

"Согласовано"

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



А.К. Агапова

2022г

Примерное 10-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях санаторного типа с туберкулезной интоксикацией
от 1 до 3 лет с 7-12 часовым пребыванием

1 неделя

День 1 - ый

Прием 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	160/8	0,05	0,01	9,00	36,00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/10	2,10	7,10	13,50	126,30	№1 Дели2010
Итого:	358	9,65	14,61	40,90	333,40	
Сок абрикосовый	125	0,60	0,60	35,00	147,80	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,60	35,00	147,80	
	483	10,25	15,21	75,9	481,2	
Салат "Пестрый"	30	0,30	1,35	2,88	24,87	№31 Справочник Москва2003
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной с курицей	150/15/5	5,00	6,90	8,80	117,30	№73 Дели 2016
Котлеты рубленые из говядины	60	4,4	5,2	8,6	99	№299 Дели2016
Макароны отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40	№218 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	565	16,60	17,00	77,13	528,27	
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое	180	3,84	4,50	6,00	80,00	№419 Дели2016
Пицца с сыром	50	4,40	3,50	21,30	134,30	ГТК №1585 от 08.09.2021
Итого:	230	8,24	8,00	27,30	214,30	
УЖИН						
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Рагу с курицей	30/100	4,10	8,20	13,00	142,00	ТТК №63
Чай фруктовый	150/9	0,15	0,075	16,4	66,9	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	409,00	6,45	8,91	53,20	318,20	
ВСЕГО:	1687,00	41,54	49,12	233,53	1541,97	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша "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	№397Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/10	4,70	9,20	11,86	149,00	№3Дели2010
Итого:	357	10,60	15,78	42,16	353,30	
Сок мультифрукт	125	0,6	0	18	74,4	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,00	18,00	74,40	
Салат из свеклы	482	11,2	15,78	60,16	427,7	
	30	0,36	0,96	1,80	17,30	№34, Дели2016
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	150/15	3,00	6,40	23,60	164,00	№38 Пермь2001
Биточки рубленые из рыбы	50	8,00	4,90	4,50	94,00	ТТК №3 Д №137 Партнер 2014
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10	
Кисель	150			8,34	33,34	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	550	16,26	16,01	75,29	510,34	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	20	1,25	7,00	25,00	168,00	
Компот из урюка	180	0,7	0,0	20,0	83	№394, Дели 2016
Итого:	200	1,95	7,00	45,00	251,00	
УЖИН						
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови	30	0,60	0,05	3,00	14,00	№42 Дели2016г
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/15	15,00	9,00	38,57	295,30	№365сб2004
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5	0,1		11	44,4	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	478	18,30	9,25	70,47	437,10	
ВСЕГО:	1710,00	47,71	48,04	250,92	1626,14	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
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	№394Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/10	2,10	7,10	13,50	126,30	№1 Дели2010
Итого:	354	9,40	14,60	39,40	327,10	
Сок	125	0,01	0,00	27,50	110,04	399Дели2010

яблочный						
Итого:	125	0,01	0,00	27,50	110,04	
Морковь отварная	479	9,41	14,6	66,9	437,14	
Свекольник с мясом и сметаной	30	0,24	0,03	0,51	3,30	стр562,сб1996
говядина	150/25/5	4,00	5,80	8,30	101,40	№35,сб.Пермь
Гуляш из индейки	40/40	6,20	7,50	17,80	162,00	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	110/2,5	4,00	3,20	17,70	116,00	№182,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	150	0,22	0,1	12,5	52	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	597,5	17,36	17,06	78,46	535,90	
ПОЛДНИК						
Ряженка	180/5	4,8	4,2	6,8	84,2	№401Дели2010
Кондитерские изделия печенье	20	5,00	10,00	21,00	194,00	
Итого:	205	9,80	14,20	27,80	278,20	
УЖИН						
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,36	10,00	44,70	№399Дели2010
Вак-балиш	50	5,00	6,00	29,60	186,00	Сб.рецептур татарской нац. кухни Казань1997
Рагу из овощей	110	1,90	5,00	11,60	99,00	
Чай с сахаром	180/8	0,05	0,001	9	36	№411Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	468	8,91	11,56	70,00	412,70	
ВСЕГО:	1749,50	45,48	57,42	243,16	1663,94	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшённая 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	№395Дели2010
Яйцо вареное	1/2шт	1,50	1,35	0,09	18,50	№227Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/10	4,70	9,20	11,86	149,00	№3Дели2010
Итого:	393	13,00	16,25	38,15	350,50	
Сок яблочно- грушевый	125	0,04	0	23	92,2	№399Дели2010
Итого:	125	0,04	0,00	23,00	92,20	
Салат из свеклы и моркови	518	13,04	16,25	61,15	442,7	ТТК№60
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	30	0,39	1,50	2,70	25,86	
Макаронник с мясом	150/10/5	4	6	6,3	93	№82 Дели 2016
Компот из сухофруктов	130/2	9,00	8,30	29,20	227,50	№431(3),сб1996
Хлеб пшеничный 1с	150	0,60	0,00	15,00	62,50	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
	30	1,5	0,3	14,3	66	

Итого:	522	16,69	16,25	74,85	510,46	
ПОЛДНИК						
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	130	6,00	8,50	24,00	196,00	№ 250 Дели 2016
Кисель	150			8,34	33,34	№284Партнер2014
Итого:	280	6,00	8,50	32,34	229,34	
УЖИН						
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови с яблоками	30	0,20	1,00	2,50	19,80	№41Дели2016
Рагу из птицы с овощами	100/20	10,48	11,36	8,96	180,00	ТТК №4Д
Напиток шиповника	150/8	0,50	0,20	20,20	84,60	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	428	13,38	13,19	55,46	393,70	
ВСЕГО:	1748,00	49,11	54,19	223,80	1576,20	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138	ТТК №1
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№397Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/10	2,10	7,10	13,50	126,30	№1 Дели2010
Итого:	350	10,10	14,30	42,03	337,60	
Сок вишневый	125	0,87	0,25	22,00	93,73	№399Дели2010
Итого:	125	0,87	0,25	22,00	93,73	
ПОЛДНИК						
Салат из моркови	30	0,60	0,05	3,00	14,00	№42 Дели2016г
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/20	4,20	4,60	12,05	106,40	№88 Дели 2016
Плов из курицы	130	9,2	12,2	34	283	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	525	16,80	17,40	80,90	547,10	
ПОЛДНИК						
Кефир	180/5	4,9	4,2	6,8	85	№401Дели2010
Кондитерские изделия крекер	15	0,70	6,00	25,50	156,80	
Итого:	200	5,60	10,20	32,30	241,80	
УЖИН						
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Котлеты рубленые из рыбы	50	4,28	4,00	2,20	58,85	ТТК №4Д
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,00	142,50	№229 Дели2016
Чай с сахаром	150/8	0,05	0,001	9	36	№411Дели2016

Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	458	12,93	10,70	44,10	320,75	
ВСЕГО:	1658	46,3	52,851	221,33	1540,98	

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая 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	№394Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/10	4,70	9,20	11,86	149,00	№3Дели2010
Итого:	361	11,80	16,20	37,76	343,80	
Сок яблочно-виноградный	125	0,6	0	23	94,4	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,00	23,00	94,40	
	486	12,4	16,2	60,76	438,2	
Салат "Пестрый"	30	0,30	1,35	2,88	24,87	№31 Справочник Москва2003
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	150/10/10	4,00	3,50	18,10	119,90	ТТК№139
Биточки куриные "Солнышко"	50	6,40	9,00	5,20	127,00	ТТК №97Д
Макароны отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40	№218 Дели 2016
Кисель	150			8,34	33,34	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	555	17,50	17,30	81,17	550,11	
ПОЛДНИК						
Плошка новомосковская	50	2,00	2,50	22,00	118,00	№184 "Партнер"г. Уфа2010
Молоко кипяченое	180	3,84	4,50	6,00	80,00	№419 Дели2016
Итого:	230	5,84	7,00	28,00	198,00	
УЖИН						
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	10,00	45,20	№399Дели2010
Рагу с индейкой	30/100	5,50	8,00	14,00	150,00	ТТК №62
Чай фруктовый	150/9	0,15	0,075	16,4	66,9	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	409	7,65	8,68	50,20	309,10	
ВСЕГО:	1680,00	43,39	49,18	220,13	1495,41	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	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

Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№395Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/10	2,10	7,10	13,50	126,30	№1 Дели2010
Итого:	362	10,60	15,80	41,90	352,40	
Сок персик-банан	125	0,40	0,19	30,00	123,30	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0,40	0,19	30,00	123,30	
Огурцы соленые	487	11	15,99	71,9	475,7	
	30	0,24	0,03	0,51	3,30	стр563,сб1996
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясом и сметаной	150/25/8	4,00	5,20	10,00	102,80	№63 Дели 2016
говядина						
Биточки рубленые из рыбы	50	8,00	4,90	4,50	94,00	ТТК №3 Д
Рис отварной	110	2,87	5,75	29,62	181,75	№201 Пермь 2001
Компот из замороженных ягод	150	0,22	0,1	12,5	52	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	568	18,03	16,41	78,78	535,05	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	20	1,25	7,00	25,00	168,00	
Компот из урюка	180	0,7	0,0	20,0	83	№394, Дели 2016
Итого:	200	1,95	7,00	45,00	251,00	
УЖИН						
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови с яблоками	30	0,20	1,00	2,50	19,80	№41Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/10	7,00	9,00	25,70	211,80	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5	0,1		11	44,4	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	473	9,50	10,63	63,00	385,30	
ВСЕГО:	1728	40,48	50,03	258,68	1647,05	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00	ТТК №6
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	№397Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/10	4,70	9,20	11,86	149,00	№3Дели2010
Итого:	357	12,50	15,90	39,36	350,30	
Сок яблочно-виноградный	125	1,2	0	30	124,8	№399Дели2010
Итого:	100	1,20	0,00	30,00	124,80	
Салат из свеклы	482	13,7	15,9	69,36	475,1	
	30	0,36	0,96	1,80	17,30	№34, Дели2016

Суп крестьянский с курицей, сметаной	150/10/5	4	5,00	12,30	110	№62"Партнер"2014
Запеканка картофельная с мясом	180/30	12,00	15,00	36,20	328,00	№291Дели2010
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	600	19,66	21,41	86,95	619,40	
ПОЛДНИК						
Шафран с яблоками	40	2,05	3	18	107	Сб.пац блюд 1996,акт20
Катык	180/5	4,9	4,5	6,8	87,3	№401Дели2010
Итого:	225	6,95	7,50	24,80	194,30	
УЖИН						
Фрукты свежие банан	100	0,72	0,36	17,00	74,12	№399Дели2010
Гречка с фаршем и овощами	130	5,50	7,50	27,00	197,00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Чай с сахаром	150/8	0,05	0,001	9	36	№411Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	408	7,87	8,06	62,80	354,12	
ВСЕГО:	1690,00	48,18	52,87	243,91	1642,92	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	150	8,20	8,00	16,20	169,00	№100 Дели2016
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/10	2,10	7,10	13,50	126,30	№1 Дели2010
Итого:	349	10,35	15,11	34,12	313,30	
Сок яблоко-вишня	125	0,75	0,38	23,00	98,42	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0,75	0,38	23,00	98,42	
Салат из свеклы и моркови	474	11,1	15,49	57,12	411,72	ТТК№60
Щи со свежей капустой, картофелем с мясом, со сметаной	150/25/5	4,40	6,30	9,00	110,30	№73 Дели 2016
говядина						№108"Партнер"2014
Плов из отварной говядины	130	10,00	10,00	28,00	242,00	
Говядина						№ 390 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10	
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
Итого:	535	17,59	18,35	71,55	521,86	
ПОЛДНИК						
Запеканка из творога с крошкой	100	14,75	5,00	17,00	172,00	№ 322 Сб Самара 2013г
Чай фруктовый	150/9	0,15	0,075	16,4	66,9	ТТК №56
Итого:	259	14,90	5,08	33,40	238,90	

УЖИН						
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови	30	0,60	0,05	3,00	14,00	№42 Дели2016г №160,сб
Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн.	150/20	8,00	11,00	23,40	224,60	Пермь2001
Напиток шиповника	150/8	0,50	0,20	20,20	84,60	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	478	11,70	11,45	64,50	406,60	
ВСЕГО:	1746,00	55,29	50,37	226,57	1579,08	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом	150/5	5,30	4,80	12,10	112,00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	№395Дели2010
Яйцо вареное	1/2шт	1,50	1,35	0,09	18,50	№227Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/10	4,70	9,20	11,86	149,00	№3Дели2010
Итого:	393	12,50	16,55	34,05	334,50	
Сок виноградный	125	0,48	0	22	89,92	№399Дели2010
Итого:	125	0,48	0,00	22,00	89,92	
	518	12,98	16,55	56,05	424,42	
Салат из моркови с яблоками	30	0,20	1,00	2,50	19,80	№41Дели2016
Суп-лапша домашняя с курицей	150/10	4,00	3,00	10,70	85,80	№86Дели2016
Котлеты "Аппетитные"	60	5,50	5,50	15,00	131,50	ТТК №7Д
Каша перловая с овощами	110/3	4,13	6,30	21,10	157,60	№180,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	150	0,22	0,1	12,5	52	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	15	1,20	0,15	7,35	35,60	
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	65,9	
Итого:	558	16,75	16,33	83,45	547,80	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	15	0,50	7,00	16,00	129,00	
Кефир	180/5	4,8	4,2	6,8	84	№401Дели2010
Итого:	200	5,30	11,20	22,80	213,00	
УЖИН						
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,36	10,00	44,70	№399Дели2010
Фрикадельки из говядины (паровые)	50	5,20	5,30	2,70	79,30	№413 Самара 2013
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,00	142,50	№229 Дели2016
Чай с сахаром	150/8	0,05	0,001	9	36	№411Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47	
Итого:	458	13,21	12,36	46,50	349,50	

ВСЕГО:	1734,00	48,24	56,44	208,80	1534,72	
--------	---------	-------	-------	--------	---------	--

"Согласовано"

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



А.К. Агапова

2022г

Примерное 10-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях санаторного типа с туберкулезной интоксикацией
от 3 до 7 лет с 7-12 часовым пребыванием

1 неделя

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10,00	40,40	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,50	144,70	№1 Дели2010
Итого:	435	12,39	18,14	50,00	413,10	
Сок абрикосовый	125	0,60	0,60	35,00	147,80	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,60	35,00	147,80	
	560	12,99	18,74	85	560,9	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	50	0,50	2,25	8,80	58,00	№31 Справочник Москва2003
Щи со свежей капустой с курицей, картофелем, с сметаной	200/30/6	6,40	6,00	13,00	131,60	№73 Дели 2016
Котлеты рубленые из говядины	70	6,2	7,3	12	138,5	№299 Дели2016
Макаронь отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,20	№218 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	723,5	21,40	19,85	102,80	676,30	
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое	200	4,20	5,00	6,70	88,60	№419 Дели2016
Пицца с сыром	60	5,40	4,20	28,00	174,50	ТТК №1585 от 08.09.2021
Итого:	260	9,60	9,20	34,70	263,10	
УЖИН						
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Рагу с курицей	40/120	5,00	10,00	16,00	174,00	ТТК №63
Чай фруктовый	180/10	0,18	0,09	19,70	80,33	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	485	8,52	10,87	66,90	399,63	
ВСЕГО:	2028,5	52,51	58,66	289,40	1899,93	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/15/10	6,27	12,10	15,53	197,20	№3 Дели2010
Итого:	440	13,89	20,48	54,34	458,30	

Сок мультифрукт	125	0,6	0,5	30	122,4	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,50	30,00	122,40	
	565	14,486667	20,983333	84,3383333	580,7	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0,60	1,60	3,00	29,00	№34, Дели2016
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/15	3,91	7,80	25,60	188,24	№38 Пермь2001
Биточки рубленые из рыбы	70	9,75	5,00	4,15	100,60	ТТК №3Д
Пюре Картофельное	130	3,70	4,44	25,00	155,00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	702,5	21,36	19,44	95,55	643,34	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	20	2,00	6,00	40,00	222,00	
Компот из урюка	180	0,7	0,0	20,0	83	№394, Дели 2016
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Итого:	300,00	3,70	6,00	68,10	341,40	
УЖИН						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	38,29	№42 Дели2016г
Суфле из творога с молоком сгущенным	200/20	25,25	14,08	51,37	433,20	№365сб2004
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,2	41,5	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	490	27,92	14,39	81,37	567,49	
ВСЕГО:	2057,5	67,47	60,81	329,36	2132,93	

День 3 - ий

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 маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,50	144,70	№1 Дели2010
Итого:	430	11,63	17,92	51,80	416,00	
Сок яблочный	125	0,01	0,00	7,50	30,00	399Дели2010
Итого:	125	0,01	0,00	7,50	30,00	
	555	11,64	17,92	59,3	446	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	7,50	73,85	№ 57 Дели 2016
Свекольник с мясом и сметаной	200/35/6	5,60	7,80	11,20	137,50	№35,сб Пермь2001
Гуляш из индейки	45/45	7,56	7,80	17,06	168,70	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	130/3	4,90	3,50	21,00	135,10	№182,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	180	0,27	0,1	15,0	62	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	751,5	22,68	24,25	99,56	707,65	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	45	10,00	20,00	42,00	388,00	
Ряженка	200/5	5,47	5,00	8,53	101,00	№401Дели2010

Итого:	250	15,47	25,00	50,53	489,00	
УЖИН						
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,36	10,00	44,70	№399Дели2010
Вак-балиш	75	7,50	8,00	44,50	280,00	Сб.рецептур татарской нап. кухни Казань1997
Рагу из овощей	130	2,00	6,00	13,65	117,00	
Чай с сахаром	200/10	0,06	0,02	10,00	40,40	№411Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	538	11,72	14,61	89,45	536,60	
ВСЕГО:	2094,5	61,51	81,78	298,84	2179,25	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная 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	№395 Дели2010
Яйцо вареное	1штг	6,00	5,40	0,34	75,00	№227Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом	30/15/10	6,27	12,10	15,53	196,00	№3 Дели2010
Итого:	488	21,49	25,44	53,81	531,40	
Сок яблочно- грушевый	125	0,04	0,5	23	96,6	№399Дели2010
Итого:	125	0,04	0,50	23,00	96,60	
	613	21,526667	25,941667	76,8116667	628	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	0,66	2,50	4,50	43,10	ТТК№60
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/30/5	5,00	8,20	14,00	149,80	№82 Дели 2016
Макароник с мясом	160/3	10,80	10,00	35,00	275,00	№431(3),сб1996
Компот из сухофруктов	180	0,7	0,0	18,0	75	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	685,5	20,56	21,34	99,30	673,60	
ПОЛДНИК						
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	150	9,00	12,50	24,00	244,50	№ 250 Дели 2016
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Итого:	330	9,00	12,50	34,00	284,50	
УЖИН						
Фрукты свежие груша	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2,00	4,30	37,00	№41Дели2016
Рагу из птицы с овощами	120/30	13,10	14,20	9,20	217,00	ТТК №4 Д
Напиток шиповника	180	0,61	0,25	19,00	81,00	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	515	17,42	17,23	63,70	480,30	
ВСЕГО:	2143,5	68,51	77,01	273,81	2066,40	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша полбяная 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	№397 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,50	144,50	№1 Дели2010
Итого:	425	12,05	18,12	51,91	419,00	
Сок вишневый	125	0,87	0,25	27,00	113,73	№399Дели2010
Итого:	125	0,87	0,25	27,00	113,73	
	550	12,916667	18,373333	78,9083333	532,73	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	№42 Дели2016г
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками	200/30	5,20	6,20	16,30	141,80	№88 Дели 2016
Вермишель						
Плов из курицы	160	12,3	15,1	41,2	352	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	677,5	21,75	22,06	105,60	709,80	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	20	1,00	4,00	35,00	180,00	
Кефир	200/5	5,80	5,00	10,00	108,00	№401 Дели2010
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Итого:	325	7,80	9,00	53,10	324,40	
УЖИН						
Котлеты рубленые из рыбы	70	5,00	5,60	3,00	82,40	ТТК 4Д
Омлет натуральный	140	8,50	8,68	13,60	167,40	№229 Дели2016
Чай с сахаром	200/10	0,06	0,02	10,00	40,40	№411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	455	16,30	14,65	43,80	373,20	
ВСЕГО:	2007,5	58,77	64,08	281,41	1940,13	

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	30/15/10	6,27	12,10	15,53	197,20	№3 Дели2010
Итого:	445	15,57	21,90	51,83	468,50	
Сок яблочно-виноградный	125	0,6	0	23	94,4	№399Дели2010
Итого:	125	0,60	0,00	23,00	94,40	
	570	16,17	21,9	74,83	562,9	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	50	0,50	2,25	8,80	58,00	№31 Справочник Москва2003
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	200/30/10	12,00	7,00	20,00	191,00	ТТК№139
Биточки куриные "Солнышко"	70	8,00	10,50	6,20	152,00	ТТК №97Д
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,20	№218 Дели 2016
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	727,5	28,70	23,95	102,20	740,70	

ПОЛДНИК						
Плюшка новомосковская	60	2,40	3,10	27,90	149,00	№184 "Партнер"г. Уфа2010
Молоко кипяченое	200	4,20	5,00	6,70	88,60	№419 Дели2016
Итого:	260,00	6,60	8,10	34,60	237,60	
УЖИН						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,00	45,20	№399Дели2010
яблоко						
Рагу с индейкой	40/120	7,00	11,00	18,50	200,00	ТТК №62
Чай фруктовый	180/10	0,18	0,09	19,70	80,33	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	485,00	10,32	11,84	65,40	408,53	
ВСЕГО:	2042,5	61,79	65,79	277,03	1949,73	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	№395 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,50	144,70	№1 Дели2010
Итого:	425	13,55	19,46	51,94	437,70	
Сок персик-банан	125	0,40	0,19	15,00	63,30	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0,40	0,19	15,00	63,30	
	550	13,946667	19,651667	66,9416667	501	
ОБЕД						
Огурцы соленые	50	0,40	0,05	0,85	5,50	стр563,сб1996
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясом и сметаной	200/35/10	5,20	7,00	12,00	132,00	№63 Дели 2016
Биточки рубленые из рыбы	70	9,75	5,00	4,15	100,60	ТТК №3Д
Рис отварной	130	3,40	6,80	35,00	214,80	№201 Пермь 2001
Компот из замороженных ягод	180	0,27	0,1	15,0	62	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	732,5	22,42	19,55	94,80	645,40	
ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0,60	0,43	14,00	62,30	№ 368 Дели 2010
груша						
Кондитерские изделия	20	1,10	5,00	23,00	141,40	
крекер						
Компот из урюка	180	0,7	0,0	20,0	83	№394, Дели 2016
Итого:	300,00	2,40	5,43	57,00	286,70	
УЖИН						
Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2,00	4,30	37,00	№41Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	200/20	12,68	13,00	36,60	314,12	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,2	41,5	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	490	14,97	15,25	62,40	447,12	
ВСЕГО:	2072,5	53,74	59,88	281,14	1880,22	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
----------------------------------	----------------	----------------------	--	--	----------------------------	-------------

		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,00	6,60	26,00	194,00	ТТК №6
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/15/10	6,27	12,10	15,53	196,00	№3 Дели2010
Итого:	440	16,69	21,28	55,14	477,30	
Сок яблочно-виноградный	125	1,2	0	30	124,8	№399 Дели2010
Итого:	125	1,20	0,00	30,00	124,80	
	565	17,886667	21,283333	85,1383333	602,1	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0,60	1,60	3,00	29,00	№34, Дели2016
Суп крестьянский с курицей, сметаной	200/30/5	9	10,00	16,50	192	№62 "Партнер"2014
Запеканка картофельная с мясом	200/30	19,00	18,00	39,60	392,00	№291 Дели2010
Компот из сухофруктов	180	0,7	0,0	18,0	75	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	752,5	32,70	30,24	104,90	818,70	
ПОЛДНИК						
Катык	200/5	5,80	5,00	10,00	108,00	№401 Дели2010
Шафран с яблоками	50	2,42	3,5	24,9	140	Сб.нац блюд 1996,акт20
Итого:	255	8,22	8,50	34,90	248,00	
УЖИН						
Фрукты свежие банан	100	0,72	0,36	17,00	74,12	№399 Дели2010
Гречка с фаршем и овощами	160	7,50	11,20	33,20	263,00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10,00	40,40	№411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	485	11,02	11,93	77,40	460,52	
ВСЕГО:	2057,5	69,83	71,95	302,34	2129,32	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	180	9,80	9,60	19,40	203,00	№100 Дели 2016
Вермишель						
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,38	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,50	144,70	№1 Дели2010
Итого:	405	12,19	17,74	39,89	368,08	
Сок яблоко-вишня	125	0,75	0,38	16,60	72,80	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0,75	0,38	16,60	72,80	
	530	12,94	18,12	56,49	440,88	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	7,50	73,85	№ 57 Дели 2016
Щи со свежей капустой с мясом, картофелем, с сметаной	200/35/6	6,40	6,00	13,00	131,60	№73 Дели 2016
Плов из отварной говядины	180	13,50	12,00	35,00	302,00	№108 "Партнер"2014
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	708,5	24,35	23,15	95,10	686,45	
ПОЛДНИК						

Запеканка из творога с крошкой	120	17,70	5,90	20,00	203,90	№ 322 Сб Самара 2013г
Чай фруктовый	180/10	0,18	0,09	19,70	80,33	ТТК №56
Итого:	310	17,88	5,99	39,70	284,23	
УЖИН						
Фрукты свежие апельсин	100	1,00	0,00	8,10	36,40	№ 368 Дели 2010
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	38,29	№42 Дели2016г
Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн.	200/20	10,40	17,60	32,35	329,40	№160,сб Пермь2001
Напиток шиповника	180	0,61	0,25	19,00	81,00	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	573	14,56	18,14	79,25	539,59	
ВСЕГО:	2121,5	69,73	65,40	270,54	1951,15	

День 10 - ый

Принем пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	7,00	6,35	16,00	148,00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	№395 Дели2010
Яйцо вареное	1шт	3,00	2,70	0,17	37,60	№227Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом	30/15/10	6,27	12,10	15,53	197,20	№3 Дели2010
Итого:	488	17,49	22,49	43,64	447,80	
Сок виноградный	125	0,48	0	30	89,92	№399Дели2010
Итого:	125	0,48	0,00	30,00	89,92	
ОБЕД						
Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2,00	4,30	37,00	№41Дели2016
Суп-лапша домашняя с курицей	200/30	6,30	4,20	16,40	128,60	№86Дели2010
Котлеты "Аппетитные"	70	6,41	7,50	17,50	163,20	ТТК №7Д
Каша перловая с овощами	130/4	4,90	7,50	25,00	186,00	№180,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	180	0,27	0,1	15,0	62	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	721,5	21,65	21,90	106,00	707,30	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	20	1,00	4,00	35,00	180,00	
Кефир	200/5	5,47	5,00	8,53	101,00	№401Дели2010
Фрукты свежие яблоко	100	0,36	0,36	10,00	44,70	№399Дели2010
Итого:	325	6,83	9,36	53,53	325,70	
УЖИН						
Фрикадельки из говядины (паровые)	70	7,30	7,40	3,80	111,00	№413 Самара 2013
Омлет натуральный	140	8,50	8,68	13,60	167,40	№229 Дели2016
Чай с сахаром	200/10	0,06	0,02	10,00	40,40	№411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	35	2,74	0,35	17,20	83,00	
Итого:	455	18,60	16,45	44,60	401,80	
ВСЕГО:	2114,5	65,05	70,20	277,77	1972,52	
ИТОГО за 10 дней:	20740	561,42	614,76	2552,28	17968,65	

ОТПРАВИТЕЛЬ МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД №393"	ПОДПИСАНО
ВЛАДЕЛЕЦ СЕРТИФИКАТА Беспалова Наталия Михайловна	
СЕРТИФИКАТ 0349C6650104AEB7AB439427949B6D0 C12	ПОДПИСАН 03.03.2022 12:00:47 МСК
ПОДПИСЬ ВЕРНА	