

Утверждено  
 Подписано: ИА004200  
 Директор ИА  
 ИА004200

Приложение 10-е к плану  
 для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях  
 от 1-3 лет с 7-12 часами пребывания

Лист № 38

Лист 1-й

Продукты Наименование блюда	Взвешивание	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша овсяная молочная с маслом	180/5	7,50	7,50	18,40	171,10	ТТК №4
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Де-ю2016
Булочка с маком с начинкой	25/6	1,9	4,4	13	99	№1 Де-ю2016
Итого	350	9,45	11,91	35,82	198,10	
Фрукты свежие	125	0,60	0,30	13,00	57,00	№100 Де-ю2016
Итого	125	0,60	0,30	13,00	57,00	
Итого	475	10,05	12,21	48,82	335,10	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из овощей с маслом	30	0,47	1,50	2,70	26,00	№21, Де-ю 2016
Суп картофельный с картофелем и курицей	150/10	3,00	4,30	11,30	96,60	№48 Де-ю 2016
Тертая морковь с маслом	50	4,4	4,6	3,5	73	ТТК № 1152 от 09.10.2010 и №304 С-Петербург, гр. 2008
Рис отварной с овощами	110	5,5	4,55	17,67	193,6	№334 Де-ю2016
Макароны	150	1,5	0,3	14,2	66	№254 Партер 2014
Угощение чай	30	1,5	0,3	14,2	66	
Итого	470	14,92	18,25	72,81	487,94	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка с маком	40	3,90	3,50	22,40	137,00	№158 Партер г. Уфа 2014
Кефир	110	3,00	2,70	4,50	54,30	№401 Де-ю2016
Рагу картофель	20/100	4,20	7,30	21,00	167,00	ТТК №63
Пюре картофельное	150/4	0,5	0,25	5,4	25,0	ТТК № 59
Угощение чай	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого	434,00	13,20	14,05	63,10	473,20	
Итого	1454,00	38,67	41,61	194,73	1264,34	

Лист 2-й

Продукты Наименование блюда	Взвешивание	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша "Геркулес" молочная с маслом	150/5	2,90	4,38	19,00	131,00	ТТК №7
Каша овсяная	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№272 Партер г. Уфа 2014
Булочка с маком с начинкой	25/6/3	3,50	5,05	12,90	119,60	№3 Де-ю2016
Итого	350	9,40	12,33	43,20	323,90	
Фрукты свежие	100	1,00	0,60	8,10	36,90	№ 368 Де-ю 2016
Итого	100	1,00	0,60	8,10	36,90	
Итого	450	10,40	12,93	51,30	360,80	
<b>ОБЕД</b>						
Пюре картофельное с маслом	30	0,32	0,06	1,14	7,20	стр.53, от 096
Суп картофельный с курицей с овощами	150/10/5	2,70	6,30	6,50	93,00	№64 Партер 2014
Винегрет с яблоком и рыбой	50	6,50	4,80	10,41	111,40	ТТК №3 Д
Пюре картофельное	110	2,70	3,30	15,40	100,10	№137 Партер 2014
Пюре картофельное с яблоком	150	0,10	0,10	10,70	37,10	№ 368 Де-ю 2016
Угощение чай	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого	430,00	13,33	14,92	67,94	419,80	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Каша геркулесовая с маслом	35	1,20	4,20	23,10	134,80	
Макароны	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№119 Де-ю2016
Макароны с маслом	100/10	5,00	6,50	17,30	148,00	№237 Де-ю2016
Тесто овсяное с маком с начинкой	150/4/4	6,09	6,01	9,50	34,50	№103 Де-ю2016
Чай с сахаром и лимоном	20	1,6	0,2	9,8	47	
Угощение чай	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого	413	16,39	13,66	62,70	415,30	

"См. ластик"

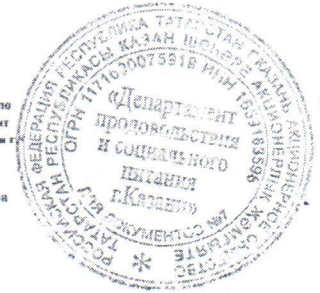
"Утверждено"

Заместитель генерального Директора по организации питания АО "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

*А. К. Агапова*

А. К. Агапова

Сентябрь 2024г



Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях от 1-3 лет с 7-12 часовым пребыванием

1 неделя

День 1 - пн

Примерное наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Какао с сахаром молочная с маслом	150/5	7,50	7,50	18,40	171,10	ТТК №4
Чай с сахаром	100/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дети 2016
Булочка с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дети 2010
Итого:	350	9,45	11,91	35,82	288,10	
Сок персиковый	125	0,60	0,30	13,00	57,00	№390 Дети 2010
Итого:	125	0,60	0,30	13,00	57,00	
	474	10,05	12,21	48,82	345,10	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежей капусты	30	0,47	1,50	2,70	26,00	№21. Дети 2016
Суп вермишевый с картофелем и курицей	150/10	3,00	4,30	11,30	96,00	№88 Дети 2016
Тесто из говядины	50	4,4	4,6	3,5	73	ТТК № 1152 от 09.10.2020 и №364 С-Петербург 2010
Рис отварной с овощами	110	5,5	4,55	32,67	193,6	№334 Дети 2016
Кисель	150			8,34	33,34	№284 Партер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535,00	14,82	15,25	72,81	487,94	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка Домашняя	40	3,90	3,50	12,40	137,00	№158 Партер г. Уфа 2014
Катык	130	3,00	2,70	4,50	54,30	№401 Дети 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	
Итого:	444,00	13,20	14,05	63,16	431,20	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1453,00</b>	<b>38,07</b>	<b>41,51</b>	<b>184,73</b>	<b>1264,74</b>	

День 2 - сб

Примерное наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Какао "Дружба" молочная с маслом	150/5	3,90	4,38	19,00	131,00	ТТК №7
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№272 Партер г. Уфа 2014
Булочка с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	№3 Дети 2010
Итого:	350	9,40	12,33	43,20	323,90	
Фрукты свежие апельсины	100	1,00	0,00	8,10	36,00	№ 368 Дети 2010
Итого:	100	1,00	0,00	8,10	36,00	
	450	10,40	12,33	51,30	359,90	
<b>ОБЕД</b>						
Помидоры свежие порционные	30	0,33	0,06	1,14	7,20	стр.63,сб1996
Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	2,70	6,30	6,50	93,00	№64 "Партер" 2014
Булочка рубленая из рыбы	50	6,50	4,86	10,4	111,40	ТТК №3 Л
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	№137 Партер 2014
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	№ 390 Дети 2016
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	530,00	13,33	14,92	57,95	419,80	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кисель черничный	15	1,20	4,20	23,10	134,80	
печенье КИ	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№419 Дети 2016
Молоко топленое	100/10	5,00	6,50	17,30	148,00	№237 Дети 2010
Запеканка творожная с сметаной и сахаром	150/4/4	0,09	0,01	8,50	34,50	№193 Дети 2010
Чай с сахаром и лимоном	20	1,6	0,2	9,8	47	
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	413	10,39	13,66	62,70	415,20	

ВСЕГО:	1307,00	34,12	40,91	171,95	1195,00	
--------	---------	-------	-------	--------	---------	--

День 3 - ий

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Какао тертое шоколад молочная с мас.лом	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 Дели 2010
Бутерброд с маслом сливочным	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	399 Дели 2010
Итого:	125	0,80	0,20	12,00	53,00	
	475	10,00	12,10	50,90	352,80	
<b>ОБЕД</b>						
Огурцы свежие порционно	30	0,21	0,03	0,57	3,39	стр 563, сб 1996
Суп с греческой крупой и картофелем с мясом и фрикадельками	150/10	7,90	6,40	10,27	110,30	№86 Дели 2016
Голубцы капустные с соусом сметанным-томатн.	140/15	9,20	12,30	32,60	277,00	№160 сб Пермь 2001
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,50	52,10	ТТК №68
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	525	14,31	19,06	70,24	508,79	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Варушка с повидлом	40	0,6	2,50	28,00	136	№441 Дели 2016
Рожок	110	3,12	2,75	4,59	55,60	№401 Дели 2010
Яйцо вареное	1/2шт	2,50	2,30	0,15	31,50	№227 Дели 2016
Макарон отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40	№218 Дели 2016
Чай с сахаром	100/4	0,95	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	461	11,97	10,76	71,96	431,50	
ВСЕГО:	1461	26,28	41,92	193,10	1293,09	

День 4 - ий

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Какао молочная шоколадная 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	8,95	12,90	119,60	№3 Дели 2010
Итого:	360	10,30	11,65	39,10	302,60	
Фруктовый сок	125	13,00	0,00	0,00	55,00	
Итого:	100	13,00	0,00	0,00	55,00	
	485	23,30	11,65	39,10	357,60	
<b>ОБЕД</b>						
Помидоры свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	7,20	стр 563, сб 1996
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	150/5	3,00	6,20	13,00	120,00	№73 Дели 2016
Жаркое порционно с мясом из отпарной говядины	130	9,3	8,5	31	238	ТТК №29 Д
Кисель	150	0,5	0,25	8,34	33,34	№284 Партнер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	495	14,13	15,06	67,78	464,54	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Книгорезные 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 мясом куриным	100/10	5,40	6,20	17,70	148,00	ТТК №567
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	
Итого:	415	13,70	13,65	59,90	412,20	
ВСЕГО:	1370	50,63	40,36	166,78	1234,34	

День 5 - ий

Примечание	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	

Наименование блюда	Выход блюда	Полезные вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138	ТТК №1
Каша с яблоком	160	2,90	2,20	11,30	73,30	№272 Партер 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 апельсиновый	125	0,30	0,00	10,00	40,00	№309 Дели 2010
Итого:	125	0,30	0,00	10,00	40,00	
	470	10,20	11,60	51,53	350,30	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,30	2,00	1,20	24,00	№ 15 Дели 2016
Свекольник с курицей, со сметаной	150/10/5	3,12	4,20	11,60	97,00	№35,сб Пермь 2001
Плов из курицы	130	9	10,7	30,6	253	№321 Дели 2016
Компот 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	14,02	17,30	67,90	482,10	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Панночка шоколадная	40	1,80	3,20	19,00	112,00	№184 "Партер" г. Уфа 2010
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	54,8	№401 Дели 2010
Кануста тушкан с маслом	110	6,00	8,00	24,00	191,00	№54-10М Сборник рецептов Москва
Чай с сахаром	100/4	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	427,80	
ВСЕГО:	1424	36,77	43,06	181,05	1255,20	

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Полезные вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	4,80	5,00	14,00	120,00	ТТК №5
Чай с молоком, сахаром	100/4	2,30	3,00	11,00	74,80	№394 Дели 2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60	№3 Дели 2010
Итого:	352	10,60	12,95	29,80	314,40	
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,10	10,00	40,00	№346 Дели 2016
Итого:	100	0,36	0,10	10,00	40,00	
	452	10,96	12,30	48,80	254,40	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих капусты	30	0,42	1,50	2,70	26,00	№21, Дели 2016
Рапсовый суп с курицей, со сметаной	150/10/5	2,6	3,4	13,2	94	№82 Дели 2016
Блины с курицей "Солнышко"	50	6,40	8,50	5,20	123,00	ТТК №97Д
Макаронные отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40	№118 Дели 2016
Кисель	150			8,34	33,34	№184 Партер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535	15,02	16,70	68,74	485,74	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка содовая	40	2	4	16	108	№ 257 Партер 2014 г. Уфа
Ряженка	110	3,12	2,75	4,59	55,60	№401 Дели 2010
Гречка с фаршем и овощами	110	6,00	7,50	18,00	203,00	ТТК №1630 от 10.11.2011
Панночка шоколадная	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	62,77	439,50	
ВСЕГО:	1321	39,20	44,45	181,33	1279,64	

День 7 - ой

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Полезные вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная с маслом	150/5	5,20	4,80	17,10	112,00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№270 Партер г. Уфа 2014

Булгур с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели2010
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	1,90	1,00	15,00	77,00	
<b>ОБЕД</b>	482	10,10	11,70	50,10	343,00	
Помидоры свежие порционные	30	0,33	0,06	1,14	7,20	стр №63, с61996
Суп картофельный с горохом с мясным фаршем, зеленью и грибами	150/10/10	2,00	3,00	13,60	89,00	ТТК №139
Тесто с рыбными консервами	50/2	7,50	7,40	10,60	139,00	ТТК №1Д
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	№137 Партер 2014
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,70	42,10	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	542	13,63	14,16	65,24	443,40	
<b>ПОЛДНИК</b>	15	1,20	4,20	23,10	134,80	
Консервы из овощей печеные	15	1,20	4,20	23,10	134,80	
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№419 Дели2016
Пунш из творога с рисом с мясным соусом	130	7,20	8,30	22,60	194,00	№ 250 Дели 2016
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,50	34,50	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	439	12,59	15,46	68,00	461,30	
<b>ВСЕГО:</b>	1463	26,32	41,02	183,34	1247,70	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с вермишелью	150	5,00	4,00	17,50	126,00	№100 Дели2016
Каша с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№272 Партер г. Уфа 2014
Булгур с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,55	12,90	119,60	№3 Дели2010
Итого:	350	10,50	12,15	41,70	318,90	
Фруктовое пюре яблочное	125	13,00	0,00	0,00	55,00	
Итого:	100	13,00	0,00	0,00	55,00	
	450	23,50	12,15	41,70	373,90	
<b>ОБЕД</b>						
Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,83	0,57	3,29	стр №63, с61996
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне	150/5	2,10	4,30	9,70	86,00	№63 Дели 2016
Плов из отварной говядины	130	10,00	11,00	33,00	271,00	№108" Партер"2014
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,50	52,10	ТТК №68
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	495	14,31	15,66	70,07	478,49	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Перожи, печеный с повидлом	40	3,70	4,10	21,10	136,00	№437 Дели2016
Каша	110	3,12	2,75	2,50	47,20	№401 Дели2010
Рагу из картофеля с овощами	100/20	10,48	11,36	9,96	188	ТТК №4Д
Чай с сахаром	100/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	467	18,95	18,42	46,78	436,20	
<b>ВСЕГО:</b>	1412	56,76	46,23	158,54	1288,59	

День 9 - кш

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138	ТТК №1
Чай с молоком, сахаром	100/4	2,30	2,00	11,90	74,80	№394 Дели2010
Булгур с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	349	10,20	11,40	42,13	311,80	
Сок яблочный	125	0,60	0,00	10,00	42,00	№ 368 Дели 2010

Итого:	125	0,60	0,99	10,50	42,00	
	474	10,80	12,30	52,13	353,89	
<b>ОБЕД</b>						
Пюре картофеля с мясом и морковью	30	0,33	0,06	1,14	7,20	стр 563 сб 1996
Суп с ржаной крутой и картофелем с мясным фаршем и зеленью	150/10	4,90	4,60	15,20	124,00	№86 Дели 2016
Котлеты "Домашние"	50	4,50	6,60	12,50	122,00	ТТК №7Д
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	№137 Партнер 2014
Кисель	150			8,34	33,34	№284 Партнер 2014
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	520	13,43	14,86	66,88	452,64	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Коктейль с йогуртом и фруктами	10	0,10	2,00	10,00	55,00	
Раженица	110	3,12	2,75	4,59	55,60	№401 Дели 2010
Закуска из творога с зеленью	130	6,80	8,60	30,00	225,00	№ 322 Сб Сакара 2013г
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	
Итого:	424	12,12	13,80	59,79	408,50	
ВСЕГО:	1428	36,35	40,06	178,80	1214,94	

День 10 -ый

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угледы		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каши 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 Дели 2010
Итого:	369,00	10,30	11,65	39,10	303,60	
Фрукты свежие	100	0,36	0,36	14,00	60,00	№300 Дели 2010
Итого:	100	0,36	0,36	14,00	60,00	
Итого:	460	10,66	12,01	53,10	363,60	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,30	2,00	1,20	24,00	№ 15 Дели 2016
Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	2,70	6,30	6,50	93,00	№64 "Партнер" 2014
Гуляши из куриной грудки	40/40	5,90	7,00	17,80	157,80	ТТК №91
Каши гречневая вязкая	110/2,5	4,00	3,20	17,70	116,00	№182 Дели 2016
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,50	53,10	ТТК №68
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	65,9	
Итого:	567,5	14,90	18,83	70,98	508,80	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Ватрушка с сыром	40	2,40	4,40	30,00	169,60	ТТК №1585 от 08.09.2021
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	54,8	№401 Дели 2010
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,00	142,50	№228 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:	464	13,15	13,86	63,62	433,20	
ВСЕГО:	1491,50	38,71	44,70	186,72	1307,70	
ИТОГО за 10 дней	14217,5	403,23	424,21	1786,35	12575,44	

Примечание:

1. При составлении меню средние суточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОО
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 предусмотрены усредненные нормы с исключением блюд ужины.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОО) были использованы следующие нормативы - технические документы:
  - 3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тулькин В.А., Моисильзон М.П. Москва Дели принт 2016-2016гг.
  - 3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г.

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутелькин В.А., Скурлатов И.М. Москва 2007 г.

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

3.5. Сборник технико-технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг. образовательных учреждений г. Пермь 2011г.

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

3.8. Технико-технологические карты

4. В разработанных меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина I категории убитанности (лопатка, фарш, гуляш и/ф);

сезонная свиная и птичья бройлеры промышленные

рыба морская крупная или средняя промышленная без головы (и/ф фарш рыбный)

птица куриные I категории, рассчитаны условно, максоб нетто 48г

картофель, овощи (морковь, свекла, капуста, лук...) рассчитаны с учетом готовности

пшеница и продукты ее муки парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы свежие в банках без уксуса с лимонной кислотой

сыр сливочный с массовой долей жира 15%

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