	Выход блюда	Нормы весовые (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК							
Каша: гречка молочная с маслом	150/5	4,80	5,00	14,00	120,00	ТТК №5	
Чай с молоком, сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80	№394 Дели 2010	
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,05	12,90	119,60	№33 Дели 2010	
Итого:	352	10,60	12,95	38,80	314,40		
Фрукты свежие яблоко							
Итого:	100	0,36	0,10	10,00	40,00	№386 Дели 2016	
		452	10,96	12,30	48,80	354,40	
ОБЕД							
Салат из свеклы и моркови	30	0,80	2,00	3,60	35,60	ТТК №60	
Рис салатик ленинградский с курицей, со сметаной	150/10/5	2,6	3,4	13,2	94	№821 Дели 2016	
Биточки куриные "Солнышко"	50	6,40	8,50	5,20	171,40	ТТК №971	
Макароны отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40	№218 Дели 2016	
Кисель	150			8,34	33,34	№29 Парлор 2014	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
Итого:	535	15,40	17,20	69,64	495,34		
ПОЛДНИК							
Булочка слоеная	40	2	4	16	108	№257 Парлор 2014 г. Уфа	
Роженка	110	3,12	2,75	4,59	55,60	№401 Дели 2010	
Гречка с фаршем и квашеной	110	6,00	7,50	28,00	203,00	ТТК №1630 от 10.11.2021	
Напиток рюмочный	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9	ТТК № 59	
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47		
Итого:	434	13,22	14,70	63,79	439,50		
ВСЕГО:	1321	39,58	44,95	182,23	1289,24		

День 7 - ой

Продукт	Наименование блюда	Выход блюда	Нормы весовые (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жир	углеводы		
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная с маслом	150/5	5,30	4,80	12,10	112,00	ТТК №8	
Кофеинный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№270 Парлор г. Уфа 2014	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели 2010	
Итого:	357	8,20	10,40	35,10	266,00		
Сок яблочный	125	1,90	1,00	15,00	77,00	№ 368 Дели 2010	

Итого:	125	4,20	1,00	15,00	77,00	
	482	10,10	11,70	50,10	343,60	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,60	3,60	ст. 562 С 6.09.01.01.1996 Т.К. №139
Суп картофельный с горохом с чесноком фрикадельки	150/10/10	2,00	3,00	13,60	28,00	
Гречка	50/2	7,50	7,40	10,60	179,00	Т.К. №13
Тефтели рыбные с маслом	110	2,20	3,20	15,40	160,10	№137 Парсер 2014
Пюре Картофельное	110	2,20	3,20	15,40	160,10	№130 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	542	13,54	14,13	64,70	439,80	
ПОЛДИНК						
Компот грушевый	21	0,60	2,20	14,00	77,00	
вафли						№419 Дели 2016
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,90	51,00	№250 Дели 2016
Пудингтворожный с молоком с ягодами	130	7,20	8,30	22,60	194,00	
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,50	31,50	№36 Дели 2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	439	11,99	13,46	58,90	403,50	
ВСЕГО:	1463	35,63	38,99	173,70	1186,30	

День 8 -ой

Примечание Напоминание 6.09.1	Виды блюда	Питание в 6-блюдах (г)			№ реестра	
		Питание в 6-блюдах (г)		Завтрак		
		Белки	жиров	углеводы		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермикелию	150	5,00	4,00	17,50	126,00	
Кафе с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	
Итого:	350	10,50	12,15	41,70	318,90	
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,10	10,00	42,00	
Итого:	100	0,36	0,10	10,00	42,00	
	450	10,86	12,25	51,70	360,90	
ОБЕД						
Огурцы салатные	30	0,24	0,03	0,51	3,30	
Борщ со свежей капустой, картофелем, из м/б, со сметаной	150/5	2,10	4,30	9,70	86,00	
Плов из отварной говядины	130	10,00	11,00	33,00	271,00	
Компот из суфледруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	495	14,14	15,63	72,51	488,80	
ПОЛДИНК						
Пирожок пшеничный с яйцом	40	3,70	4,10	21,10	136,00	
Капык	110	3,12	2,75	2,50	47,20	
Пюре гороховое	100/3	4,7	7,5	25,6	189	
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	467	13,17	14,56	63,42	437,20	
ВСЕГО:	1412	38,47	42,44	187,63	1286,90	

День 9 -ой

Примечание Напоминание 6.09.1	Виды блюда	Питание в 6-блюдах (г)			№ реестра	
		Питание в 6-блюдах (г)		Завтрак		
		Белки	жиров	углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша подбородочная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138	
Чай с молоком, сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80	
Бутерброд с маслом спокойным	25/5	1,9	4,4	13	99	
Итого:	349	10,20	11,40	42,13	311,80	
Сок	125	0,60	0,00	10,00	42,00	
яблоко-апельсиновый	125	0,60	0,00	10,00	42,00	
Итого:	474	10,80	12,30	52,13	353,80	
ОБЕД						

Салат из свеклы	30	0,36	0,96	1,80	17,30	№33, Дек 2016
Суп с рисовой крупой и картофелем с морковью фрикадельками	150/10	4,90	4,60	15,20	124,00	№66, Дек 2016
Кексы "Апельсиновые"	50	4,50	6,60	12,50	122,00	ТТК №7Д
Пирожное Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	№137 Партнер 2014
Кисель	150			8,34	53,14	№128 Партнер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	530	13,46	18,76	67,54	462,74	
ПОЛДНИК						
Компот персиково-яблочный	10	0,10	2,00	10,00	88,00	
кремер						
Ряженка	110	3,12	2,75	4,58	55,60	№4401 Дек 2010
Запеканка из творога с кропкой	130	6,80	8,60	30,00	225,60	№ 322 Сб. Сахара 2013
Наполеон манниковый	150/4	0,8	0,25	8,4	28,20	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	424	12,12	13,80	59,70	408,50	
ВСЕГО:	1428	36,38	40,96	179,16	1225,04	

День 10 -ый

Продукты Напитки/блюда	Вес/состав/блюда	Пищевые вещества (г)			Погружение в периоды	№ реестра/нр
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная 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	119,50	№330 Дек 2010
Итого:	360,00	10,30	11,65	39,10	302,60	
Фрукты срезные яблоко зеленое	100	0,36	0,36	14,00	60,00	№330 Дек 2010
Итого:	100	0,36	0,36	14,00	60,00	
	460	10,66	12,01	53,10	362,60	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,60	3,60	ст. 562 Сб. общ. п. 1996
Суп из овощей с куриной, со сметаной	150/10/5	2,20	6,30	6,50	93,00	№64 "Партнер" 2014
Гулыш из мяса ки	40/40	5,90	7,00	17,80	157,80	№182 Дек 2016
Каша греческая яблочная	110/2,5	3,00	3,20	17,70	116,00	ТТК №68
Наполеон из яиц	150	0,50	0,03	12,50	52,10	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	567,5	11,84	16,86	69,40	488,40	
ПОЛДНИК						
Багреница с сыром	40	2,40	4,40	30,00	169,00	ТТК №1585 от 08.09.2014
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	51,8	№4401 Дек 2010
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,60	142,50	
Чай с сахаром	160/4	0,08	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дек 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	464	13,15	13,86	63,62	431,30	
ВСЕГО:	1491,50	38,65	42,73	186,12	1282,30	
ИТОГО за 10 дней		14217,5	375,90	419,27	1818,21	12514,86

Примечания:

- Предусмотренные пропорции готовых блюд, утвержденные СайтоНП приказом с учетом пребывания детей в ДОУ
- При отсутствии класс-набора пропорций, в целях обеспечения физиологической безопасности продуктов питания, разрешается их замена на равнозначные по составу продукты в соответствии с таблицей замены пропорций по блюдам и углеводам (Приложение №11)
- При составлении пропорций в таблице замены пропорций по блюдам и углеводам (Приложение №11)
- При разработке меню для дошкольного учреждения (ДОУ) должны использоваться Стандартные нормативы - технические документы:
 - Сборник рекомендаций по питанию детей в дошкольных образовательных учреждениях Тутельян В.А., Мозилкин М.Н. - Москва Декабрь 2010-2016г.
 - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г
 - Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Скворцова И.М. - Москва - 2007 г.

- 3.4. Сборник рецептур блоков для пекарей детей г. Махачкалык 4,2003
- 3.5. Сборник технологических рецептур блок кулинарных и сладких для детского питания, "Парксер", 2010-2014 гг.
- 3.6. Сборник технологических нормативов, рецептур блоков и кулинарных изделий для пекарских образовательных учреждений Удмуртской Республики, Технологии пекарей и десертов пекарей Удмуртской Республики г. Пермь 2001 г.
- 3.7. Сборник рецептур блоков и кулинарных изделий для предприятий пищевой промышленности 1996г
- 3.8. Технологические карты

4. В разработанном меню предусматрено использование следующего сырья:
- говядина 1 категории упаковки (шашлык, фарш, гуляш 0/ф);
- сельскохозяйственная птица бройлеры птичники
- рыба мороженая круглая или средняя по размерам без головы (0/ф фарш рыбный)
- яйца куриные 1 категории, рассчитаны углублено, массой нетто 48г
- картофель рассчитан по закупке продукта с 1,03(40% отбыта) моркови, скваш. рассчитаны с 1,09(30% отбыта)
- баклажаны и помидоры свежие парниковые
- масло сливочное с масложировой ценой жира 72,5%
- огурцы зеленые в багетах без яиц с солевиной кислой
- сыр творожный с масложировой ценой жира 15%
- кин. овощи помидоры припускные, мясо с масложировой ценой жира 2,5%