

Зав. МАДОУ №274
Колупеева Н.Р.



Меню-раскладка к примерному 10-дневному меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 3-7 лет

Применение пищи именование блюда	Выход блюда	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	
		брутто	нетто					
ЗАВТРАК								
молочная каша с маслом	200/5			10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Крупа манная		20,00	20,00					
Молоко		100,00	100,00					
вода		76,00	76,00					
сахар		3,00	3,00					
Соль		1,50	1,50					
Масло сливочное		5,00	5,00					
чай с сахаром	180/5			0,06	0,02	4,99	20,38	№ 411 Дели2016
Заварка		0,3	0,3					
сахар		5	5					
Вода		180	180					
баночка с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00	№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00					
Масло сливочное		5,00	5,00					
	425			12,36	14,52	44,89	359,38	
	125	125	125	0,60	0,06	22,00	90,90	№418/Дели2016
свежий огурец	125			0,60	0,06	22,00	90,90	
	550			12,96	14,58	66,89	450,28	
ОБЕД								
салат из свежей капусты	50			0,70	2,50	4,50	43,50	№21 Дели2016
капуста свежая		50,60	40,50					
морковь		6,25	5,00					

Меню-раскладка к примерному 10-дневному меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 3-7 лет

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
				белки	жиры	угл-ды		
				ЗАВТРАК				
Каша манная молочная с маслом	200/3			10.00	10.00	24.50	228.00	ТТК №4
		20.00	20.00					
		100.00	100.00					
		76.00	76.00					
		3.00	3.00					
		1.50	1.50					
		3.00	3.00					
Чай с сахаром	180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
		0.3	0.3					
		5	5					
		180	180					
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1.90	4.40	13.00	99.00	№1 Дели2010
		25.00	25.00					
		5.00	5.00					
Итого:	418			11.96	14.42	42.49	347.00	
Сок абрикосовый	125	125	125	0.90	0.08	22.00	91.00	№418Дели2016
Итого:	125			0.90	0.08	22.00	91.00	
	543			12.86	14.50	64.49	438.00	
ОБЕД								
Салат из свежей капусты	50			0.70	2.50	4.50	44.00	№21 Дели2016

	капуста свежая		50.625	40.50						
	морковь		6.65	5.00						
	сахар		0.80	0.80						
	Масло растительное		2.50	2.50						
	соль		0.20	0.20						
Суп вермишелевый с картофелем и курицей		200/15			3.86	5.80	15.24	133.00	№88 Дели 2016	
	цыплята		33.84	22						
	Картофель		92.40	60.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		9.52	8.00						
	Вермишель		8.00	8.00						
	Масло растительное		2.40	2.40						
	Соль		1.00	1.00						
	Вода		152.00	152.00						
Тефтели из говядины с соусом томатным		70/10			6.2	6.5	5	103	ТТК № 1152 от 09.10.2020 и	
	фарш из говядины		48	48						
	Хлеб пшеничный 1с		6	6						
	Вода		6	6						
	Лук репчатый		14.28	11.99						
	Крупа манная		3	3						
	Соль		0.5	0.5						
	масса полуфабриката			74						
	Масло растительное		2	2						
	соус томатный			10.0						
	вода		9.0	9.0						
	Масло растительное		0.4	0.4						
	Мука пшеничная		0.4	0.4						
	морковь		0.79	0.60						
	Лук репчатый		0.24	0.20						
	Томат-паста		1.0	1.0						
	Масло растительное		0.2	0.2						
	соль		0.1	0.1						
	сахар		0.2	0.2						
Рис отварной с овощами		130			6.5	5	38.6	225	№334 Дели2016	

	Крупа рисовая		37.7	37.7					
	Вода		80.6	80.6					
	Масса каши			107					
	Масло сливочное		5	5					
	Морковь		17.29	13					
	Масса припущенной моркови			11.9					
	Лук репчатый		15.48	13					
	Масса припущенного лука			6.5					
	Соль		0.3	0.3					
Кисель		180					10.00	40.00	№284Партнер2014
	Кисель-концентрат		21.60	21.60					
	вода		180.00	180.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		692.5			19.06	20.20	91.34	627.50	
	ПОЛДНИК								
Булочка Домашняя		50			4.90	5.00	38.00	217.00	№258 Партнер г. Уфа 2014
	Мука пшеничная		34.00	34.00					
	Сахар		7.00	7.00					
	вода		14.00	14.00					
	Масло растительное		7.00	7.00					
	Дрожжи сухие		0.20	0.20					
	Соль		0.30	0.30					
	Яйцо		1.00	1.00					
	Масса полуфабриката			60.50					
	Масло растительное		0.20	0.20					
Катык		110			3.77	2.75	5	62.1	№401Дели2010
	катык		114.00	110.00					
Рагу с курицей		120/25			6.00	9.50	16.90	177.00	ТТК №63
	цыплята		53.84	34.99					

	Масса тушеного мяса		25						
	Картофель		135.52	88.00					
	Морковь		14.89	11.20					
	Соль		0.50	0.50					
	вода		32.00	32.00					
	Масло растительное		4.00	4.00					
	Мука пшеничная		2.00	2.00					
	сахар		0.38	0.38					
Напиток шиповника		180/5			0.6	0.3	6.5	31	ТТК № 59
	шиповник порошок		3	3					
	Сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		510			16.79	17.71	76.24	534.10	
ВСЕГО:		1745.5			48.71	52.41	232.07	1599.60	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды		
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ с маслом	200/3			5.20	5.80	25.20	174.00	ТТК №7
		15.00	15.00					
		11.00	11.00					
		86.00	86.00					
		86.00	86.00					
		1.00	1.00					
		1.00	1.00					
		3.00	3.00					
Какао с молоком	180			2.42	2.58	13.61	87.00	№272 Парнер г. Уфа 2014
		1.50	1.50					

	Сахар		8.00	8.00					
	Молоко		90.00	90.00					
	Вода		100.00	100.00					
Бутерброд с сыром, маслом		25/7/3			4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
	Батон нарезной		25.00	25.00					
	Сыр		7.14	7.00					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
Итого:		418			11.62	14.38	51.64	383.00	
Фрукты свежие апельсин		85	96.9	85	0.34	0.34	10.50	47.00	№ 368 Дели 2010
Итого:		85			0.34	0.34	10.50	47.00	
		503			11.96	14.72	62.14	430.00	
	ОБЕД								
Салат из свеклы		50			0.60	2.50	4.20	42.00	№34, Дели2016
	Свекла		64.60	47.50					
	Масло растительное		2.50	2.50					
Суп из овощей с курицей, со сметаной		200/15/6			3.50	7.80	19.70	163.00	№64 "Партнер"2014
	цыплята		33.85	22					
	Капуста свежая		20.00	16.00					
	Картофель		61.60	40.00					
	Морковь		10.64	8.00					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	Масло растительное		4.00	4.00					
	Соль		1.00	1.00					
	Бульон или вода		152.00	152.00					
	Сметана		6.00	6.00					
Биточки рубленые из рыбы		70			8.75	6.80	8.15	129.00	ТТК №3Д
	рыба фарш		52.50	52.50					
	Яйцо		10.50	10.50					
	крупа манная		1.75	1.75					
	Лук репчатый		15.48	13.00					
	вода		5.30	5.30					

	Соль		0.50	0.50					
	сухари панировочные		5.00	5.00					
	Масло растительное		1.50	1.50					
	Сахар		0.20	0.20					
	Масса полуфабриката			83.00					
Пюре Картофельное		130			3.70	4.44	25.00	155.00	№13/ Партнер 2014
	Картофель		171.86	111.60					
	Молоко		20.47	19.50					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
Компот из свежих яблок		180			0.10	0.10	11.80	49.00	№ 390 Дели 2016
	Соль		1.00	1.00					
	яблоки		40.8	36.0					
	вода		155.0	155.0					
	сахар		5.0	5.0					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		688.5			18.45	22.04	86.85	620.50	
	ПОЛДНИК								
Кондитерские изделия		10			3.20	3.38	27.00	151.00	
печенье			10.00	10.00					
Молоко кипяченое		110			2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
	молоко		115.90	110.00					
Суфле из творога с повидлом		150/20			9.00	12.50	24.00	245.00	ТТК №567
	Творог		109.28	107.14					
	крупа манная		11.40	11.40					
	Яйцо		7.14	7.14					
	Сахар		11.40	11.40					
	Молоко		21.40	21.40					
	Сметана		14.28	14.28					
	соль		0.30	0.30					
	Масло растительное		0.60	0.60					
	повидло фруктовое		20.00	20.00					

Чай с сахаром и лимоном	180/5/5			0.12	0.01	10.20	41.00	№393Дели2010
Заварка		0.35	0.35					
Сахар		5	5					
лимон		5.1	5					
Вода		180.0	180.0					
Хлеб пшеничный 1с	20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	500			16.34	18.80	75.04	535.00	
ВСЕГО:	1691.5			46.75	55.56	224.03	1585.50	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды		
КАША Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/3			6.70	7.50	22.00	182.00	ТТК №5
Крупа Геркулесовая		25.00	25.00					
Молоко		100.00	100.00					
вода		76.00	76.00					
Сахар		1.00	1.00					
Соль		1.00	1.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Чай с молоком,сахаром	180/5			2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Заварка		0.3	0.3					
Сахар		5	5					
Молоко		48	48					
Вода		130	130					
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Масло сливочное		5.00	5.00					
Итого:	418			11.21	14.15	49.19	370.00	
Сок яблочно-абрикосовый	125	125	125	0.90	0.06	22.00	91.00	№418Дели2016

Итого:		125			0.90	0.06	22.00	91.00	
		543			12.11	14.21	71.19	461.00	
	ОБЕД								
Салат из моркови		50			0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
	Морковь		66.5	50					
	Сахар		0.5	0.5					
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками		200/15			5.50	5.20	16.20	134.00	№86 Дели 2016
	Фарш из говядины		17.1	17.1					
	Лук репчатый		1.79	1.5					
	Яйцо		1.5	1.5					
	Вода для фарша		1.7	1.7					
	Масса полуфабриката			20.1					
	Картофель		92.40	60.00					
	Морковь		10.64	8.00					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	крупя рисовая		12.00	12.00					
	Масло растительное		2.00	2.00					
	соль		1.00	1.00					
	Вода		144.00	144.00					
Котлеты рубленые из птицы		70			8.10	10.80	11.00	178.00	№ 205,справ.М2003
	Цыплята		80	52.0					
	Хлеб пшеничный 1с		13	13.0					
	Вода		18.5	18.5					
	Сухари панировочные		7	7.0					
	масса полуфабриката			87.5					
	Масло растительное		0.9	0.9					
	Соль		0.8	0.8					
Картофель тушёный		130			2.65	5.29	16.00	122.00	№138 Партнер г. Уфа 2014
	Картофель		168.90	109.68					
	Лук репчатый		26.10	21.93					
	Морковь		15.96	12.00					

	Масло растительное		4.80	4.80					
	Соль		0.70	0.70					
Компот из сухофруктов		180			0.18	0.1	25.9	89	№394, Дели 2016
	сухофрукты		18.36	18.00					
	вода		182.00	182.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		682.5			18.98	21.84	95.56	642.50	
	ПОЛДНИК								
Ряженка		110			3.19	2.75	4.62	59.00	№401 Дели2010
	ряженка		113.30	110.00					
Булочка Дорожная		50			3.55	5.91	30.10	188.00	№453 Дели 2016
	Мука пшеничная		31.50	31.50					
	Сахар		6.00	6.00					
	вода		15.20	15.20					
	Масло сливочное		6.50	6.50					
	Дрожжи сухие		0.30	0.30					
	Соль		0.20	0.20					
	масло сливочное		1.00	1.00					
	мука пшеничная		1.00	1.00					
	Масло растительное		0.10	0.10					
Яйцо вареное		48			5.10	4.60	0.30	63.00	№227 Дели 2016
	Яйцо		48.00	48.00					
Капуста тушеная (в сметанном соусе)		130			3.25	5.3	25.3	162	ТТК№53Д
	Капуста свежая		202.50	162.00					
	Лук репчатый		12.86	10.80					
	Морковь		19.24	14.47					
	Мука пшеничная		1.56	1.56					
	Масло сливочное		4.00	4.00					
	Сахар		1.70	1.70					
	Сметана		6.00	6.00					
	соль		1.00	1.00					
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.3	0.3					
	сахар		5	5					

Хлеб пшеничный 1с	Вода	20	180 20.00	180 20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		543			16.67	18.74	75.15	539.00	
ВСЕГО:		1768.5			47.76	54.79	241.90	1642.50	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность Ккал	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		
КАША ЗАВТРАК								
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3			8.00	6.60	26.00	195.40	ТТК №6
Крупа пшеничная		30.00	30.00					
Молоко		88.00	88.00					
Вода		88.00	88.00					
Сахар		1.00	1.00					
Соль		1.00	1.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК								
Кофейный напиток с молоком	180			1.22	1.34	11.94	65.00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Кофейный напиток		1.50	1.50					
Сахар		8.00	8.00					
Молоко		90.00	90.00					
Вода		108.00	108.00					
БУТЕРБРОД								
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3			4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Сыр		7.14	7.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Итого:	418			13.22	13.94	50.77	382.40	
ФРУКТЫ								
Фрукты свежие яблоко	85	96.9	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85			0.34	0.34	11.27	49.00	
	503			13.56	14.28	62.04	431.40	

ОБЕД								
Салат из свеклы и моркови	50			1.30	2.50	6.00	51.00	ТТК №60
свекла		38.62	28.40					
морковь		28.91	21.74					
Масло растительное		2.50	2.50					
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	200/5			4.60	8.00	23.80	186.00	№73 Дели 2016
Капуста свежая		50.00	40.00					
Картофель		36.96	24.00					
Морковь		10.64	8.00					
Лук репчатый		9.52	8.00					
Масло растительное		3.00	3.00					
Сметана		5.00	5.00					
Соль		1.20	1.20					
Вода		160.00	160.00					
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	160			10.9	11.1	33.58	278	ТТК №29 Д
говядина		41.78	41.78					
Масса тушеного мяса			29					
Картофель		165.08	107.2					
Лук репчатый		16.18	13.59					
Масло растительное		5.33	5.33					
соль		1.33	1.33					
масса готовых овощей			131					
Кисель	180					10.00	40.00	№284Партнер2014
Кисель-концентрат		21.60	21.60					
вода		180.00	180.00					
Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский	37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	632.5			18.60	22.00	91.38	637.50	
ПОЛДНИК								
Кондитерские изделия	21			1.20	6.20	22.00	148.00	

вафли			21	21					
Кефир	кефир	110	114.00	110.00	3.68	2.75	5.07	68.00	№401 Дели2010
Суфле рыбное	рыба фарш	100	88.56	88.56	5.60	5.40	5.62	94.00	№208, сб.диет2002
	масса отварной рыбы			72.00					
	Молоко		34.60	34.60					
	Масло сливочное		4.00	4.00					
	Мука пшеничная		4.00	4.00					
	Соль		0.70	0.70					
	соус молочный			34.60					
	Яйцо		14.70	14.70					
	масса полуфабриката			114.60					
	Масло растительное		2.00	2.00					
Макаронны отварные	макаронные изделия	130	45.50	45.50	4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
	Масло сливочное		2.60	2.60					
	Соль		0.70	0.70					
Чай с сахаром	Заварка	180/5	0.3	0.3	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
	сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		566			16.86	18.13	76.92	546.00	
ВСЕГО:		1701.5			49.02	54.41	230.34	1614.90	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность Ккал	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК								
Каша полбяная молочная с маслом	200/3			8.2	7.9	19.2	180	ТТК №1

	Полба		25.00	25.00					
	Молоко		88.00	88.00					
	Вода		88.00	88.00					
	Сахар		1.00	1.00					
	соль		1.00	1.00					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
Какао с молоком		180			2.42	2.58	13.61	87.00	№272 Парнер г. Уфа 2014
	Какао-порошок		1.50	1.50					
	Сахар		8.00	8.00					
	Молоко		90.00	90.00					
	Вода		100.00	100.00					
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		25.00	25.00					
	Масло сливочное		5.00	5.00					
Итого:		413			12.53	14.83	45.70	366.00	
Сок вишневый		125	125	125	0.60	0.06	21.00	95.00	№418Дели2016
Итого:		125			0.60	0.06	21.00	95.00	
		538			13.13	14.89	66.70	461.00	
	ОБЕД								
Салат витаминный		50			0.75	1.32	4.00	31.00	№15 Партнер 2009
	Капуста свежая		43.75	35.00					
	Морковь		16.62	12.50					
	Яблоки		12.50	11.25					
	Масло растительное		0.80	0.80					
	Сахар		0.80	0.80					
Свекольник с курицей, со сметаной		200/10/6			3.80	5.40	18.60	138.00	№225,со Пермь2001
	цыплята		22.61	14.7					
	Свекла		69.36	51.00					
	Картофель		53.13	34.50					

	Морковь		11.70	8.80					
	Лук репчатый		10.59	8.90					
	Масло растительное		4.00	4.00					
	Томат-паста		1.00	1.00					
	Сахар		1.30	1.30					
	Сметана		6.00	6.00					
	Соль		1.00	1.00					
	Вода		160.00	160.00					
Плов из курицы		160			11.8	13.5	38.9	324	№321 Дели 2016
	Цыплята		104.61	68					
	Масло растительное		3	3					
	масса готового мяса			50					
	Масло растительное		3	3					
	Морковь		19.01	14.3					
	Лук репчатый		8.33	6.99					
	крупа рисовая		38.50	38.50					
	соль		0.80	0.80					
	масса гарнира			110.00					
Компот из свежих яблок		180			0.10	0.10	11.80	49.00	№ 390 Дели 2016
	яблоки		40.8	36.0					
	вода		155.0	155.0					
	сахар		5.0	5.0					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		643.5			18.25	20.72	91.30	624.50	
	ПОЛДНИК								
Кондитерские изделия		10			5.80	4.00	32.00	187.00	
крекер			10	10					
Молоко кипяченое		110			2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
	молоко		115.90	110.00					
Запеканка картофельная с овощами,соусом		130/20			6.50	10.50	24.30	218.00	№293, справ.М.2003
	Картофель		180.18	117					
	Морковь		12.9	9.7					
	Лук репчатый		15.48	13					
	Яйцо		13	13					

	Сметана		3.2	3.2					
	Сухари панировочные		3.2	3.2					
	Соль		0.7	0.7					
	Масло растительное масса готовой заготовки		6.5	6.5				130	
	Сметана		5	5					
	Мука пшеничная		1.5	1.5					
	Вода		15	15					
	Соус сметанный			20					
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.3	0.3					
	сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		475			16.38	17.43	75.13	523.00	
ВСЕГО:		1656.5			47.76	53.04	233.13	1608.50	

2 неделя

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		
КАША								
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/3			6.70	7.50	22.00	182.00	ТТК №5
		25.00	25.00					
		100.00	100.00					
		76.00	76.00					
		1.00	1.00					
		1.00	1.00					
		3.00	3.00					
Чай с молоком,сахаром	180/5			2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
		0.3	0.3					
		5	5					
		48	48					

Вода		130	130					
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3			4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Сыр		7.14	7.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Итого:	423			13.30	15.80	49.13	393.00	
Фрукты свежие	85	96.9	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
яблоко								
Итого:	85			0.34	0.34	11.27	49.00	
	508			13.64	15.40	60.40	442.00	
ОБЕД								
Салат из свежей капусты	50			0.70	2.50	4.50	44.00	№21 Дели2016
капуста свежая		50.625	40.500					
морковь		6.65	5.00					
сахар		0.80	0.80					
Масло растительное		2.50	2.50					
соль		0.20	0.20					
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5			3.56	4.50	23.60	149.00	№82 Дели 2016
цыплята		33.846	22.000					
Картофель		92.40	60.00					
Крупа перловая		8.00	8.00					
Морковь		10.64	8.00					
Лук репчатый		4.76	4.00					
Масло растительное		3.00	3.00					
Огурцы соленые		21.84	12.00					
Сметана		5.00	5.00					
Соль		1.00	1.00					
Вода		152.00	152.00					
Биточки куриные "Солнышко"	70			8.00	10.50	6.20	152.00	ТТК №97Д
цыплята		84.61	55.00					
Морковь		23.27	17.50					

	Лук репчатый		11.90	10.00					
	Яйцо		2.10	2.10					
	соль		0.60	0.60					
	сухари панировочные		6.00	6.00					
	Масса полуфабриката			81.00					
	Масло растительное		2.00	2.00					
Макаронны отварные		130			4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
	макаронные изделия		45.50	45.50					
	Масло сливочное		2.60	2.60					
	Соль		0.70	0.70					
Кисель		180					10.00	40.00	№284Партнер2014
	Кисель-концентрат		21.60	21.60					
	вода		180.00	180.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		687.5			18.86	21.50	91.70	636.50	
	ПОЛДНИК								
Булочка сдобная		50			3.8	4.8	22.3	148	№257 Партнер2014 г. Уфа
	Мука пшеничная		30	30					
	Сахар		8	8					
	Яйцо		4	4					
	соль		0.3	0.3					
	дрожжи сухие		0.38	0.38					
	Молоко		4.5	4.5					
	Масло сливочное		4.5	4.5					
	Вода		9	9					
	Яйцо		0.9	0.9					
	масса полуфабриката			61					
	Масло растительное		1	1					
Ряженка		110			3.19	2.75	4.62	59.00	№401 Дели2010
	ряженка		114.00	110.00					

Гречка с фаршем и овощами	130			7.30	10.00	33.20	252.00	ТТК №1630 от 10.11.2021
фарш из говядины		43	43					
вода		52.8	52.8					
Крупа гречневая		25	25					
Морковь		15.66	11.78					
Лук репчатый		7.06	5.93					
Масло растительное		5.8	5.8					
соль		0.8	0.8					
Чай с сахаром	180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Заварка		0.3	0.3					
сахар		5	5					
Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с	20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	495			15.87	17.73	74.95	526.00	
ВСЕГО:	1690.5			48.37	55.37	227.05	1604.50	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды		
КАША ЗАВТРАК								
Каша ячневая молочная с маслом	200/3			9.50	8.80	20.10	198.00	ТТК №8
крупка ячневая		25.00	25.00					
Молоко		88.00	88.00					
Вода		88.00	88.00					
Сахар		1.00	1.00					
Соль		1.00	1.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Кофейный напиток с молоком	180			1.22	1.34	11.94	65.00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Кофейный напиток		1.50	1.50					
Сахар		8.00	8.00					
Молоко		90.00	90.00					

Бутерброд с маслом сливочным	Вода		108.00	108.00						
		25/5			1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010	
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		413			12.63	14.49	44.93	362.00		
Сок персик-банан		125	125	125	0.60	0.06	22.00	91.00	№418Дели2016	
Итого:		125			0.60	0.06	22.00	91.00		
		538			13.23	14.55	66.93	453.00		
Салат из свеклы	ОБЕД	50			0.60	2.50	4.20	42.00	№34, Дели2016	
	Свекла		64.60	47.50						
	Масло растительное		2.50	2.50						
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками		200/15/10			3.80	3.50	20.50	129.00	ТТК№139	
	Фарш из говядины		17.1	17.1						
	Лук репчатый		1.79	1.5						
	Яйцо		1.5	1.5						
	Вода для фарша		1.7	1.7						
	Масса полуфабриката			20.1						
	Картофель		61.60	40.00						
	Горох		20.20	20.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		9.52	8.00						
	Масло растительное		3.00	3.00						
	Соль		1.20	1.20						
	Вода		144.00	144.00						
	гренки									
	Хлеб пшеничный 1с		14.40	12.00						
	Масло сливочное		2.00	2.00						
Тефтели рыбные с маслом		70/3			8.40	9.60	12.00	169.00	ТТК №1Д	

	рыба фарш		56.00	56.00					
	хлеб пшеничный 1с		7.00	7.00					
	Лук репчатый		5.95	5.00					
	вода		7.84	7.84					
	Мука пшеничная		5.95	5.95					
	соль		0.14	0.14					
	Масса полуфабриката			81.20					
	Масло растительное		0.50	0.50					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
Пюре Картофельное		130			3.70	4.44	25.00	155.00	№15 / Партнер 2014
	Картофель		171.86	111.60					
	Молоко		20.47	19.50					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
Компот из свежих яблок		180			0.10	0.10	11.80	49.00	№ 390 Дели 2016
	Соль		1.00	1.00					
	яблоки		40.8	36.0					
	вода		155.0	155.0					
	сахар		5.0	5.0					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		695.5			18.40	20.54	91.50	626.50	
	ПОЛДНИК								
Кондитерские изделия		10			3.00	4.38	24.00	147.00	
печенье			10.00	10.00					
Молоко кипяченое		110			2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
	молоко		115.90	110.00					
Пудинг из творога с рисом с повидлом		130/20			9.00	10.40	28.30	242.00	№ 250 Дели 2016
	Творог		98.8	97.5					
	Крупа рисовая		18	18					
	Сахар		9	9					
	Яйцо		7.8	7.8					
	Масло сливочное		3.9	3.9					
	Сметана		3.9	3.9					
	Масса полуфабриката			153.4					

Чай с сахаром и лимоном	повидло фруктовое	180/5/5	20	20	0.12	0.01	10.20	41.40	№393 Дели 2010
	Заварка		0.35	0.35					
	Сахар		5	5					
	лимон		5.1	5					
	Вода		180.0	180.0					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		480			16.14	17.70	76.34	528.40	
ВСЕГО:		1713.5			47.77	52.79	234.77	1607.90	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		
Суп молочный с вермишелью	200			8.90	8.40	32.90	243.00	№100 Дели 2016
Завтрак								
Вермишель		15.55	15.55					
Сахар		1.11	1.11					
Молоко		151.00	151.00					
Вода		33.00	33.00					
Чай с сахаром	180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели 2016
Заварка		0.3	0.3					
сахар		5	5					
Вода		180	180					
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3			4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели 2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Сыр		7.14	7.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Итого:	420			12.96	14.42	50.72	385.00	
Фрукты свежие яблоко	85	96.9	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85			0.34	0.34	11.27	49.00	

		505			13.30	14.76	61.99	434.00	
	ОБЕД								
Салат из моркови		50			0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
	Морковь		66.5	50					
	Сахар		0.5	0.5					
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной		200/5			3.00	7.90	18.80	158.00	№63 Дели 2016
	Капуста свежая		20.00	16.00					
	Картофель		24.64	16.00					
	Морковь		10.64	8.00					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	Свекла		43.52	32.00					
	Сахар		1.00	1.00					
	Томат-паста		1.00	1.00					
	Масло растительное		3.00	3.00					
	Сметана		5.00	5.00					
	Соль		1.60	1.60					
	Вода		160.00	160.00					
Плов из отварной говядины		160			13.50	12.20	35.00	303.00	№108"Партнер"20 14
	Говядина		52.00	52.0					
	масса вареного мяса			32.0					
	Масло растительное		6.0	6.0					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	Морковь		13.8	10.4					
	Крупа рисовая		45.6	45.6					
	вода		69.0	69.0					
	Соль		1.0	1.0					
	масса гарнира			134.0					
Напиток из урюка		180			0.6	0.1	15.0	63	ТТК №68
	урюк		15.30	15.00					
	вода		180.00	180.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	

Итого:		632.5			19.65	20.62	95.30	643.00	
Булочка молочная	ПОЛДНИК	50			0.90	1.80	43.60	194.00	№779, сбшк2004
	Мука пшеничная		40.00	40.00					
	Дрожжи сухие		0.30	0.30					
	Молоко		20.00	20.00					
	Соль		0.50	0.50					
	тесто дрожжевое			60.00					
	Масло растительное		0.10	0.10					
Катык	катык	110	114.00	110.00	3.77	2.75	5	62.1	№401Дели2010
Рагу из птицы с овощами		120/25			10.7	13.7	11	210	ТТК №4Д
	цыплята		60.65	39.42					
	Масса тушеного мяса			25					
	Капуста свежая		36.6	29.3					
	картофель		61.6	40					
	лук репчатый		17.14	14.4					
	морковь		31.92	24					
	соль		1.1	1.1					
	масло растительное		2	2					
	Соус								
	мука пшеничная		2	2					
	масло сливочное		2.4	2.4					
	вода		41	41					
	сахар		0.5	0.5					
	лук репчатый		1.07	0.9					
	морковь		3.99	3					
	соль		0.8	0.8					
Напиток шиповника	шиповник порошок	180/5	2.7	2.7	0.011	0.001	5.168	21	ТТК № 59
	Сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		510			16.90	18.41	74.61	534.10	
ВСЕГО:		1647.5			49.85	53.79	231.90	1611.10	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	ВЫХОД блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК								
Каша полбяная молочная с маслом	200/3			8.2	7.9	19.2	180	ТТК №1
Полба		25.00	25.00					
Молоко		88.00	88.00					
Вода		88.00	88.00					
Сахар		1.00	1.00					
соль		1.00	1.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Какао с молоком	180			2.42	2.58	13.61	87.00	№272 Парнер г. Уфа 2014
Какао-порошок		1.50	1.50					
Сахар		8.00	8.00					
Молоко		90.00	90.00					
Вода		100.00	100.00					
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Масло сливочное		5.00	5.00					
Итого:	425			12.53	14.83	45.70	366.00	
Сок яблоко-груша	125	125	125	0.60	0.06	21.00	91.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125			0.60	0.06	21.00	91.00	
	550			13.13	14.89	66.70	457.00	
ОБЕД								
Салат витаминный	50			0.75	1.32	4.00	31.00	№15 Партнер 2009
Капуста свежая		43.75	35.00					
Морковь		16.62	12.50					
Яблоки		12.50	11.25					

194

187.2

	Масло растительное		0.80	0.80					
	Сахар		0.80	0.80					
Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками		200/15			3.35	7.20	13.80	134.00	№86 Дели 2016
	Фарш из говядины		17.1	17.1					
	Лук репчатый		1.78	1.5					
	Яйцо		1.5	1.5					
	Вода для фарша		1.7	1.7					
	Масса полуфабриката			20.1					
	Картофель		92.40	60.00					
	Морковь		10.64	8.00					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	Крупа гречневая		12.00	12.00					
	Масло растительное		2.00	2.00					
	соль		1.00	1.00					
	Вода		144.00	144.00					
Биточки рубленые из говядины		70			8.90	8.40	21.50	197.00	ТТК №7Д акт к.п.2014
	Фарш из говядины		52.00	52.00					
	Лук репчатый		14.28	12.00					
	Хлеб пшеничный 1с		6.00	6.00					
	Сухари панировочные		5.80	5.80					
	Вода		15.00	15.00					
	Соль		0.50	0.50					
	Масло сливочное		2.60	2.60					
	Масло растительное		1.00	1.00					
Пюре Картофельное		130			3.70	4.44	25.00	155.00	№13 / Партнер 2014
	Картофель		171.86	111.60					
	Молоко		20.47	19.50					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
	Соль		1.00	1.00					
Кисель		180					10.00	40.00	№284Партнер2014

	Кисель-концентрат		21.60	21.60					
	вода		180.00	180.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		682.5			18.50	21.76	92.30	639.50	
ПОЛДНИК									
Кондитерские изделия		10			1.50	4.00	27.10	150.00	
крекер			10	10					
Кефир		110			3.68	2.75	5.07	68.00	№401 Дели2010
	кефир		114.00	110.00					
Запеканка рыбная с рисом и овощами		150			10.20	12.90	30.00	276.00	ТТК №3 10.10.2019г
	рыба фарш		69.00	69.00					
	вода		27.00	27.00					
	крупа рисовая		22.00	22.00					
	Лук репчатый		13.39	11.25					
	Морковь		14.96	11.25					
	Соль		1.00	1.00					
	Сыр		11.50	11.27					
	Соус сметанный			8.0					№372 Дели 2016
	Сметана		2.0	2.0					
	Мука пшеничная		0.6	0.6					
	вода		6.0	6.0					
	соль		0.8	0.8					
	Масло сливочное		3.00	3.00					
	Масло растительное		1.20	1.20					
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.3	0.3					
	сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		475			16.96	19.83	77.00	561.00	
ВСЕГО:		1707.5			48.59	56.48	236.00	1657.50	

День 10 - ый

Прием пищи	Выход блюда	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества (г)	Энергетическая я	№ рецептуры
------------	----------------	----------	----------	----------------------	---------------------	-------------

Наименование блюд		(в гр)					ценность	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК								
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3			8.00	6.60	26.00	195.00	ТТК №6
Крупа пшеничная		30.00	30.00					
Молоко		88.00	88.00					
Вода		88.00	88.00					
Сахар		1.00	1.00					
Соль		1.00	1.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Чай с молоком,сахаром	180/5			2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Заварка		0.3	0.3					
Сахар		5	5					
Молоко		48	48					
Вода		130	130					
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3			4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Батон нарезной		25.00	25.00					
Сыр		7.14	7.00					
Масло сливочное		3.00	3.00					
Итого:	423			14.60	14.90	53.13	406.00	
Фрукты свежие яблоко	85	96.9	85	0.34	0.34	10.20	45.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85			0.34	0.34	10.20	45.00	
	508			14.94	15.24	63.33	451.00	
ОБЕД								
Салат из свеклы и моркови	50			1.30	2.50	6.00	51.00	ТТК №60
свекла		38.62	28.40					
морковь		28.910	21.74					
Масло растительное		2.50	2.50					
Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6			3.50	7.80	19.70	163.00	№64 "Партнер"2014
цыплята		33.85	22					

	Капуста свежая		20.00	16.00					
	Картофель		61.60	40.00					
	Морковь		10.64	8.00					
	Лук репчатый		9.52	8.00					
	Масло растительное		4.00	4.00					
	Соль		1.00	1.00					
	Бульон или вода		152.00	152.00					
	Сметана		6.00	6.00					
Гуляш из куриной грудки		45/45			7.56	5.70	3.00	130.00	ТТК №91
	куриная грудка		85.33	64.00					
	Масло растительное		6.00	6.00					
	Томат-паста		3.00	3.00					
	Морковь		5.32	4.00					
	Лук репчатый		1.20	1.00					
	Мука пшеничная		2.00	2.00					
	Сахар		0.45	0.45					
	Соль		1.00	1.00					
Макаронные отварные		130			4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
	макаронные изделия		45.50	45.50					
	Масло сливочное		2.60	2.60					
	Соль		0.70	0.70					
Компот из сухофруктов		180			0.18	0.1	25.8	89	№394, Дели 2016
	сухофрукты		18.36	18.00					
	вода		182.00	182.00					
	Сахар		5.00	5.00					
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		708.5			19.14	20.10	101.90	684.50	
	ПОЛДНИК								
Кондитерские изделия		21			3.20	6.20	42.30	237.00	
вафли			21	21					
Молоко кипяченое		110			2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
	молоко		115.90	110.00					
Омлет натуральный		140			8.50	8.68	13.60	167.00	№229 Дели2016
	Яйцо		105.00	105.00					
	Молоко		40.00	40.00					

	масса омлетной смеси			145.30					
	Масло сливочное		4.00	4.00					
	Соль		1.10	1.10					
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.3	0.3					
	сахар		5	5					
	Вода		180	180					
Хлеб пшеничный 1с		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:		518			15.78	17.81	74.73	522.00	
ВСЕГО:		1734.5			49.86	53.15	239.96	1657.50	
ИТОГО за 10 дней:		17057.00			484.42	541.80	2331.15	16189.50	

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 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 блюд 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 учреждениях, 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. Москвы, выпуск 4, 2003

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

3.6. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ -

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 1 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 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

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

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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

0.22



























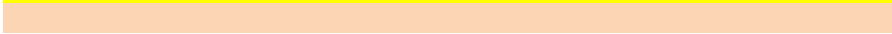
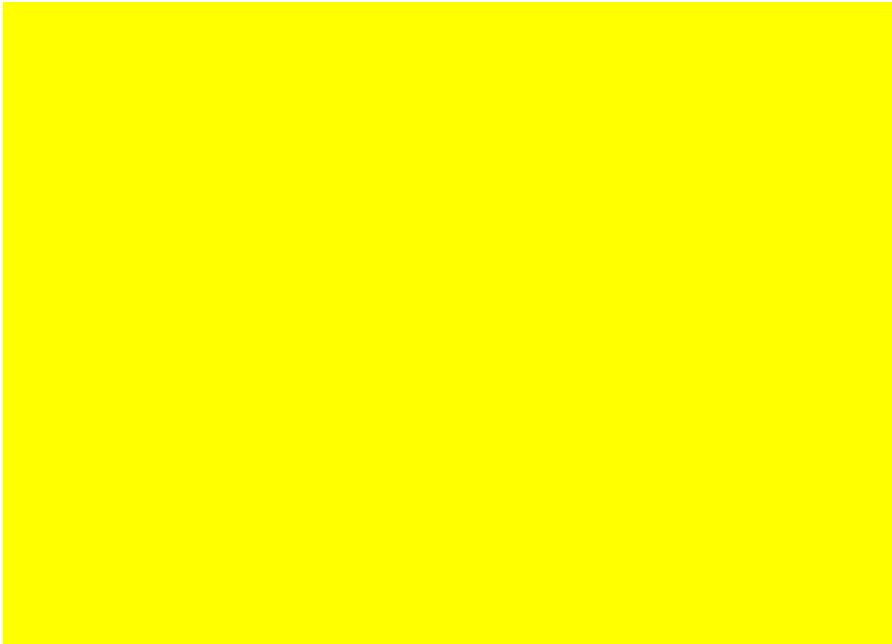








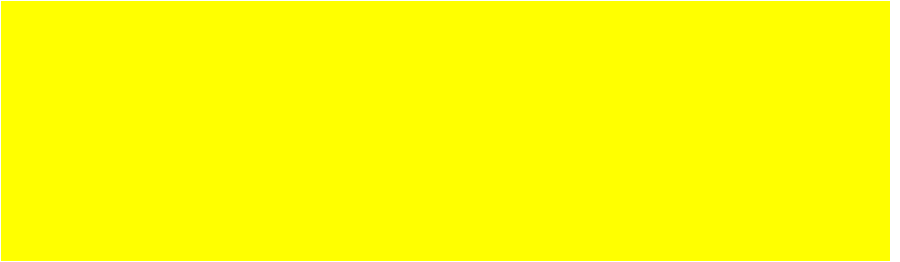








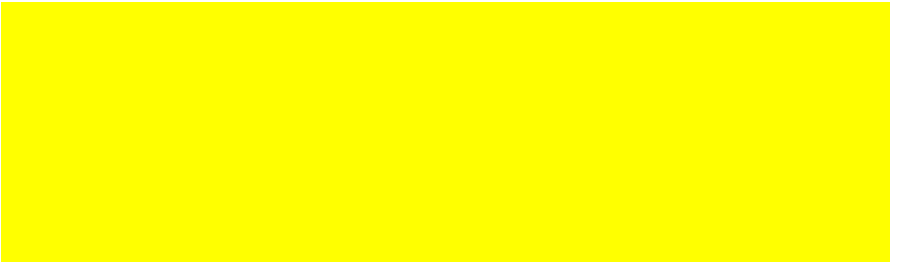




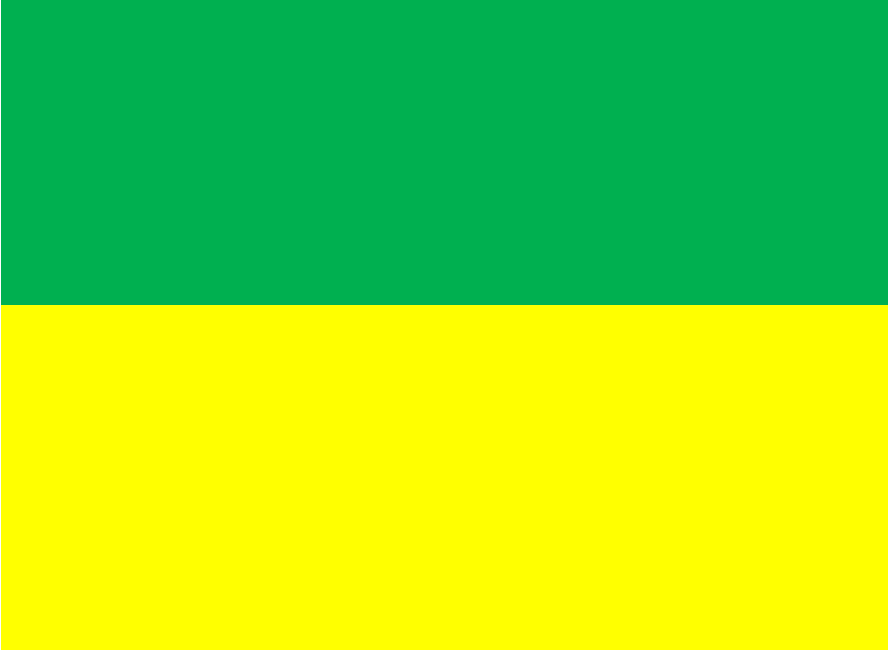


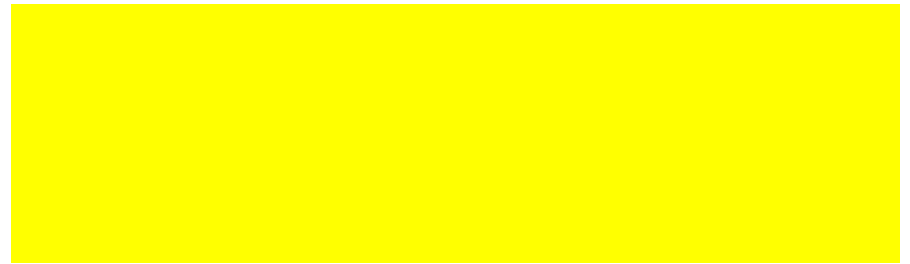






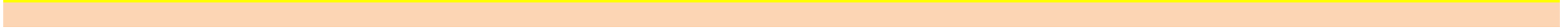
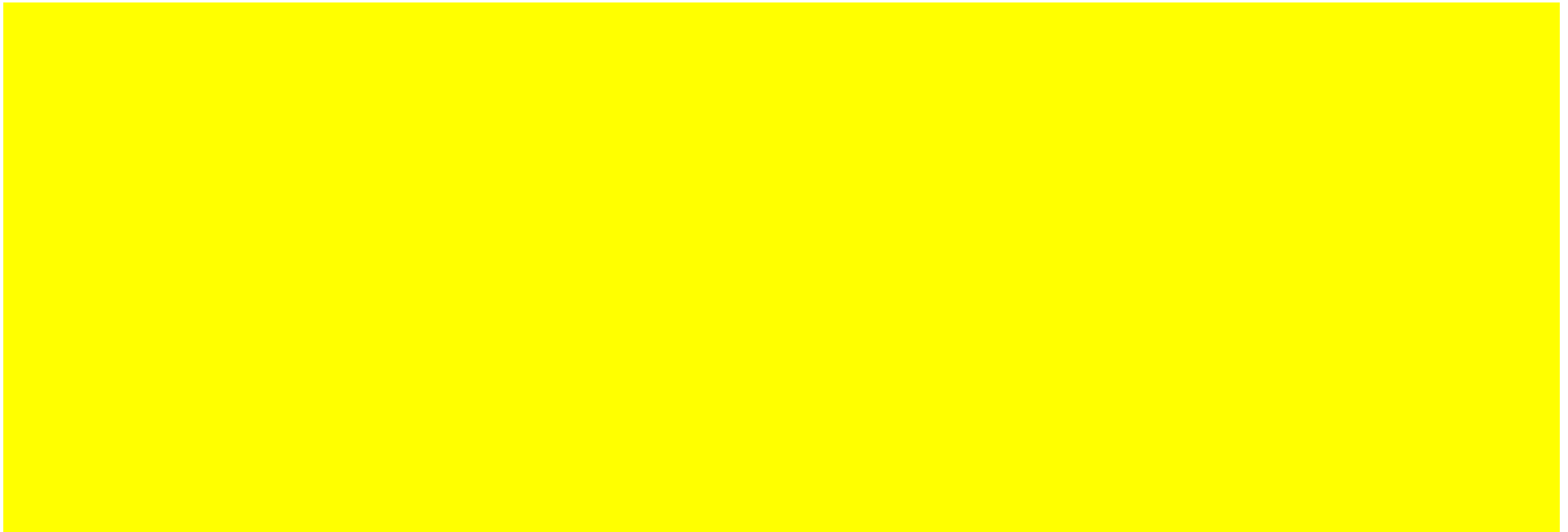


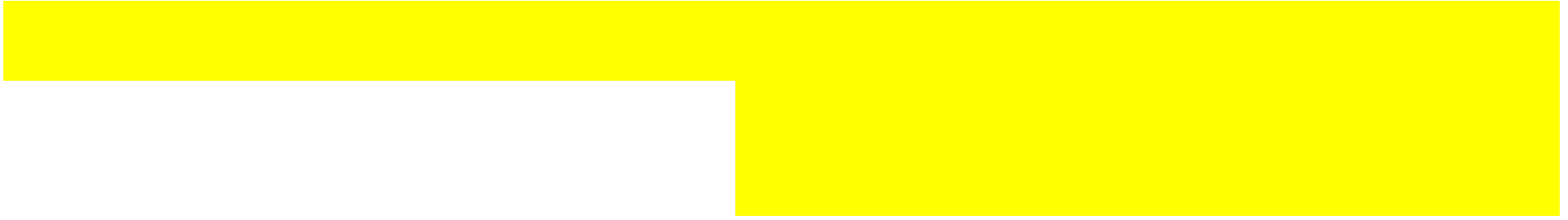














[Redacted]

[Redacted]

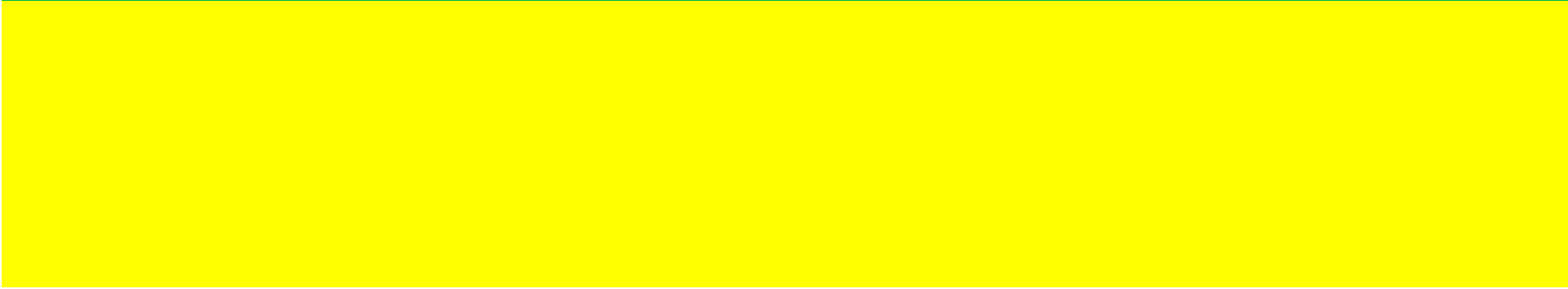




[Redacted]

[Redacted]





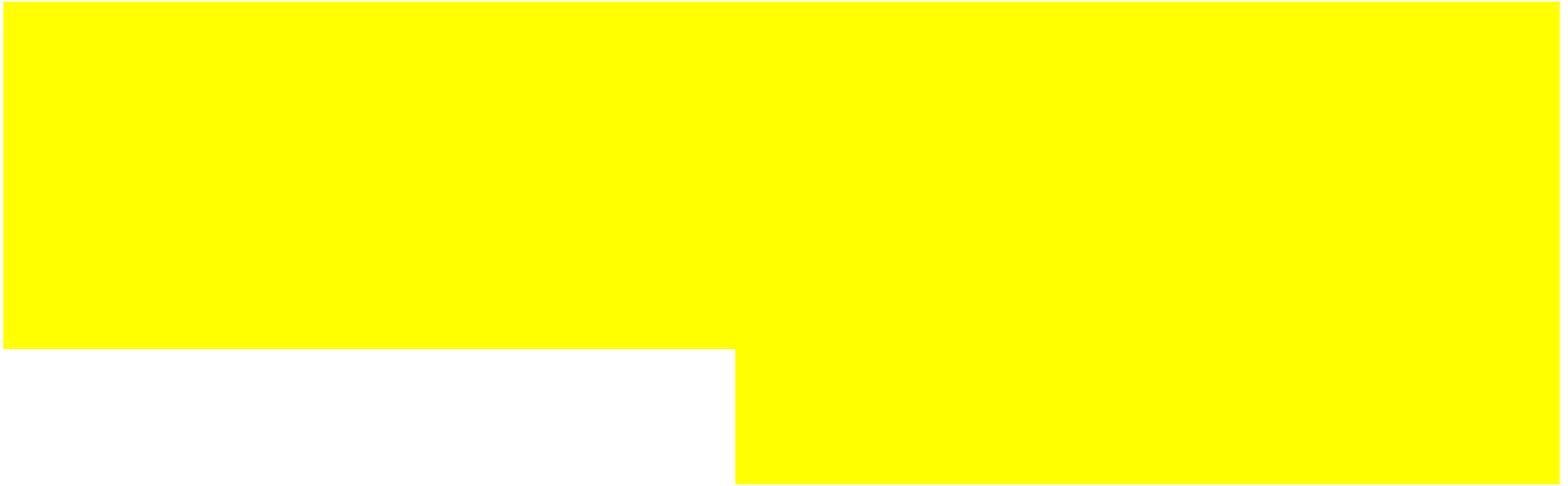
[Redacted]

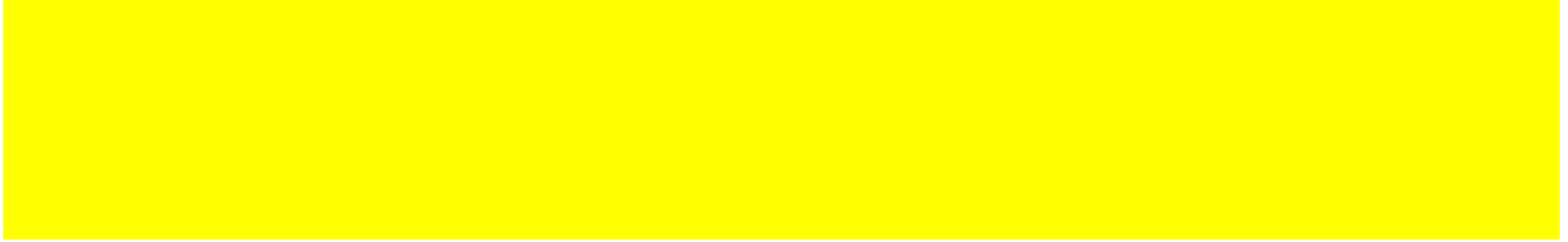
[Redacted]

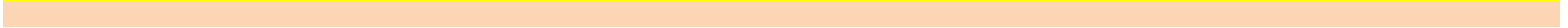
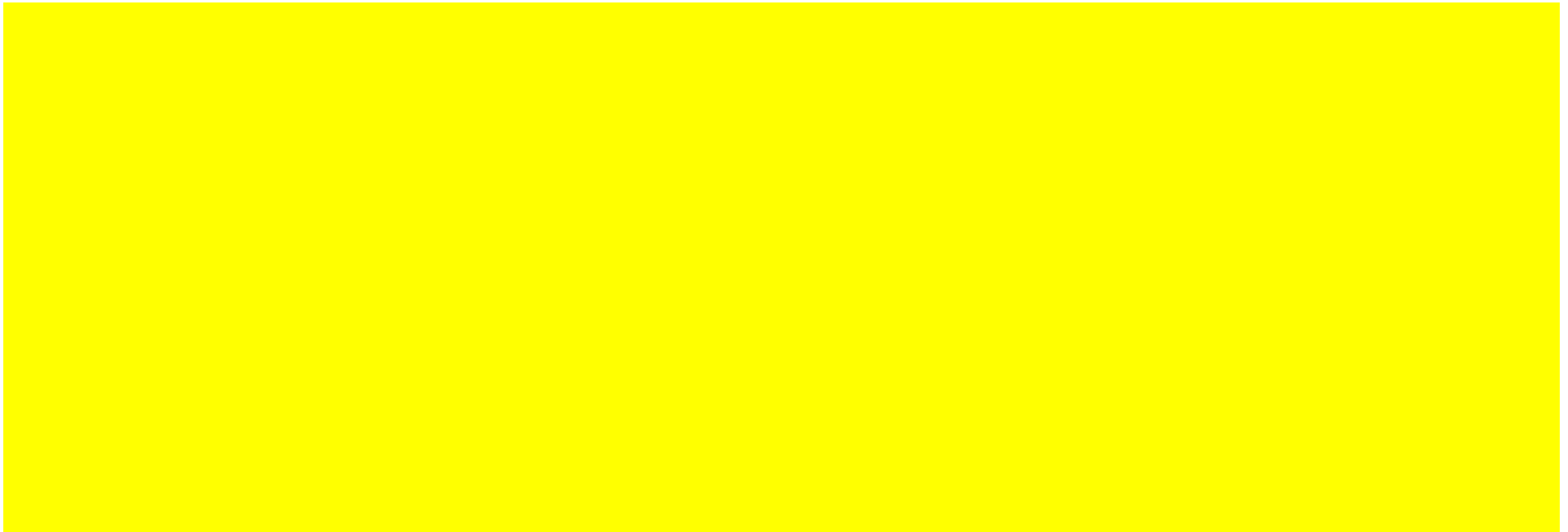
[Redacted]

[Redacted]



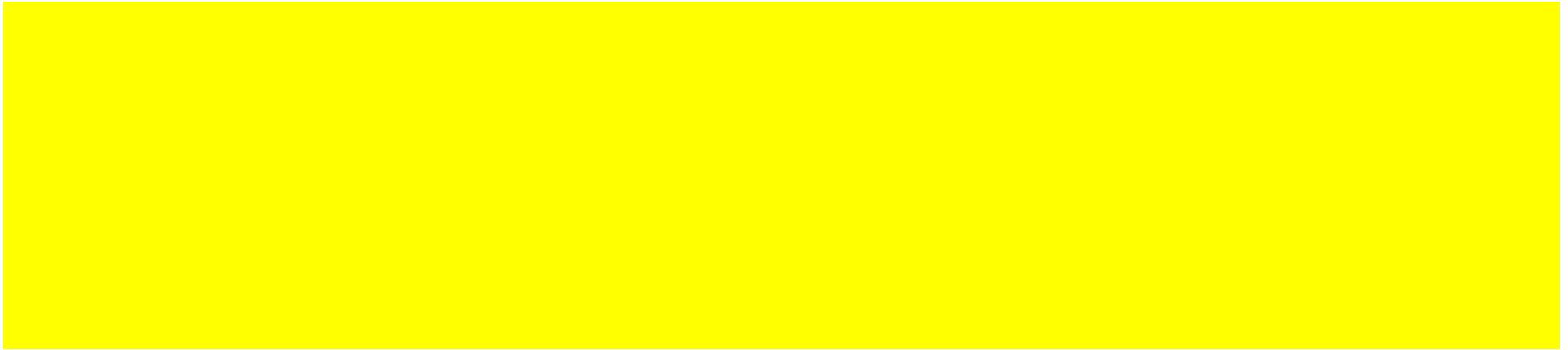








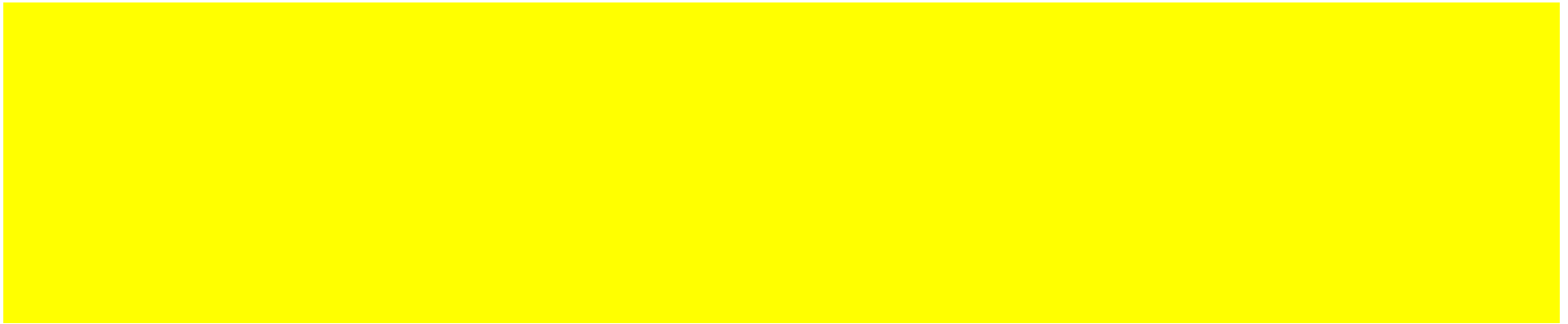




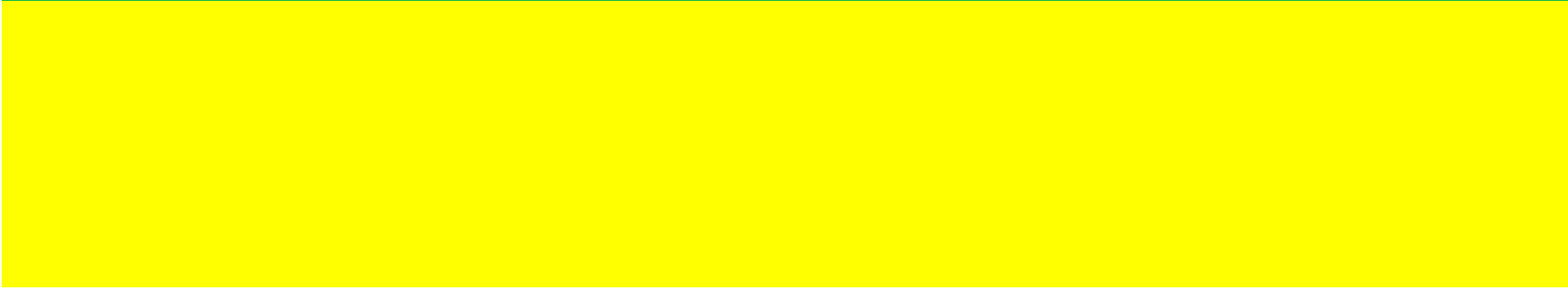


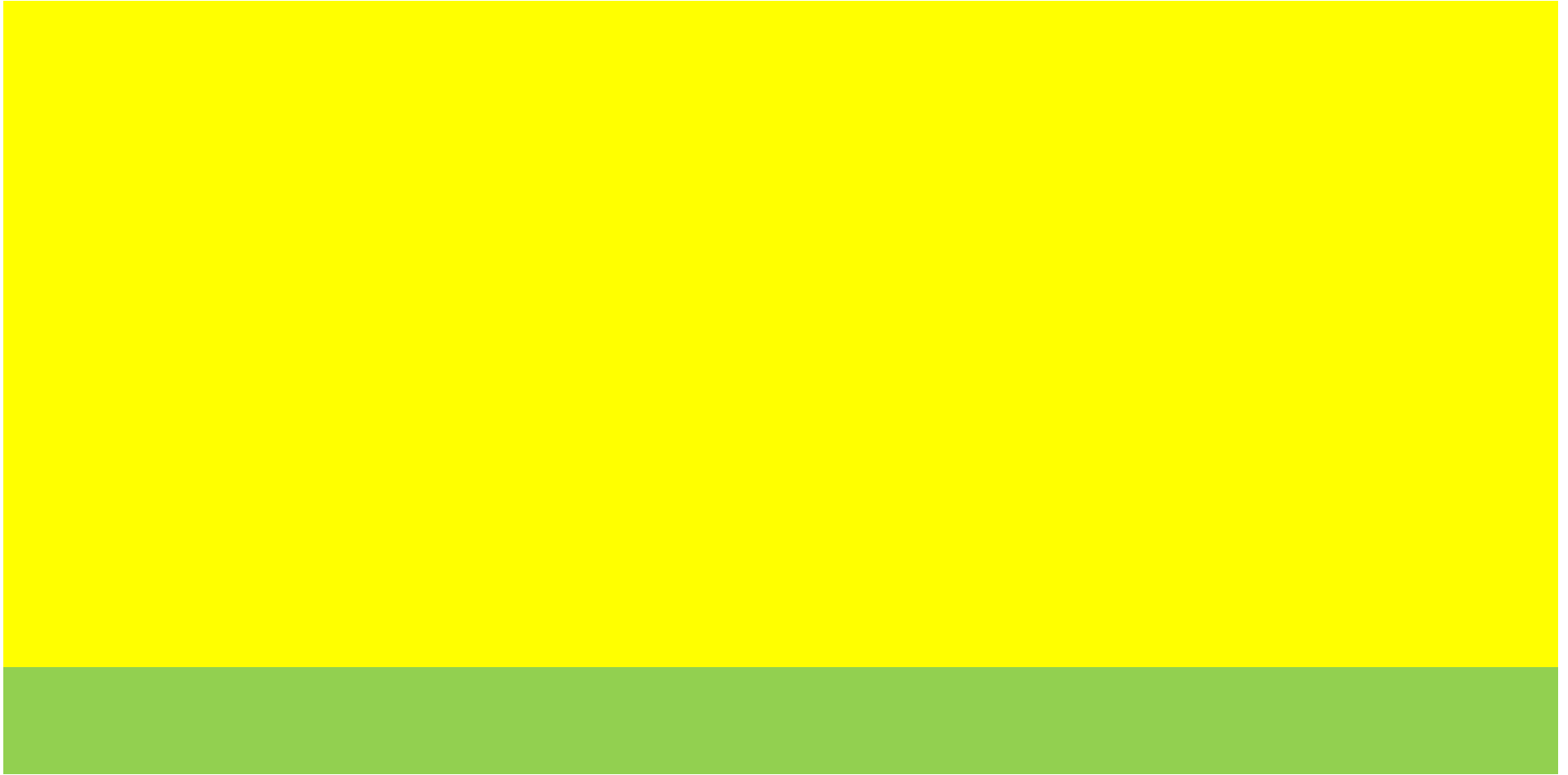


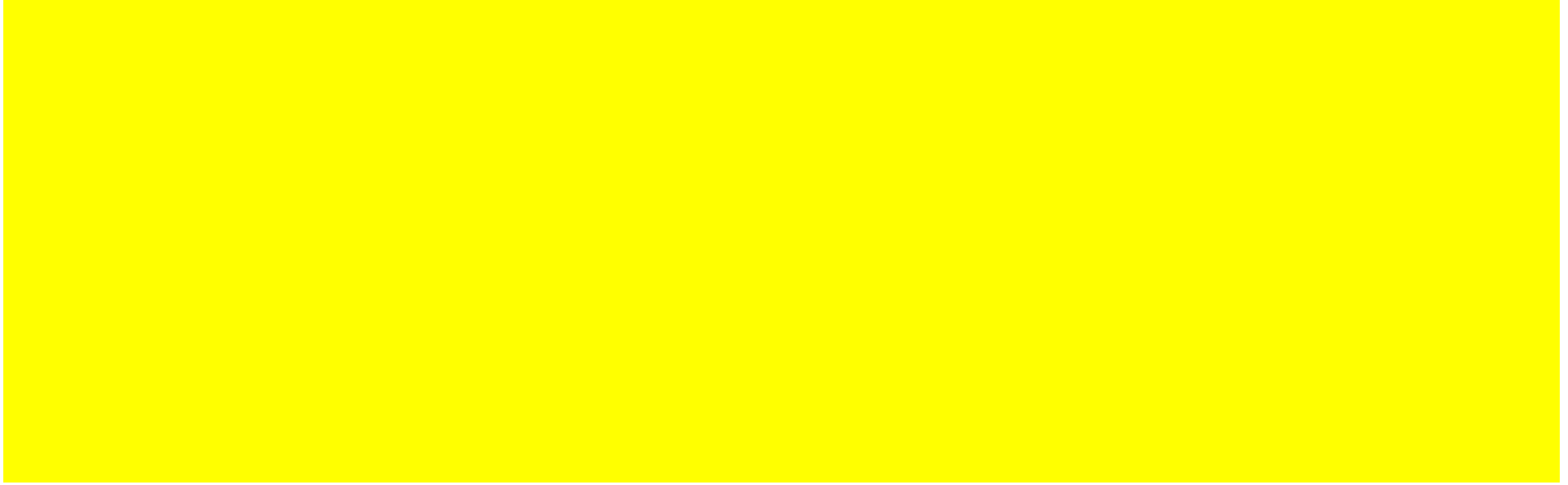




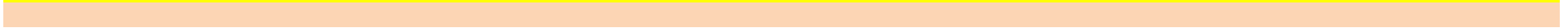
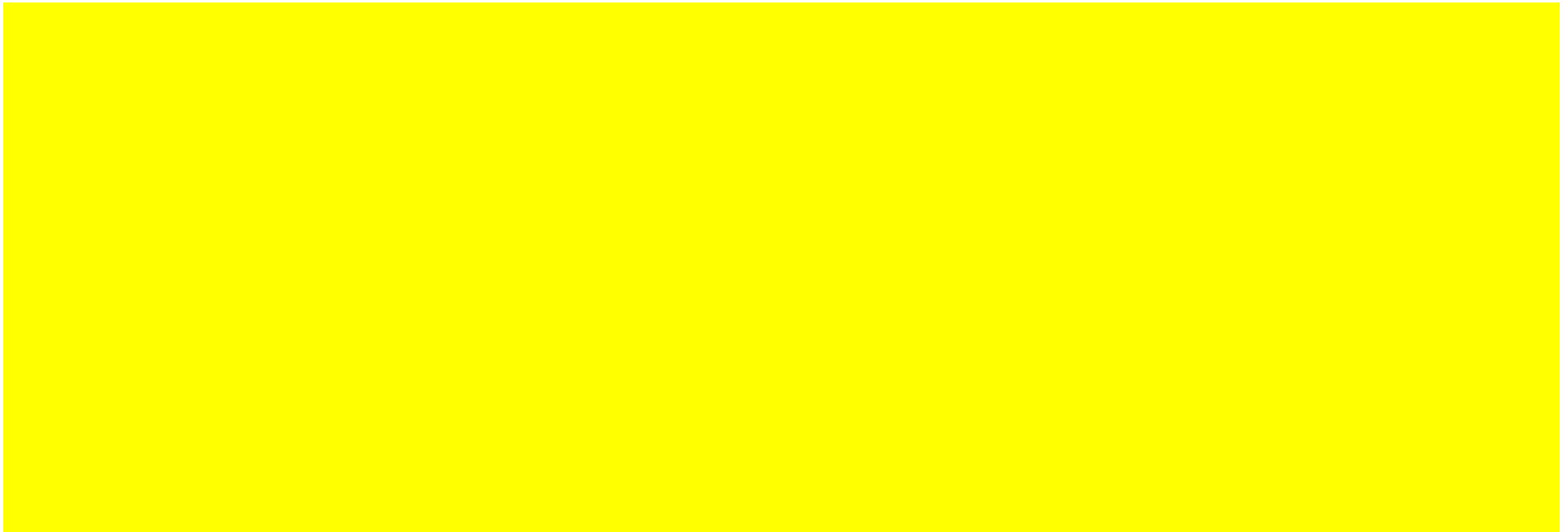






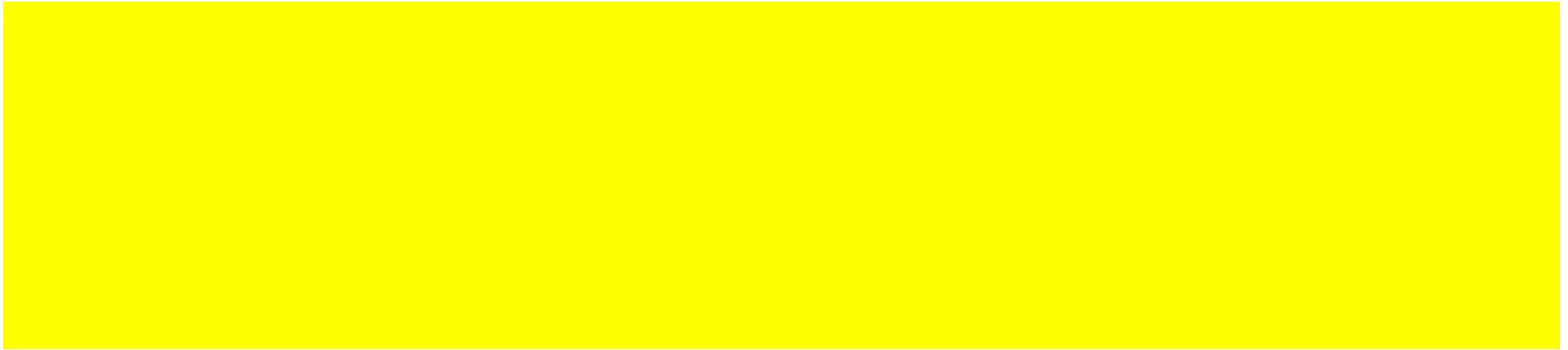


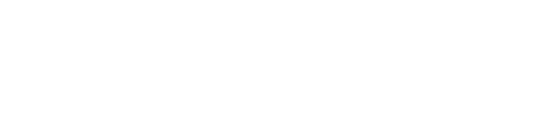




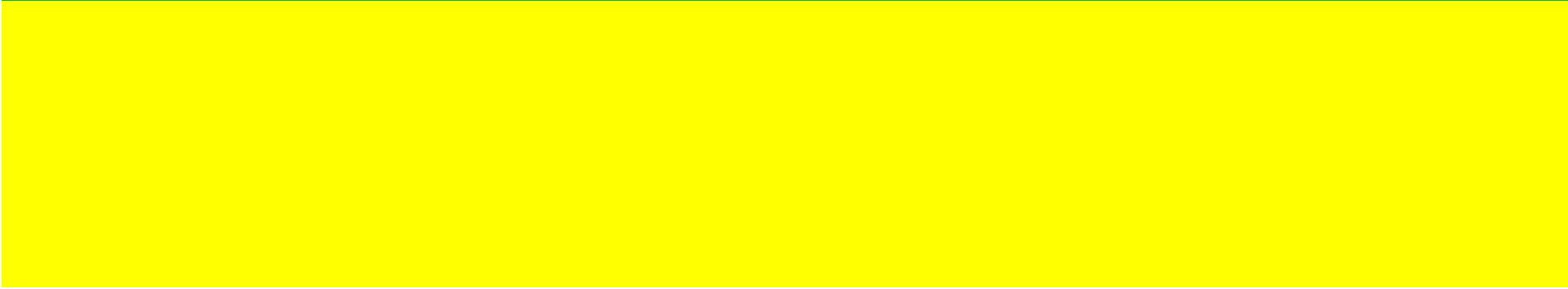












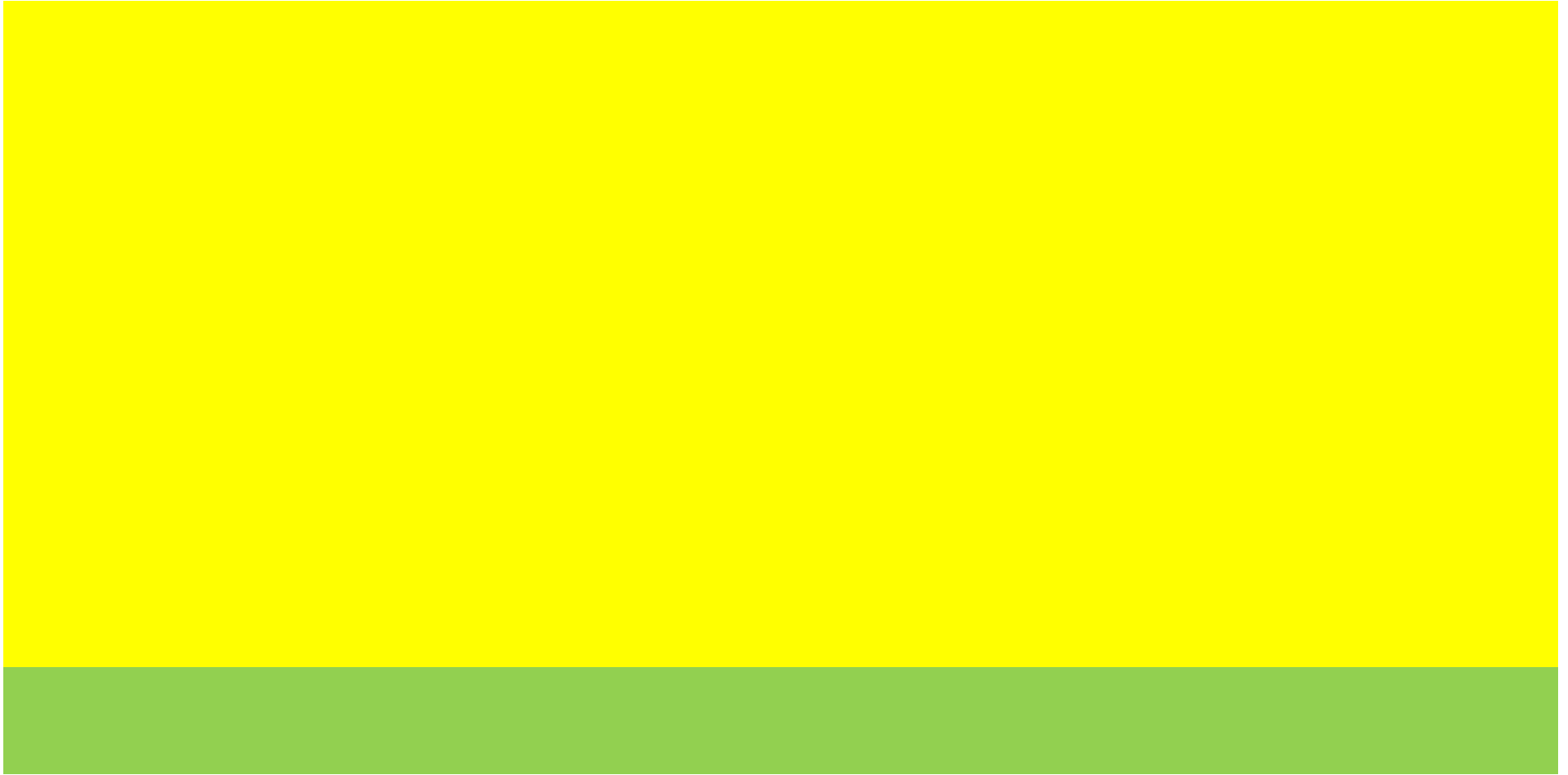
[Redacted]

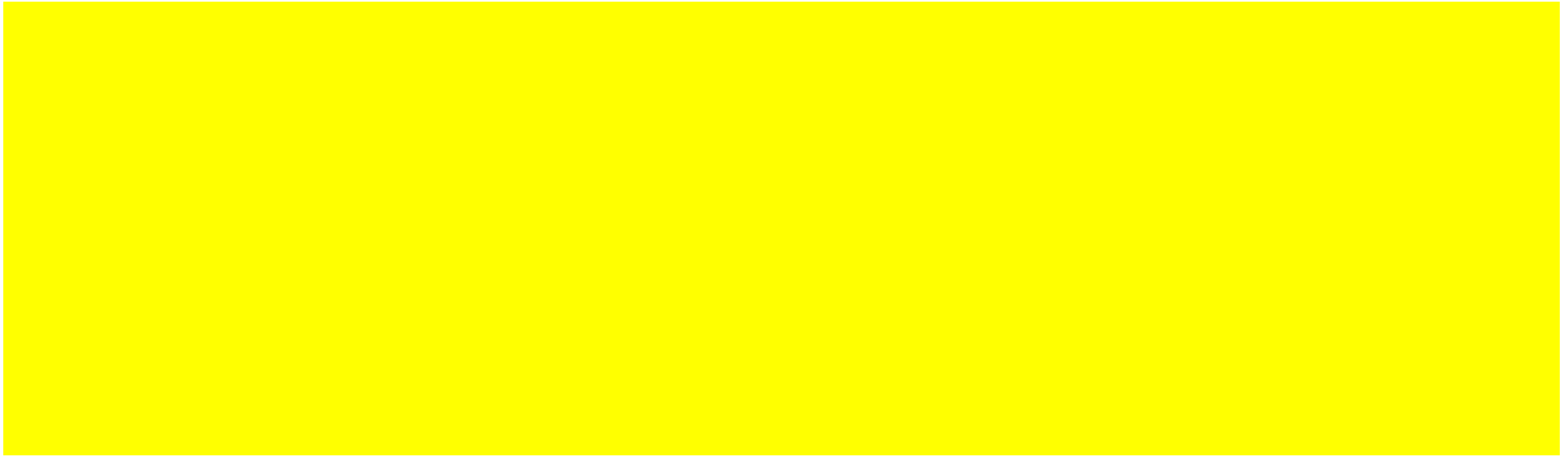
[Redacted]

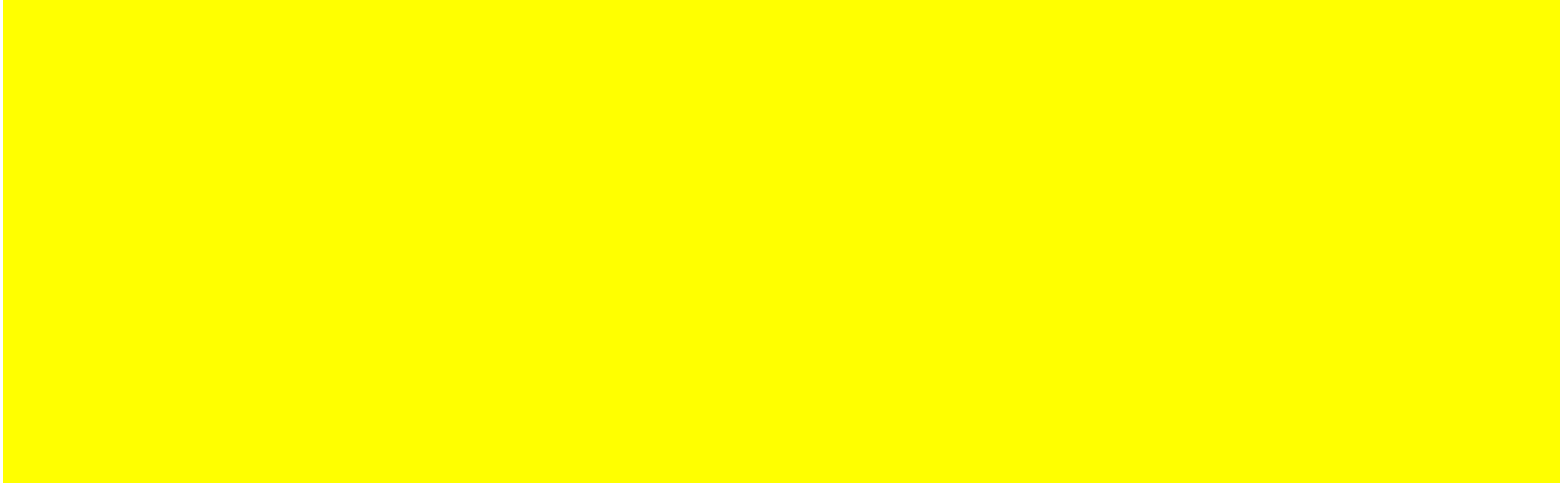
[Redacted]

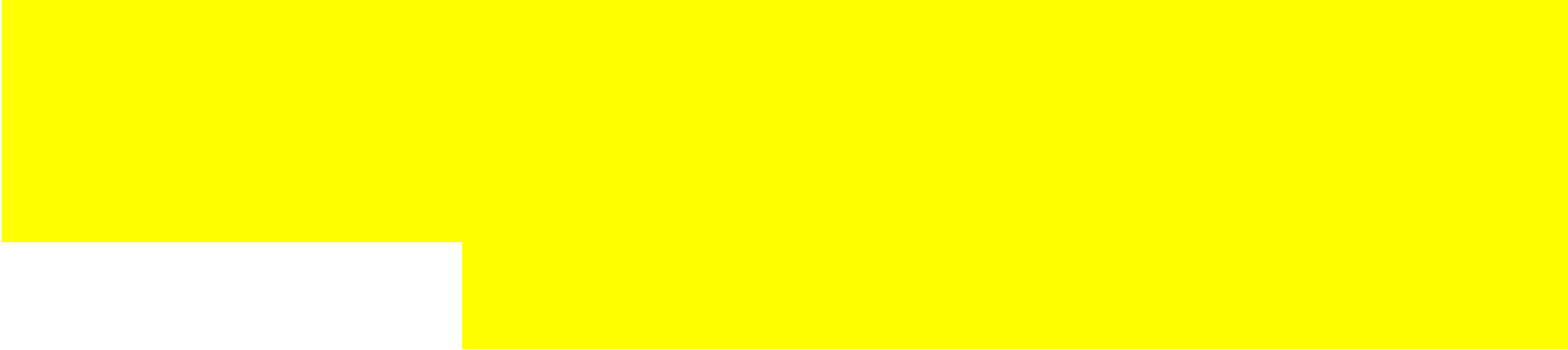
[Redacted]

[Redacted]

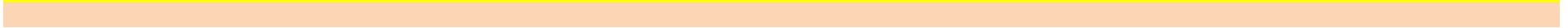
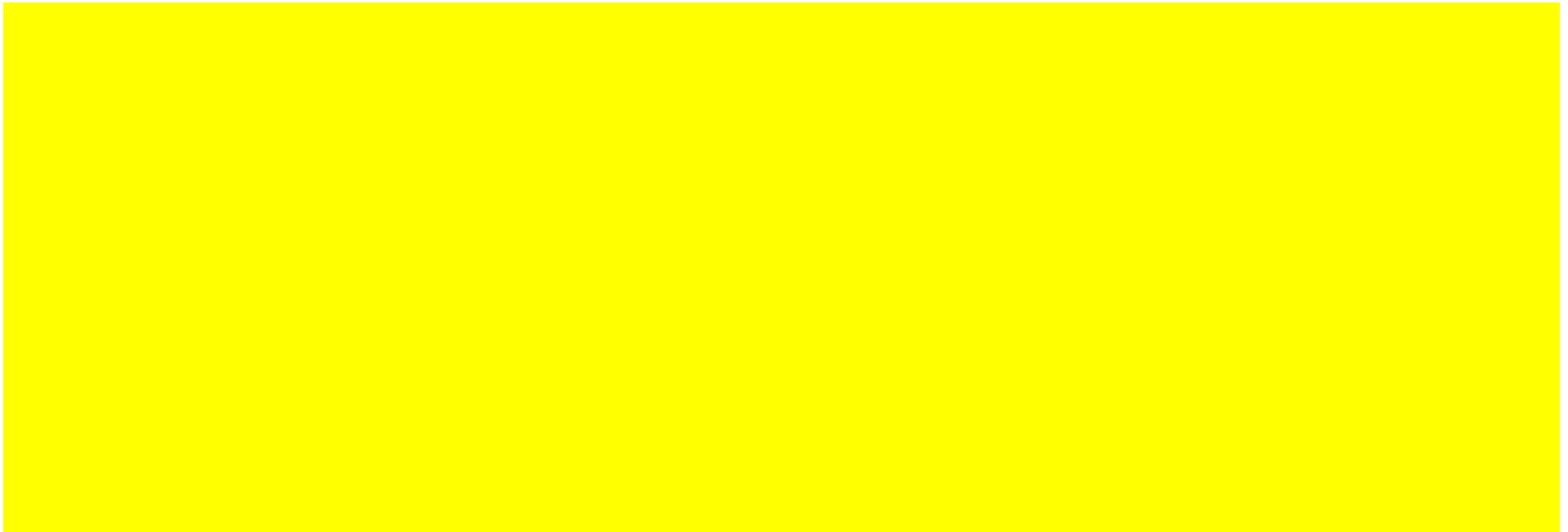






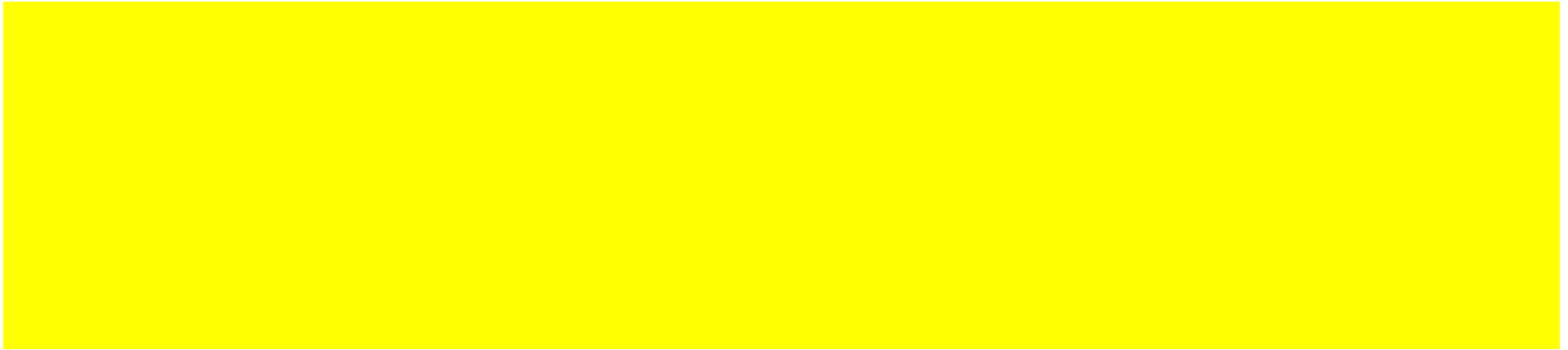






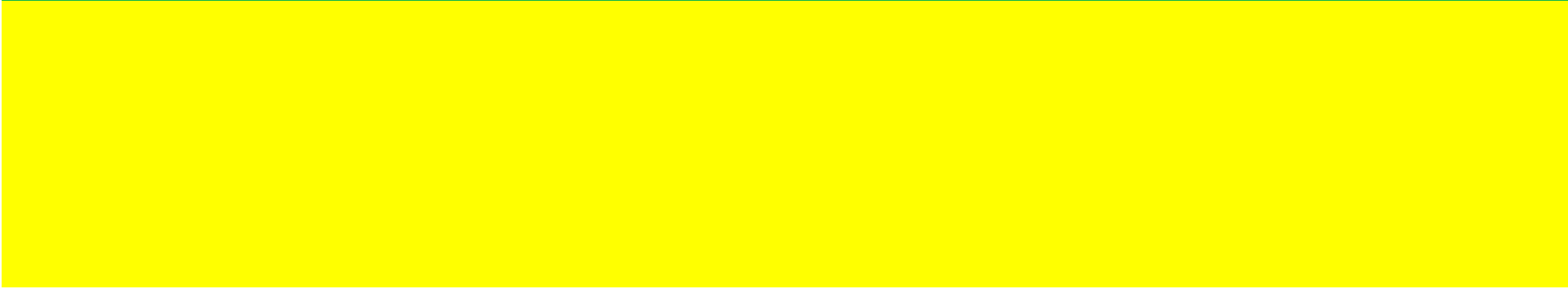


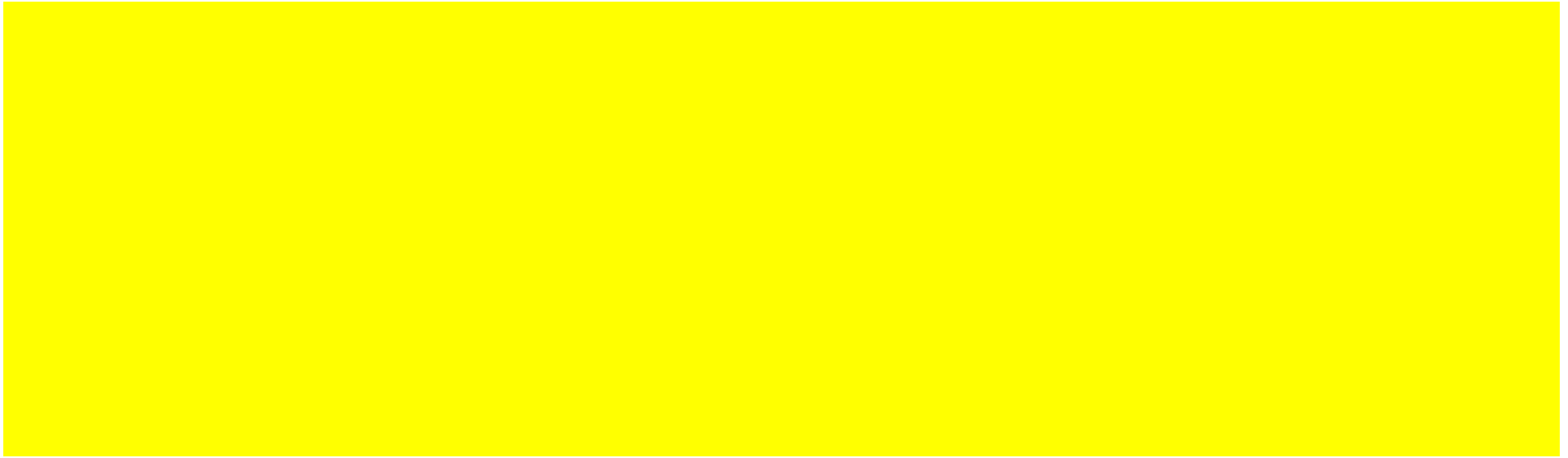


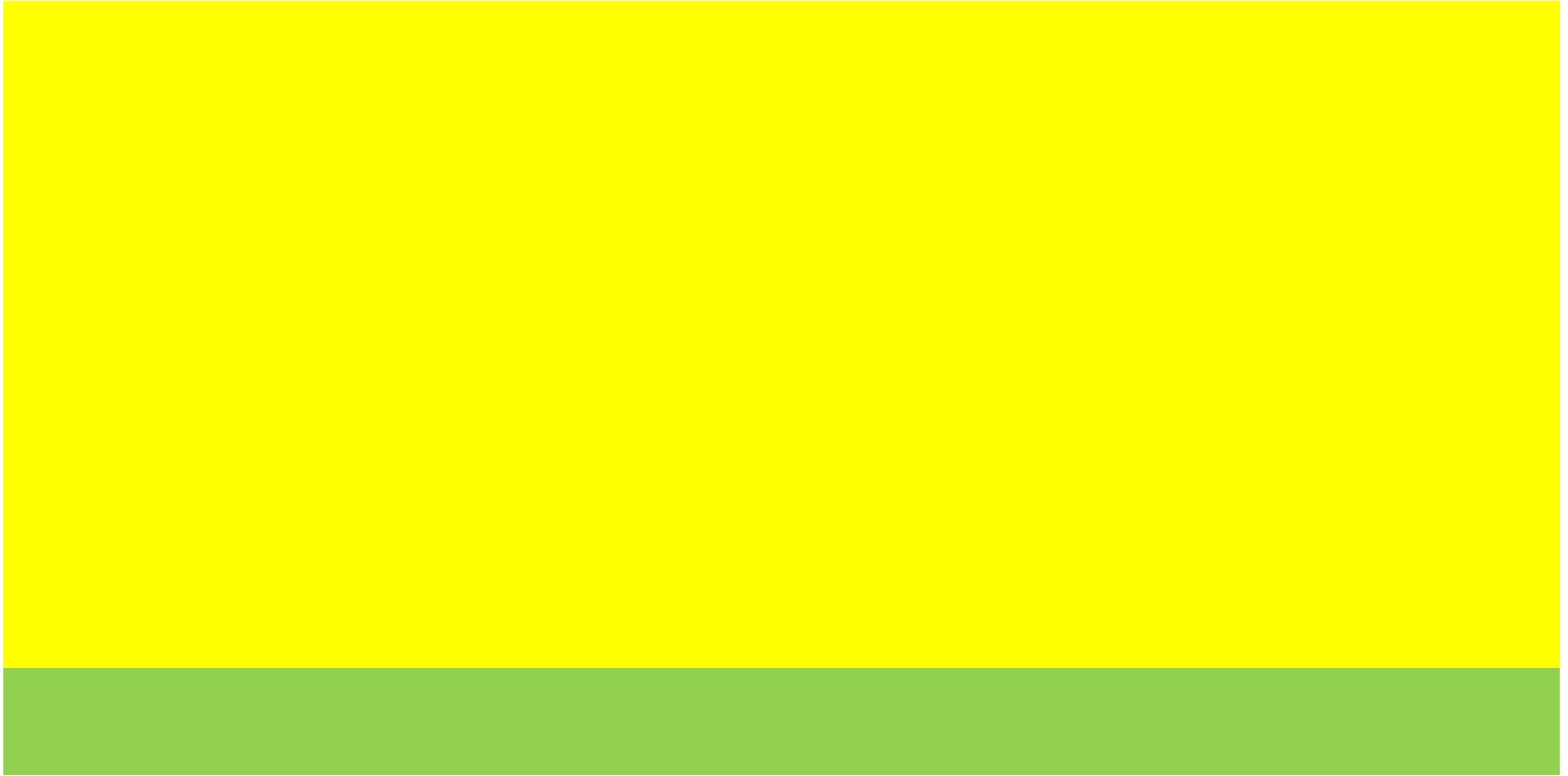




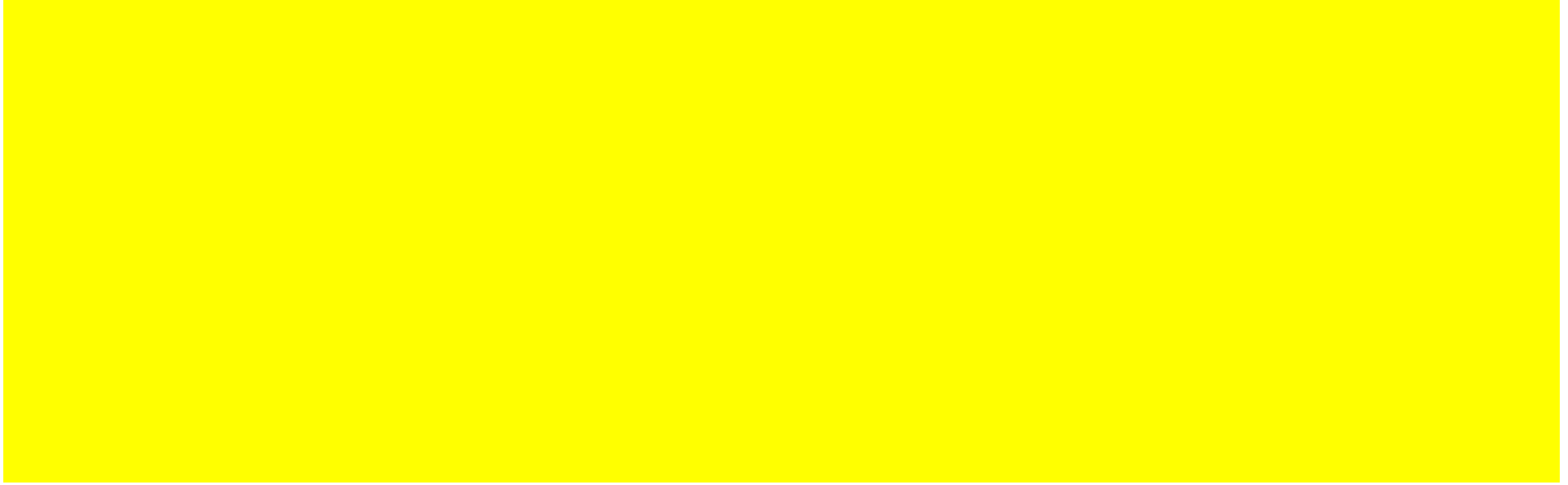


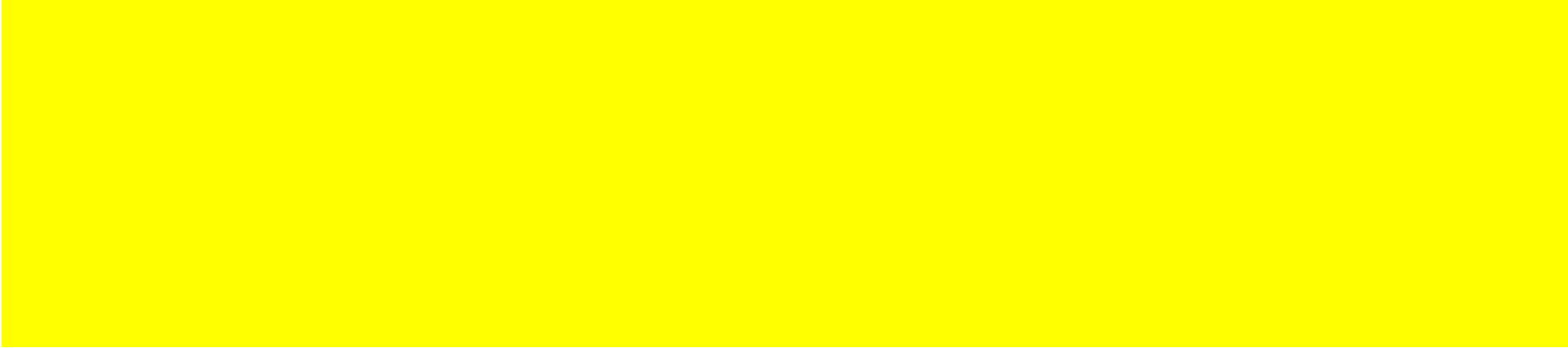


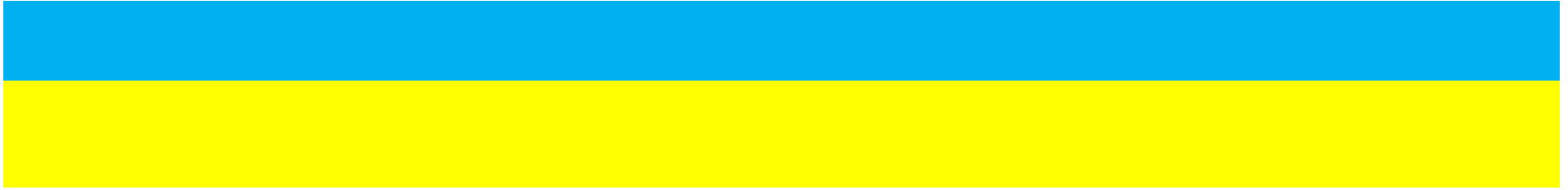


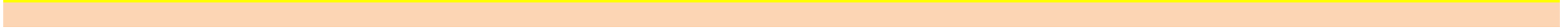
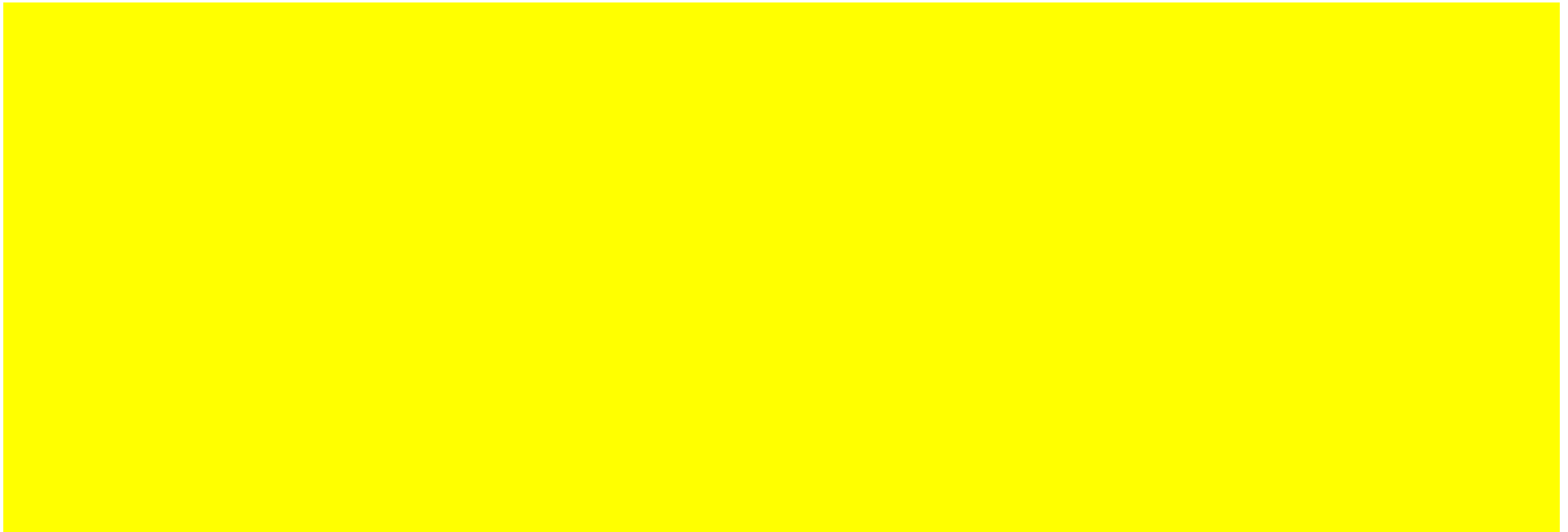






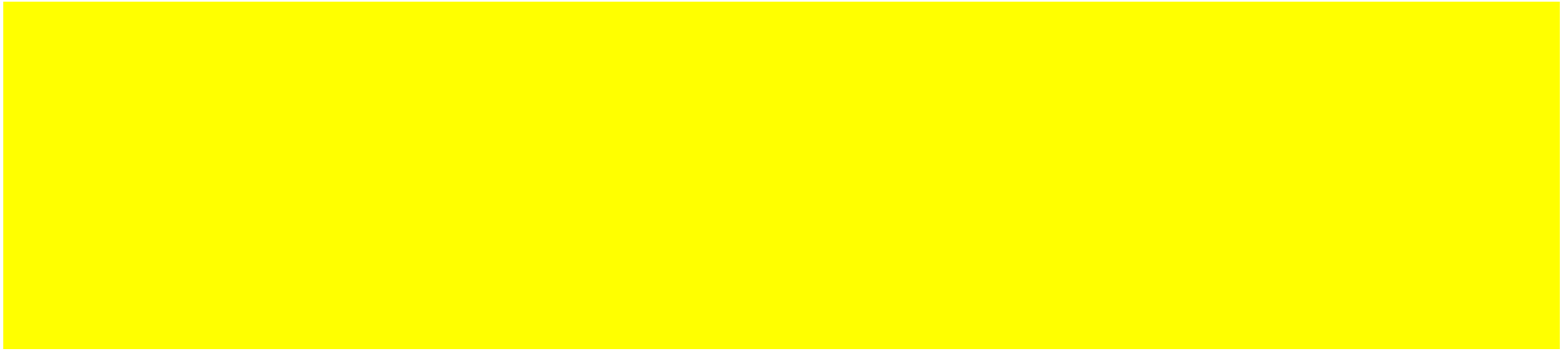






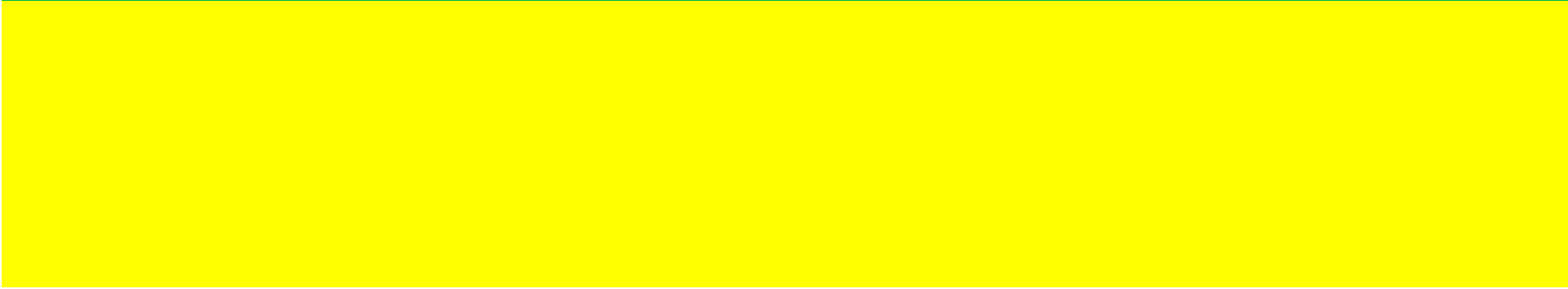


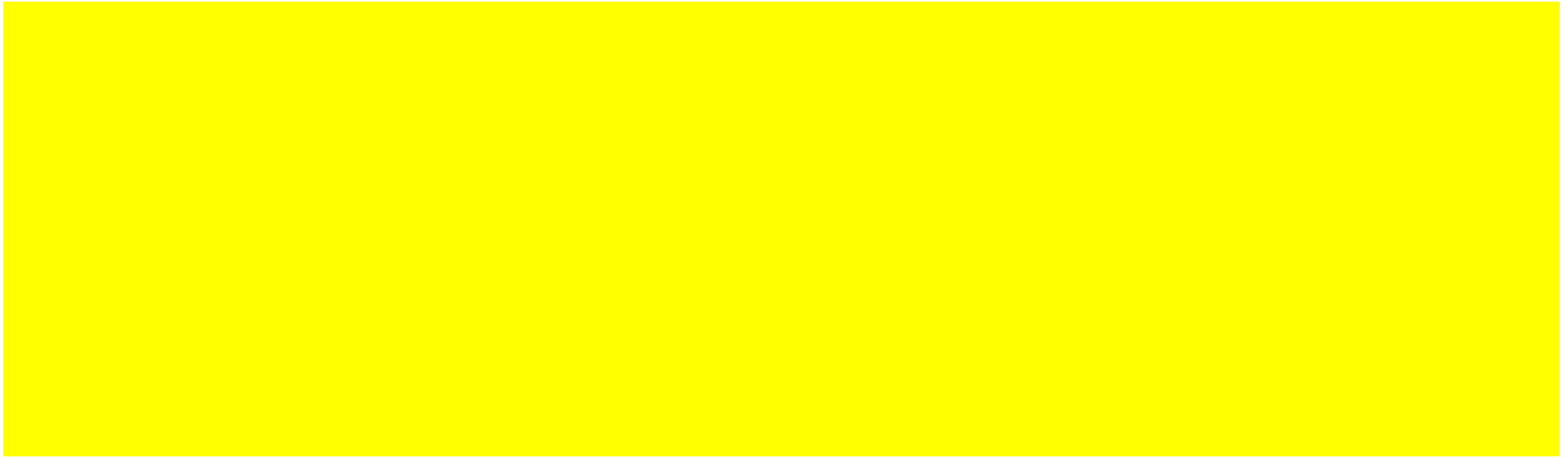


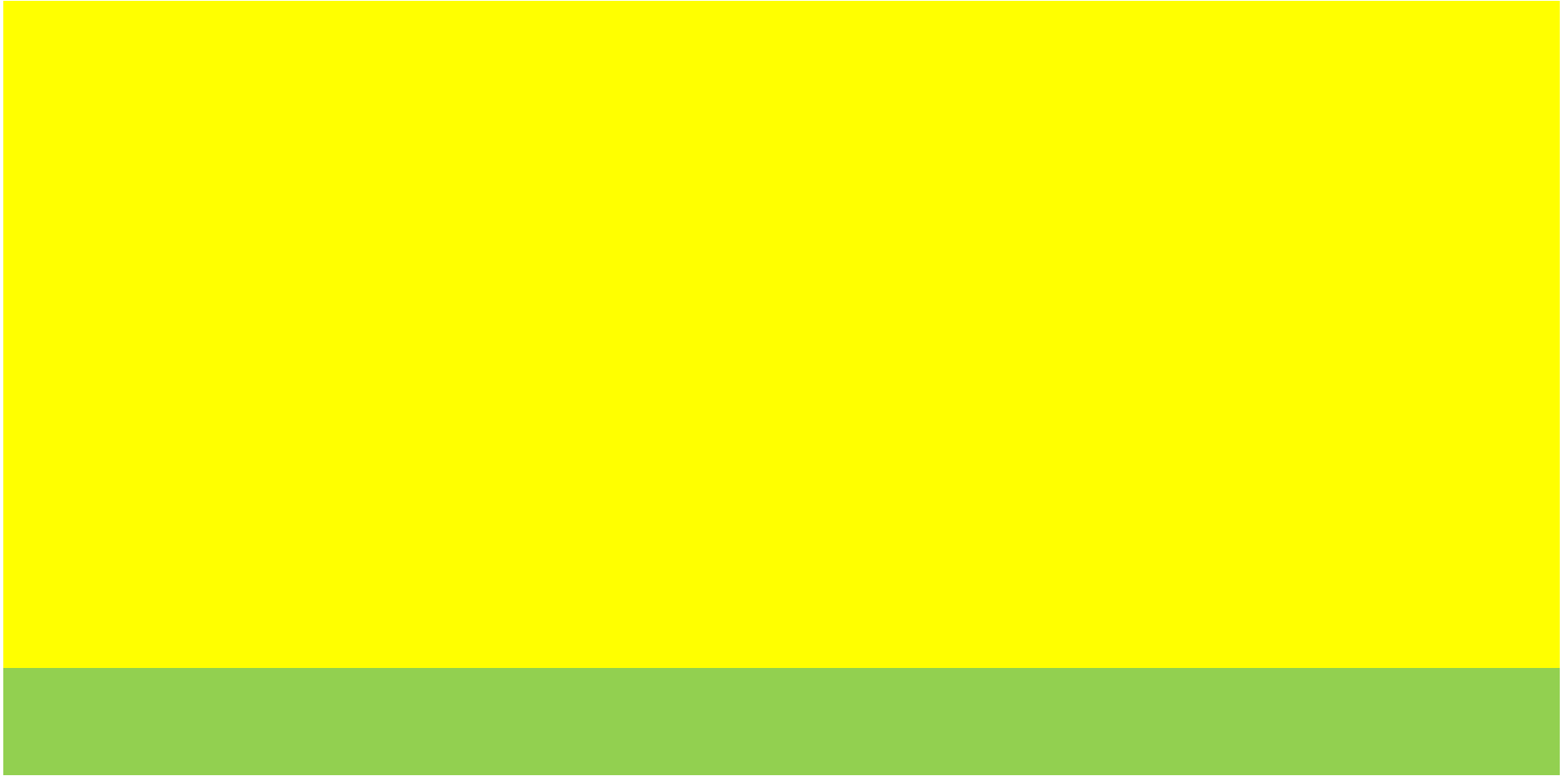




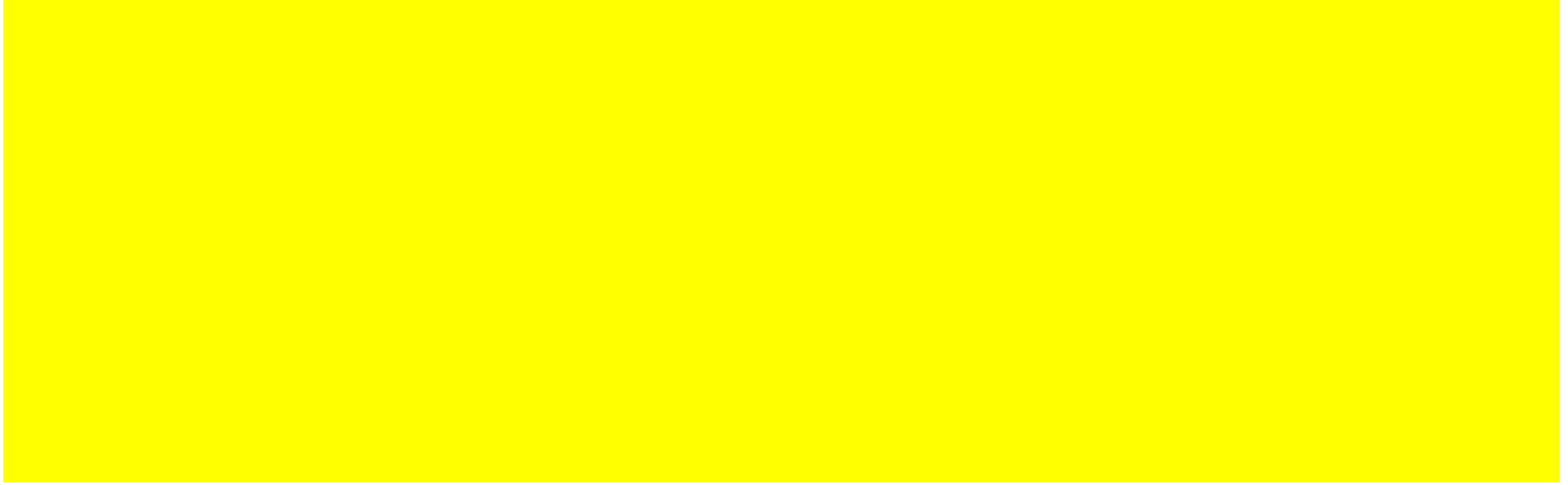


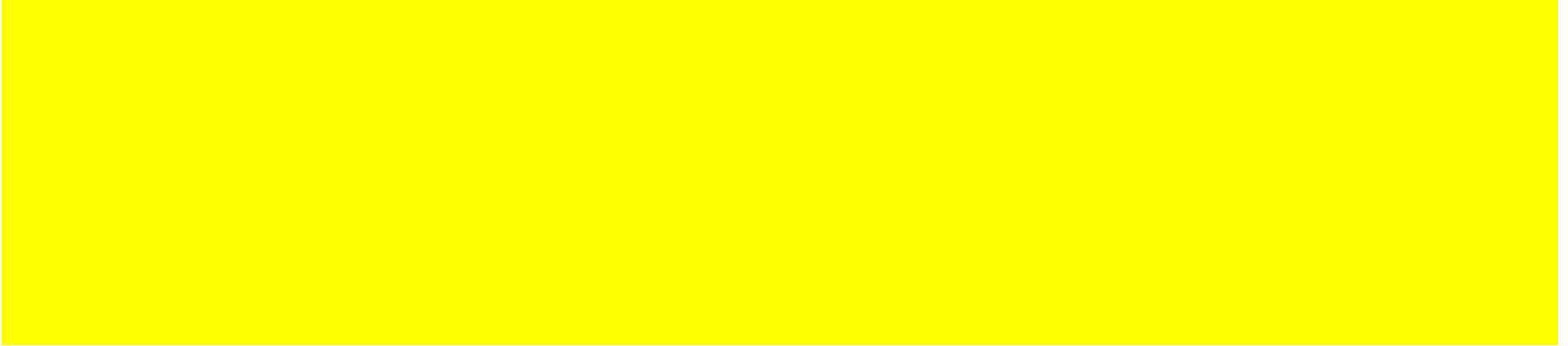




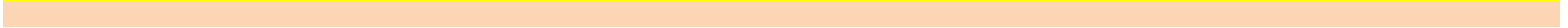
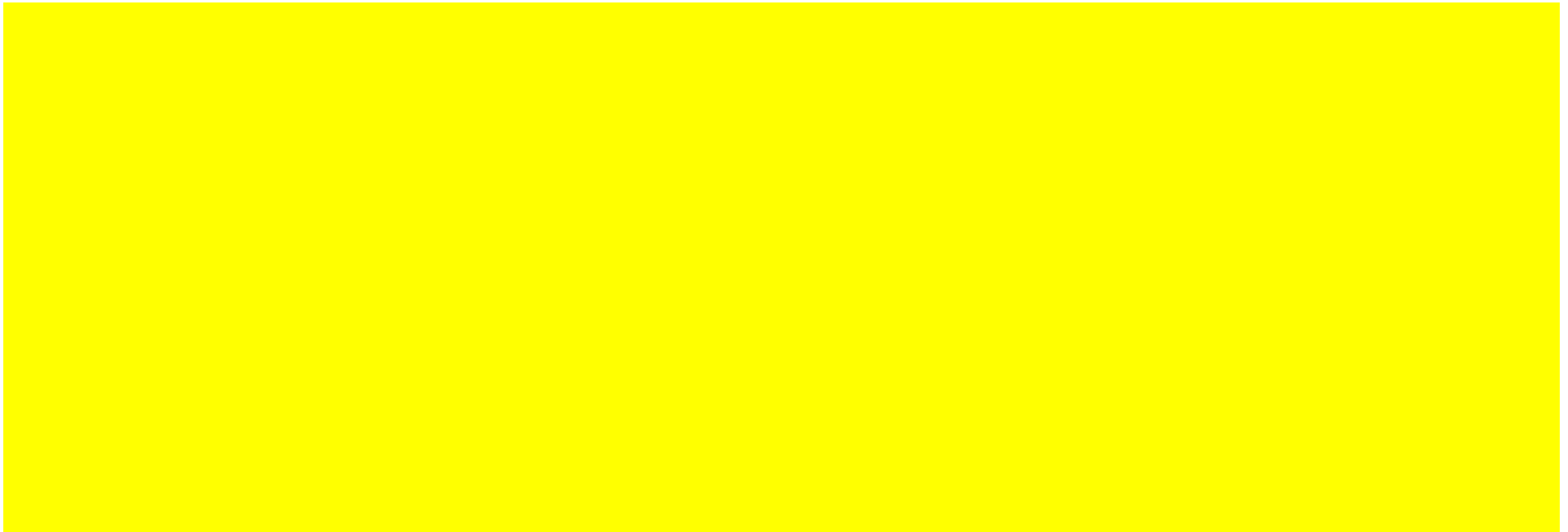






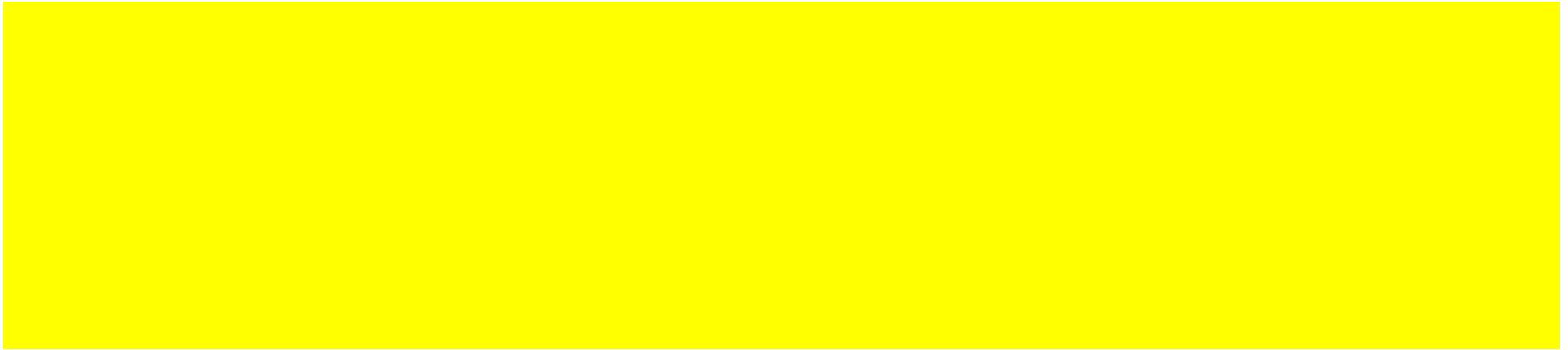






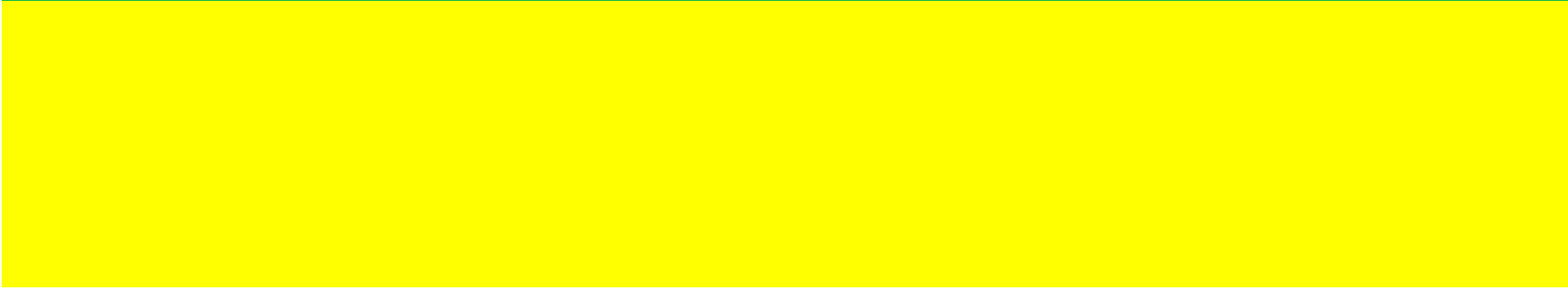


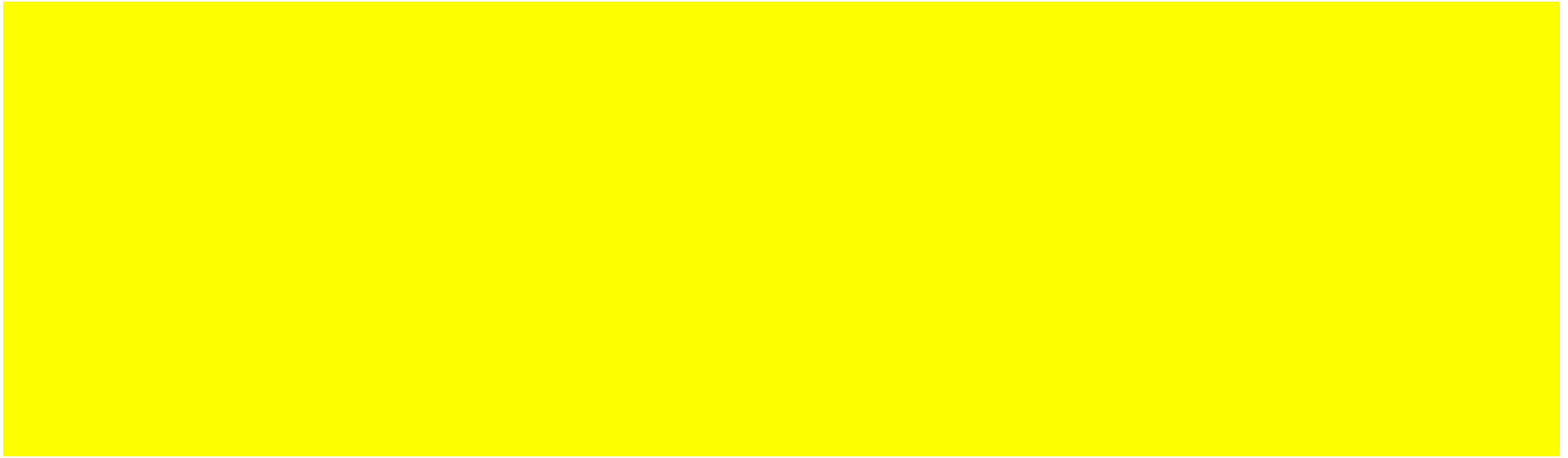


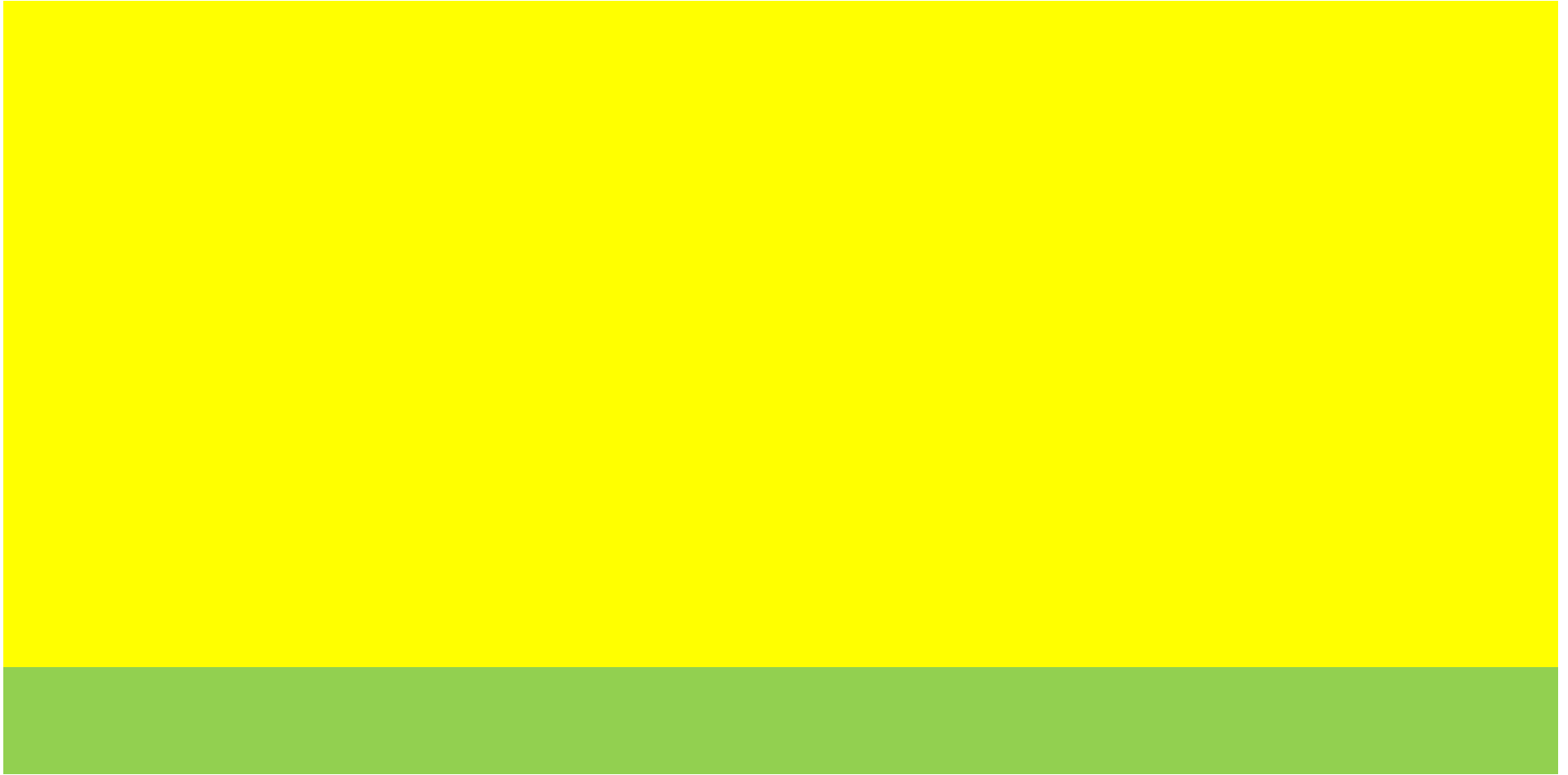




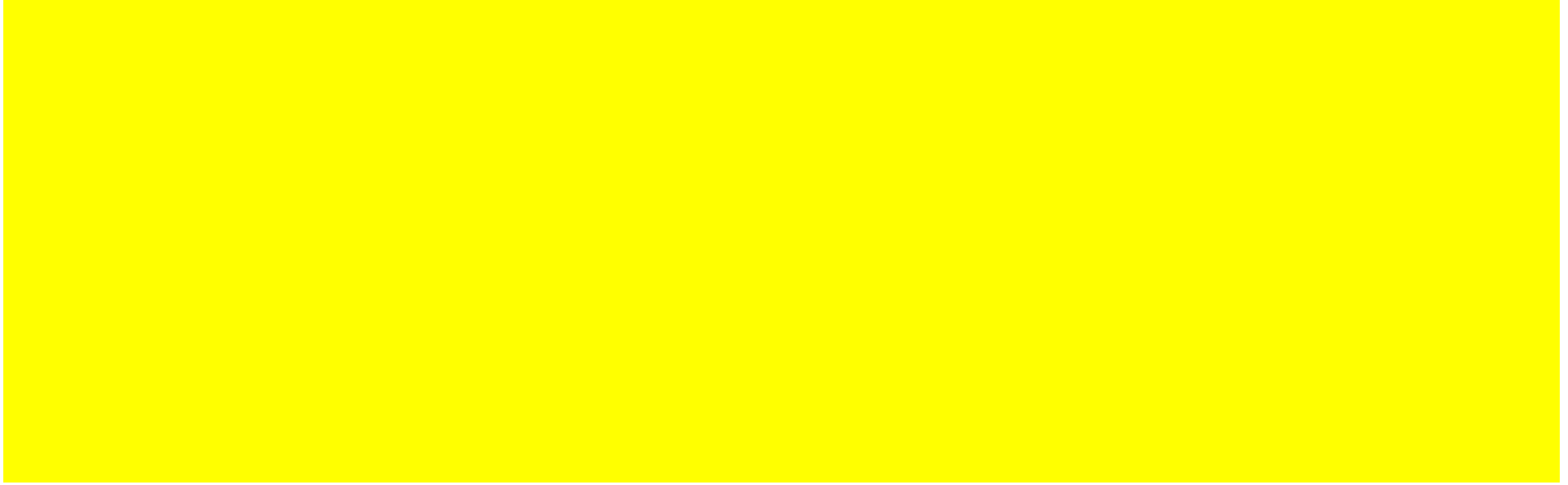






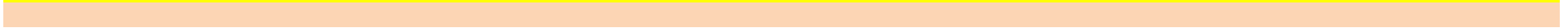
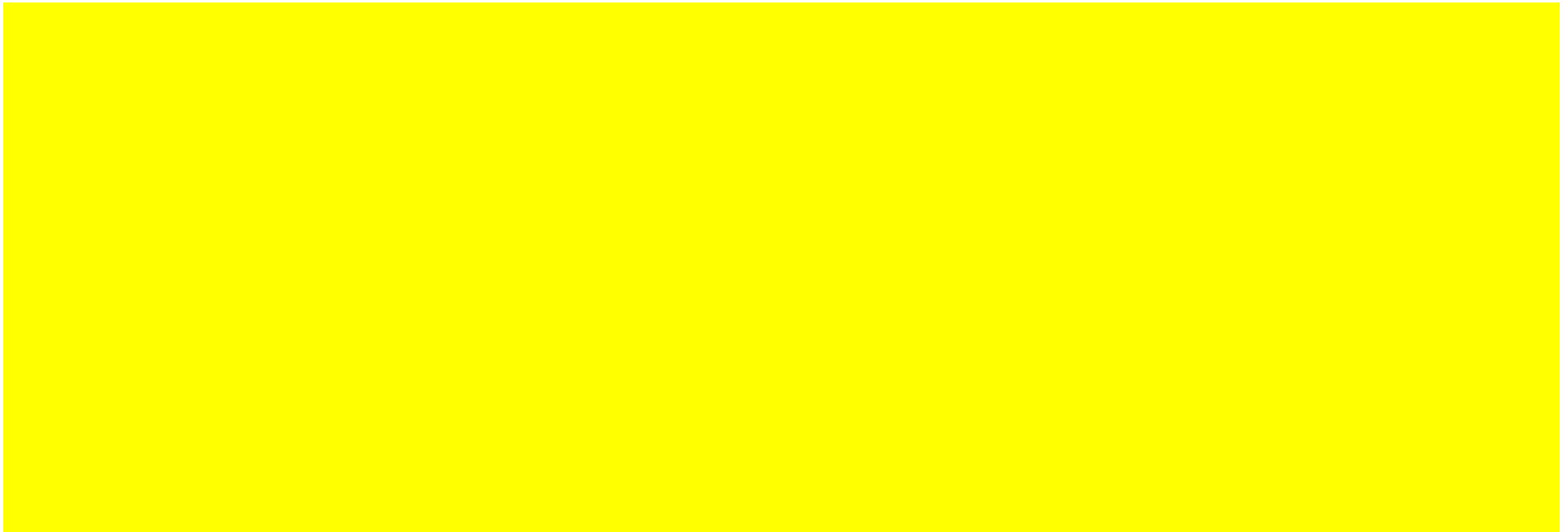






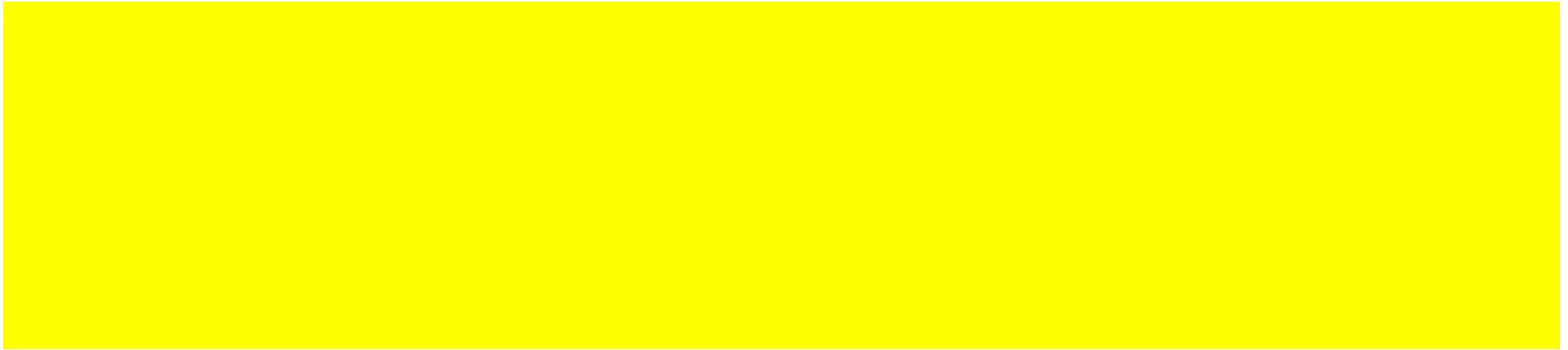






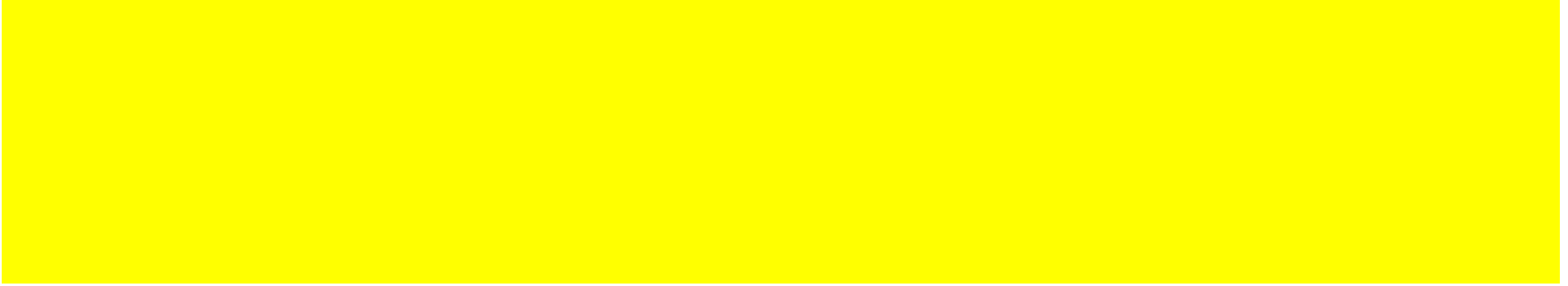


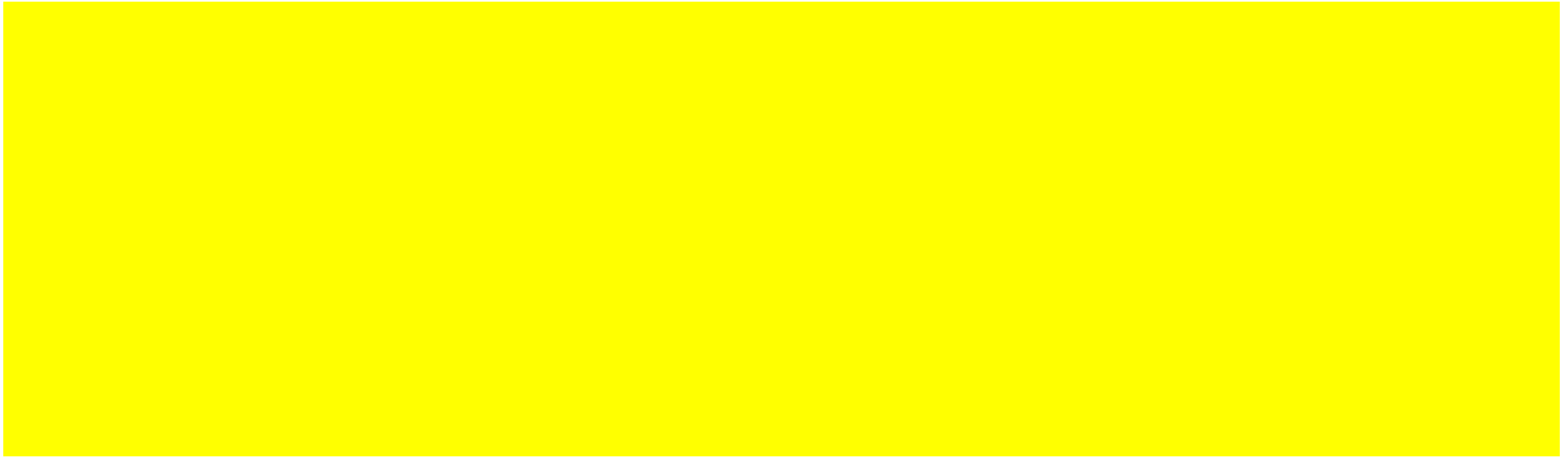


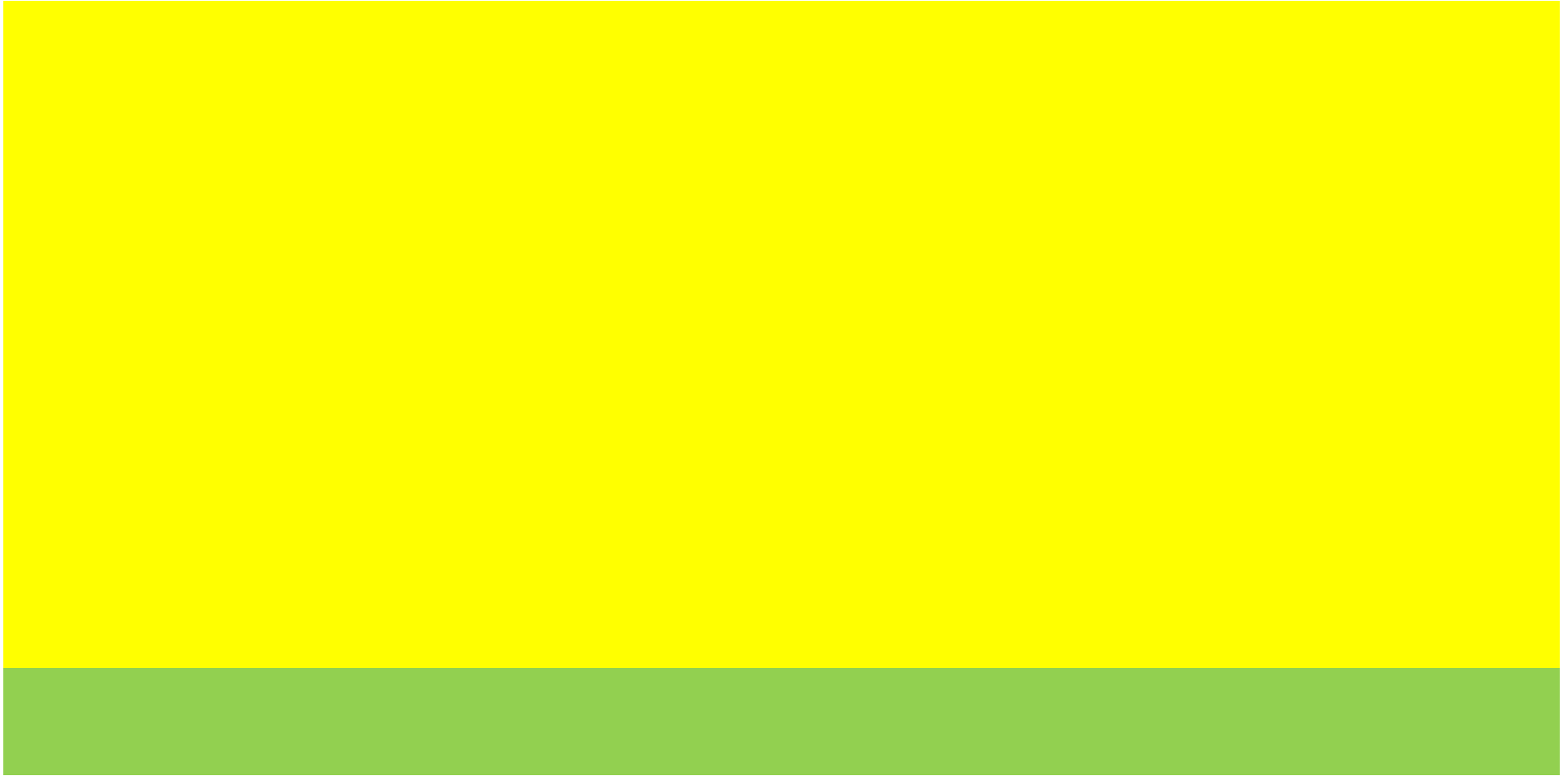


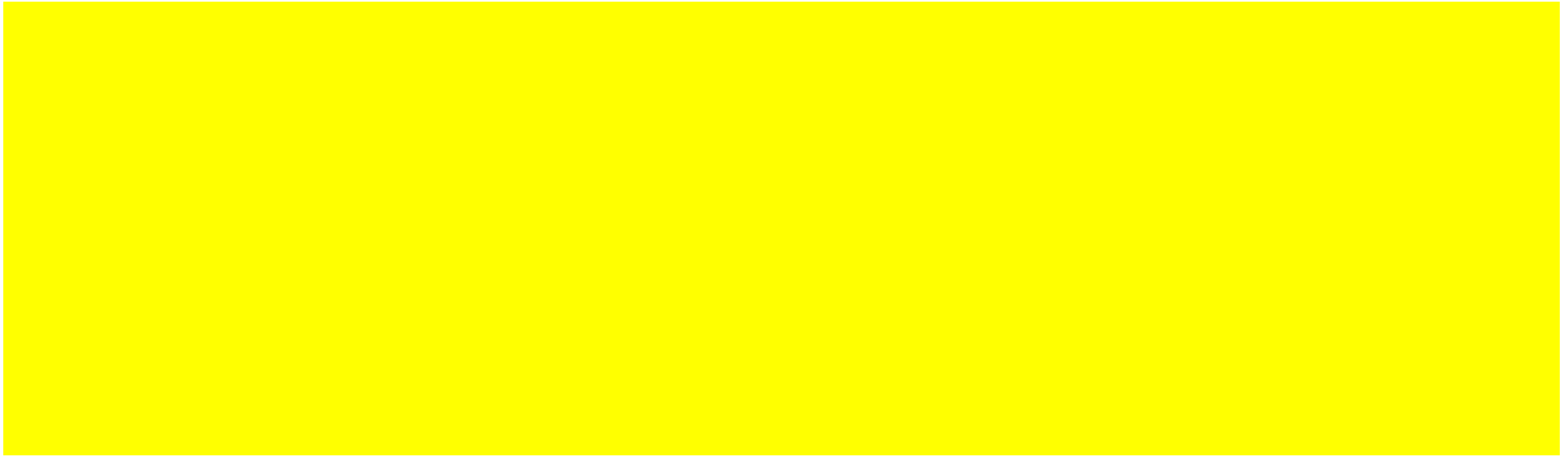


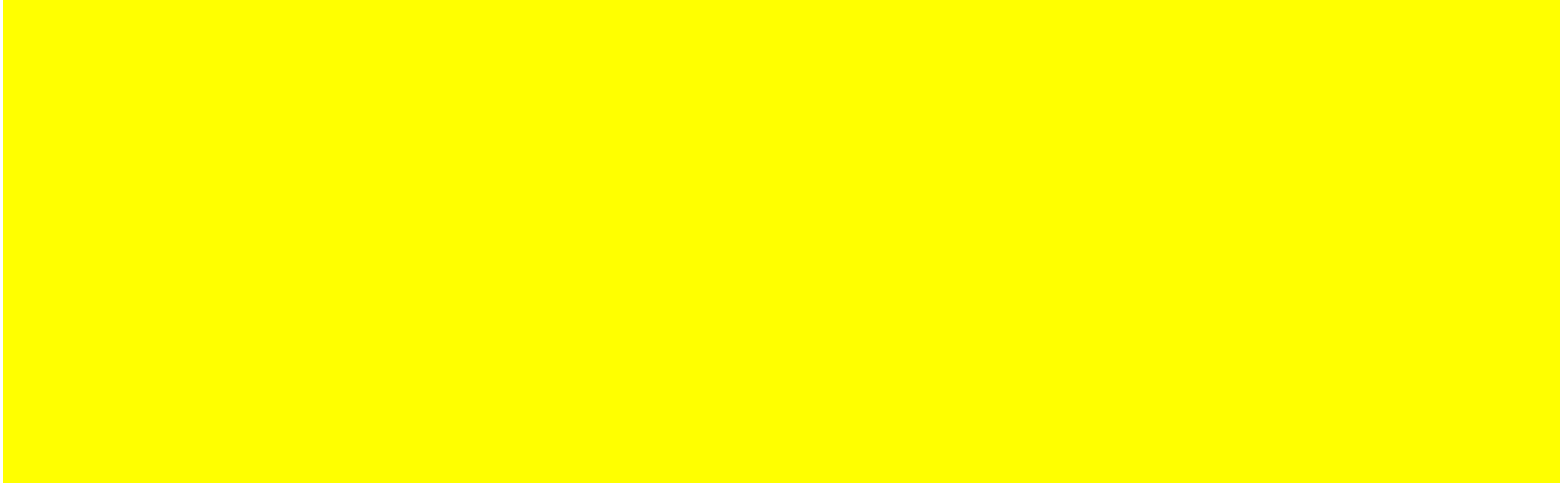


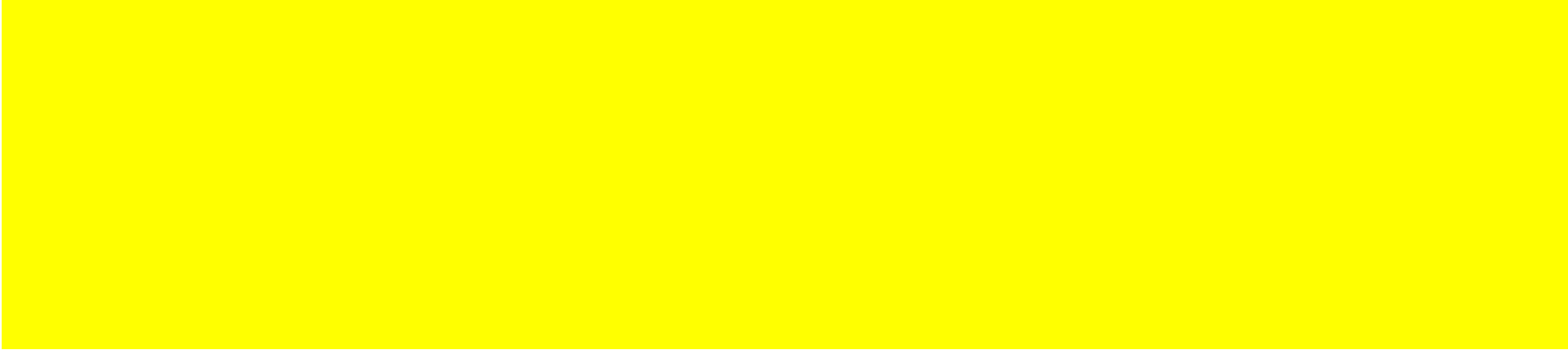




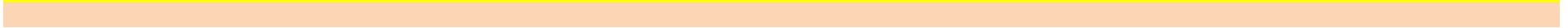
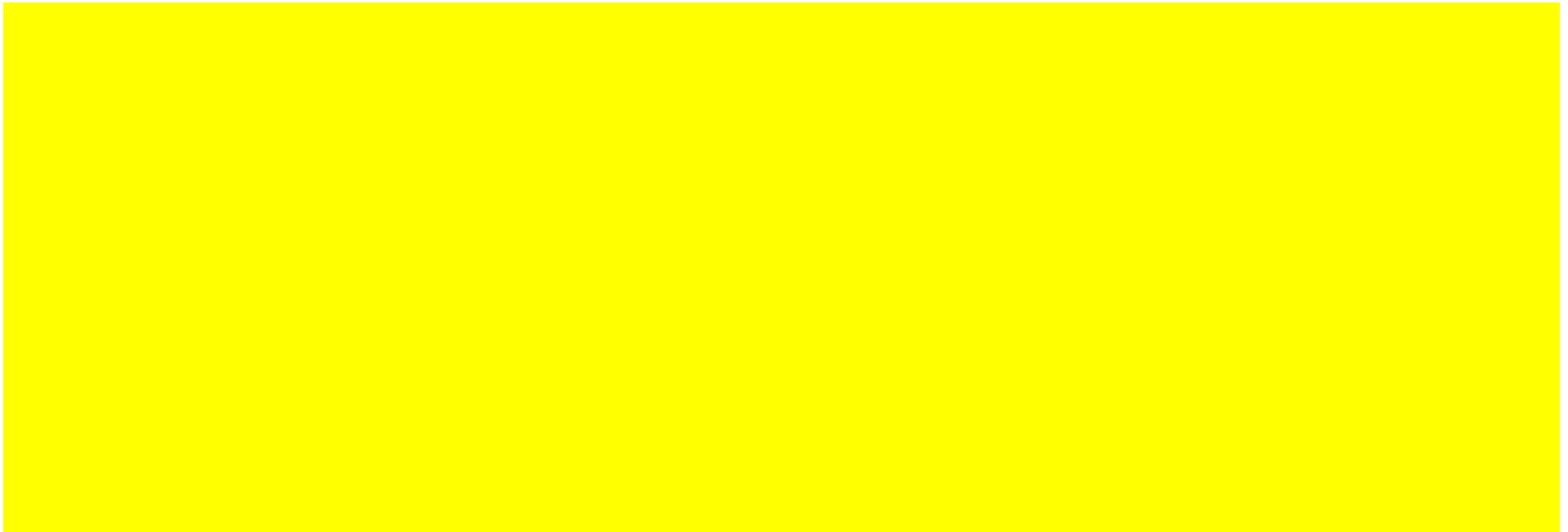






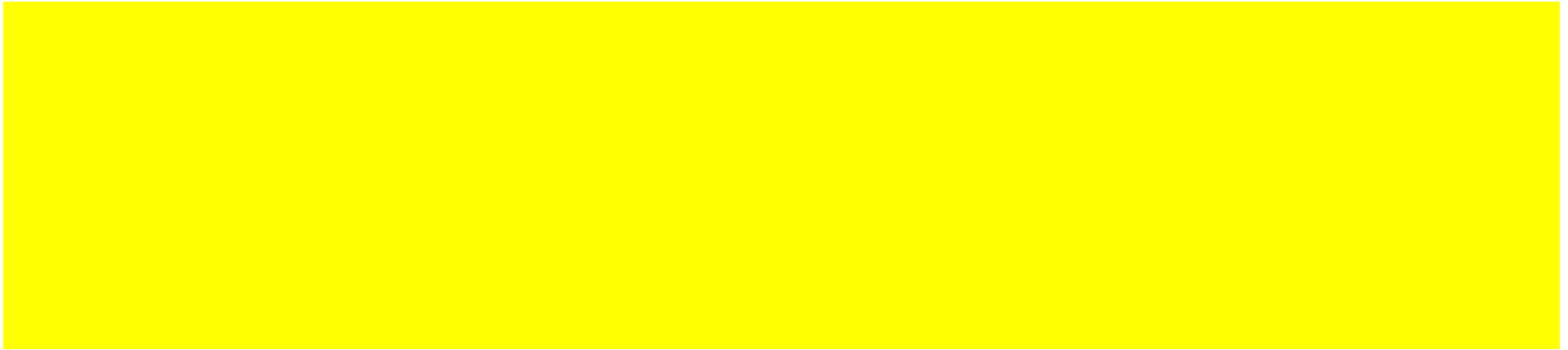






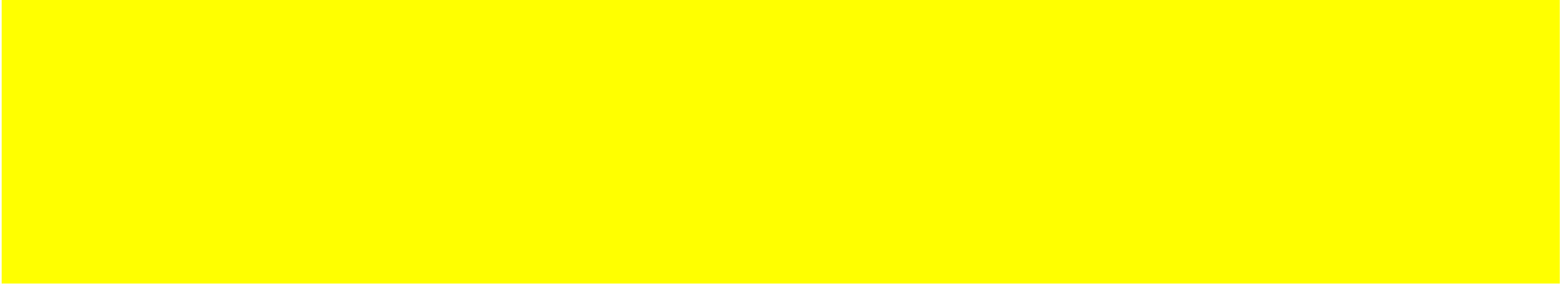


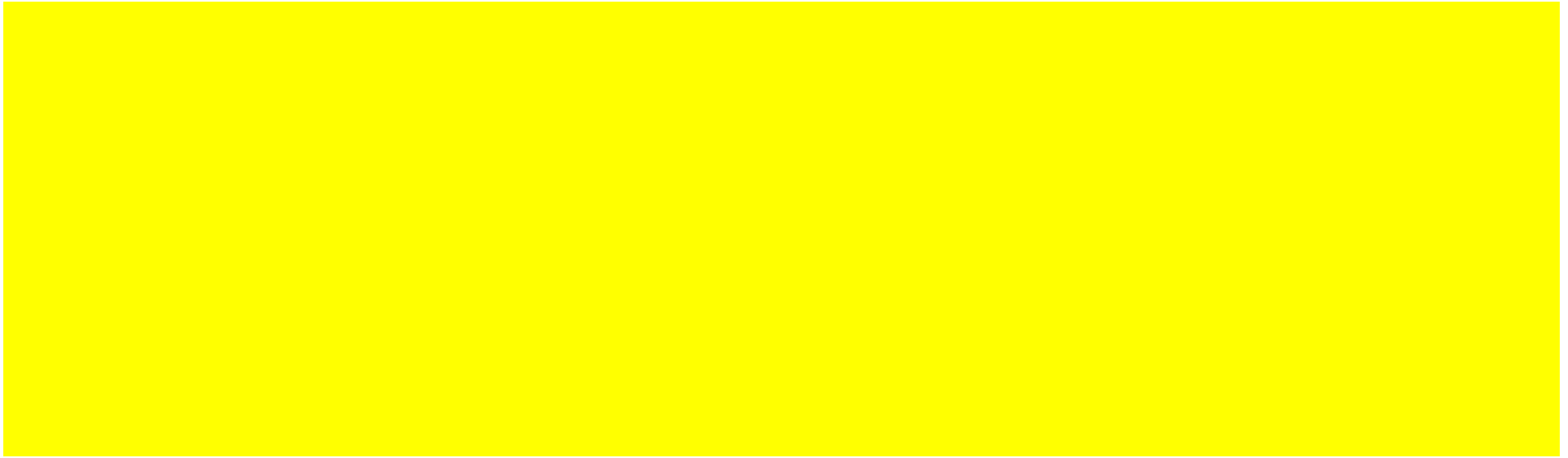


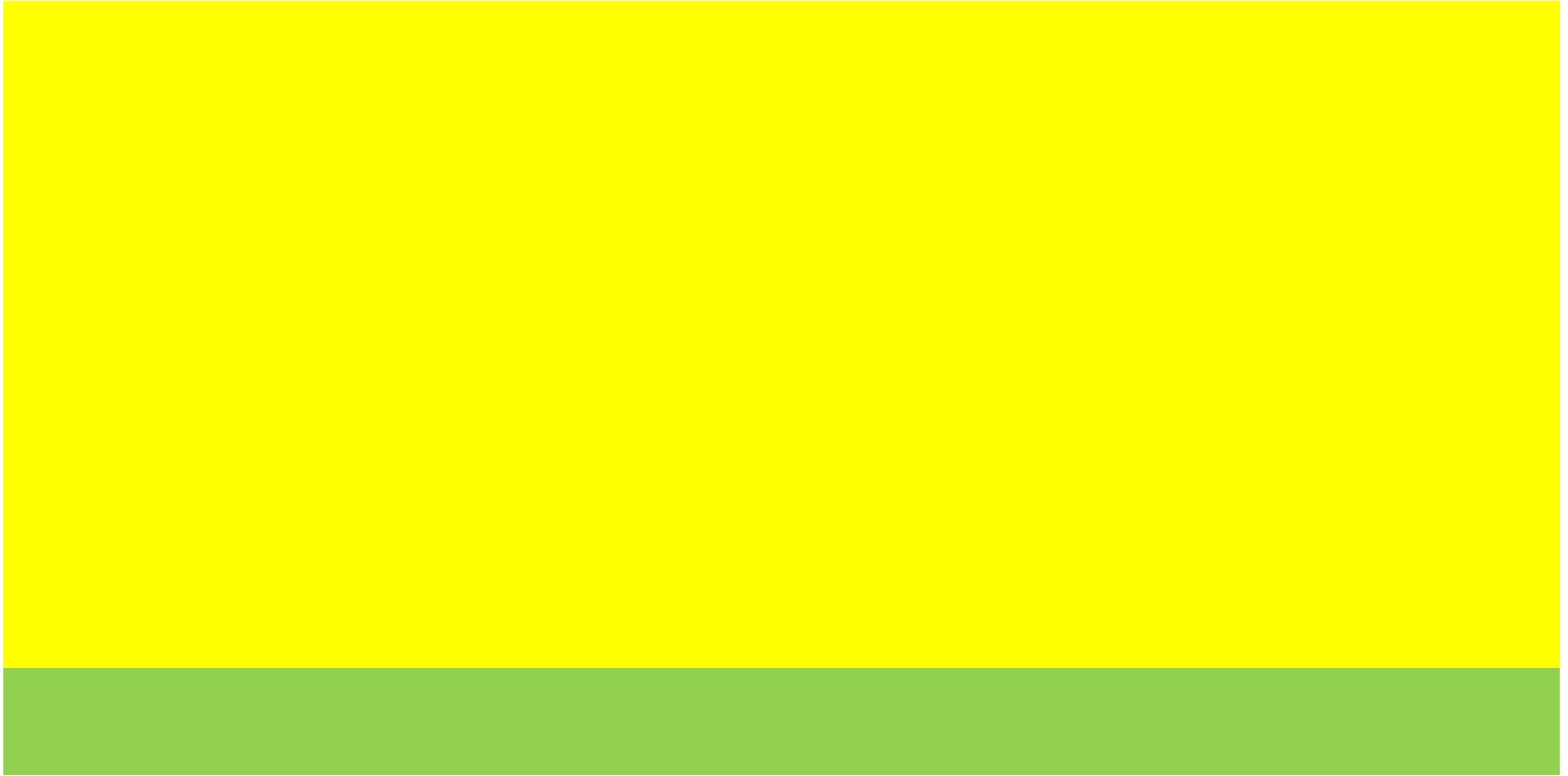


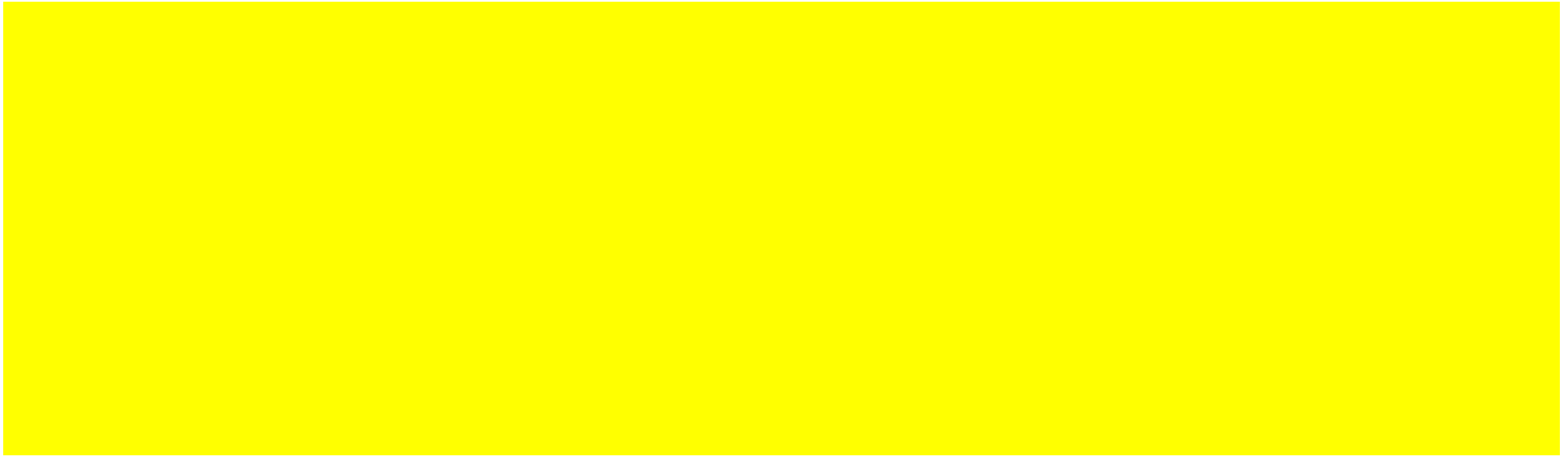


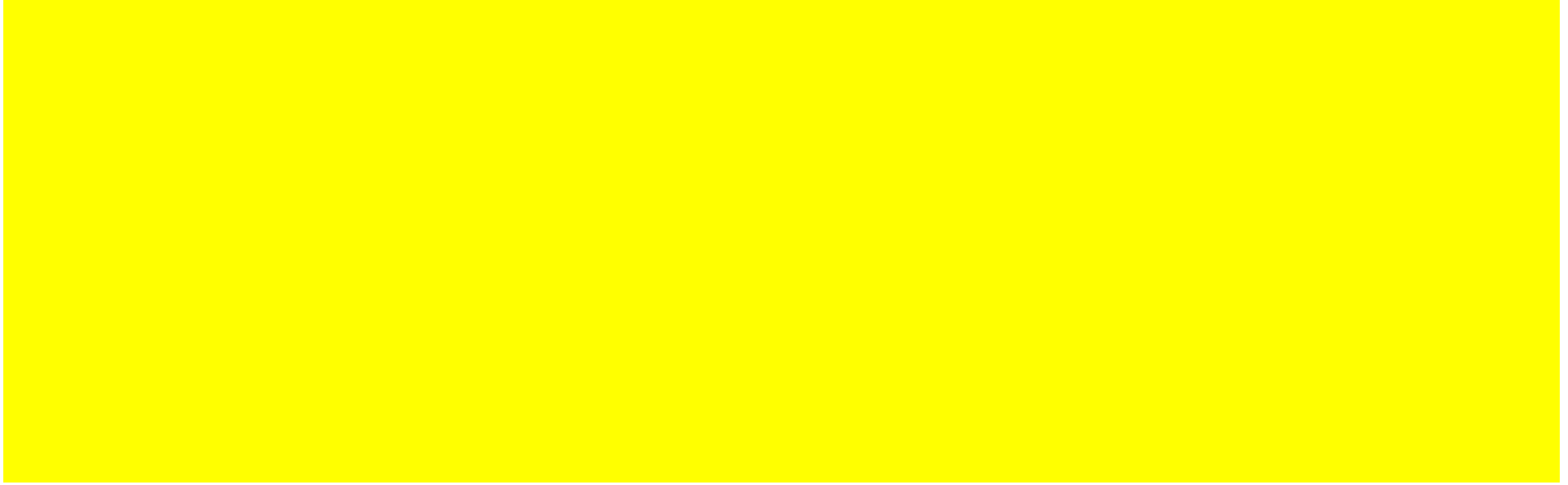




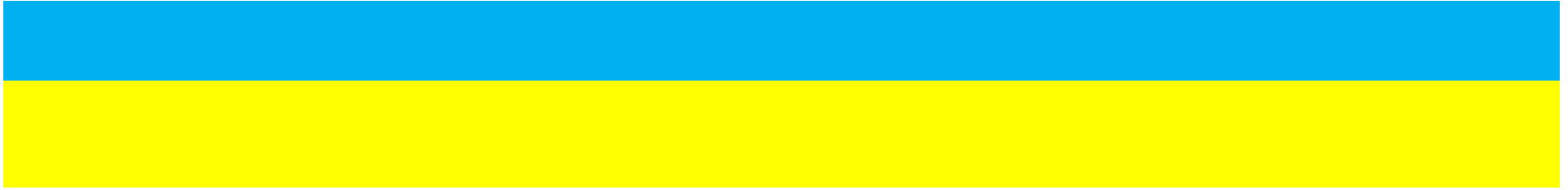


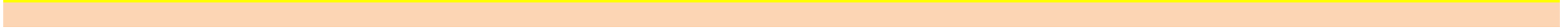
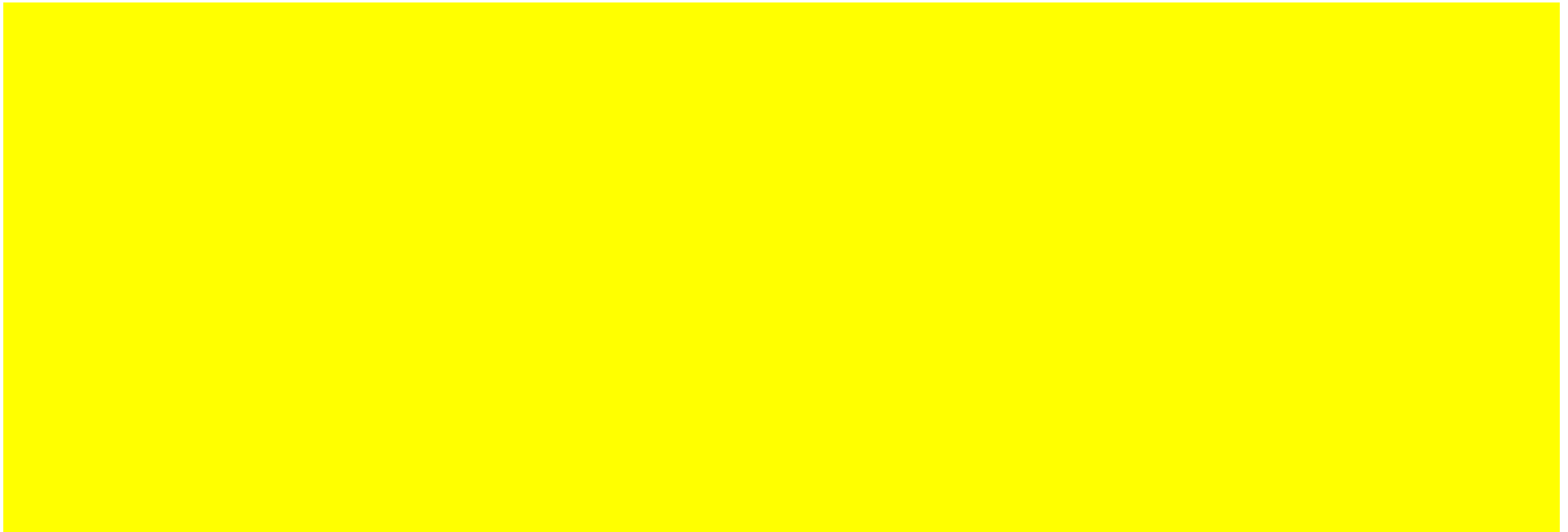






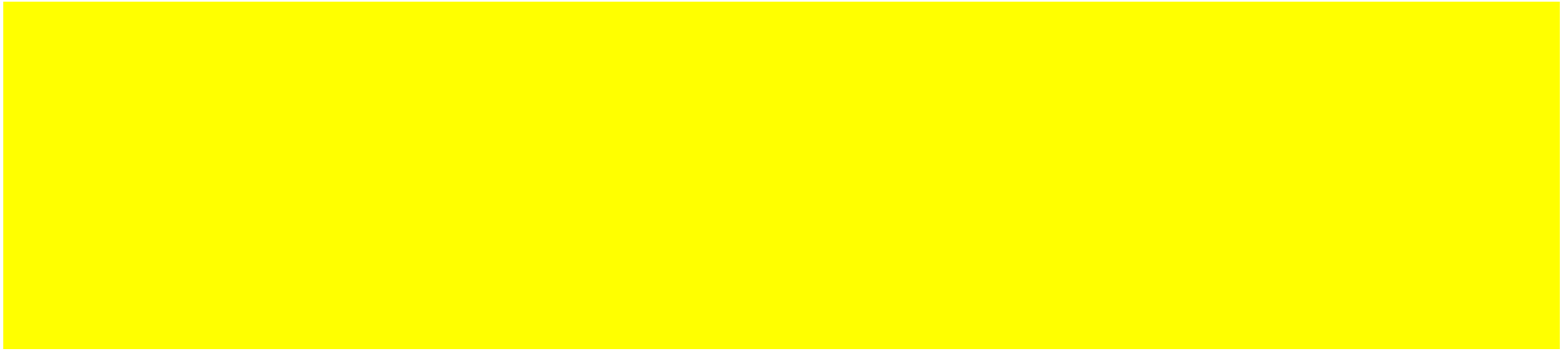






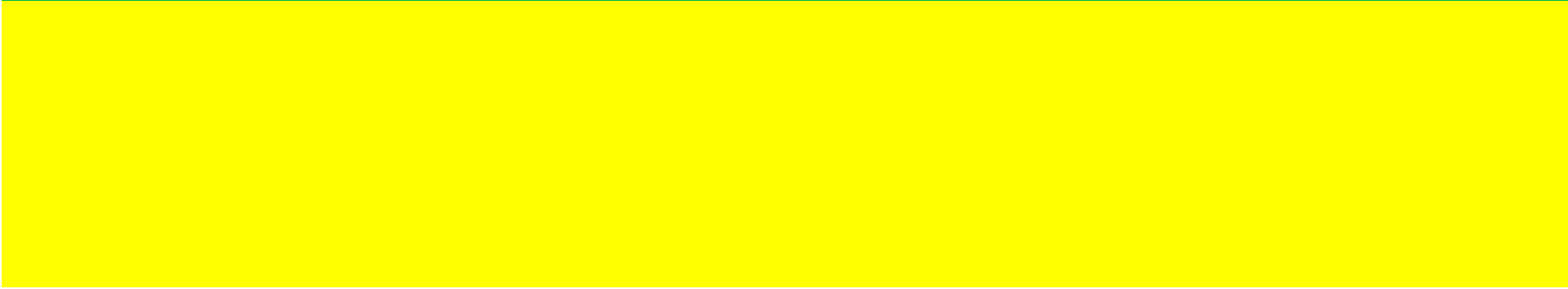


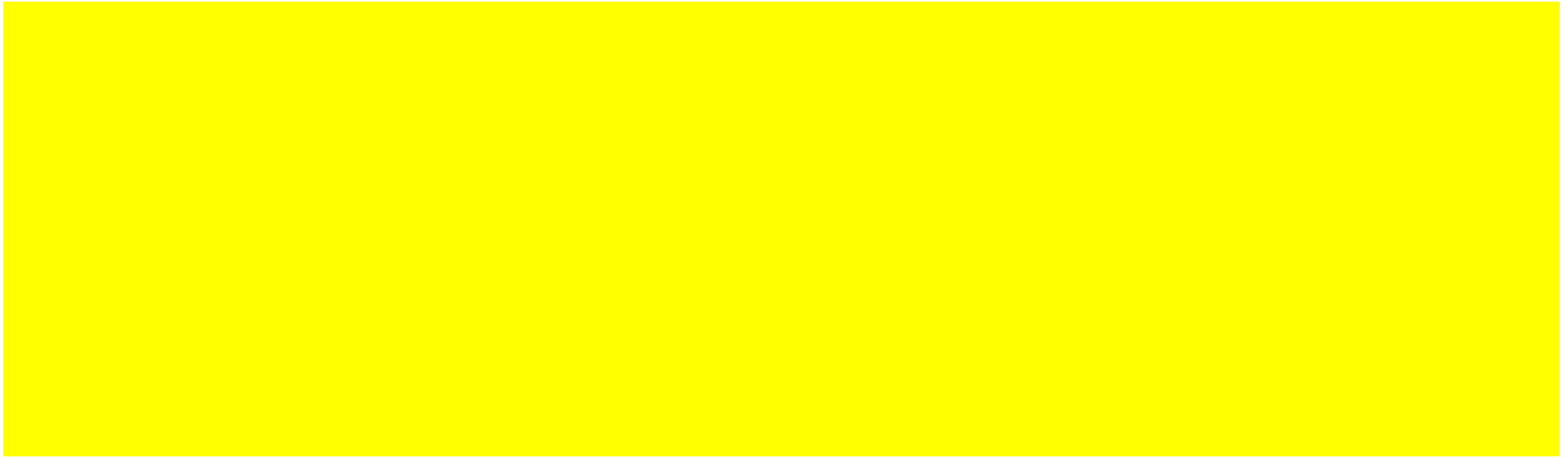


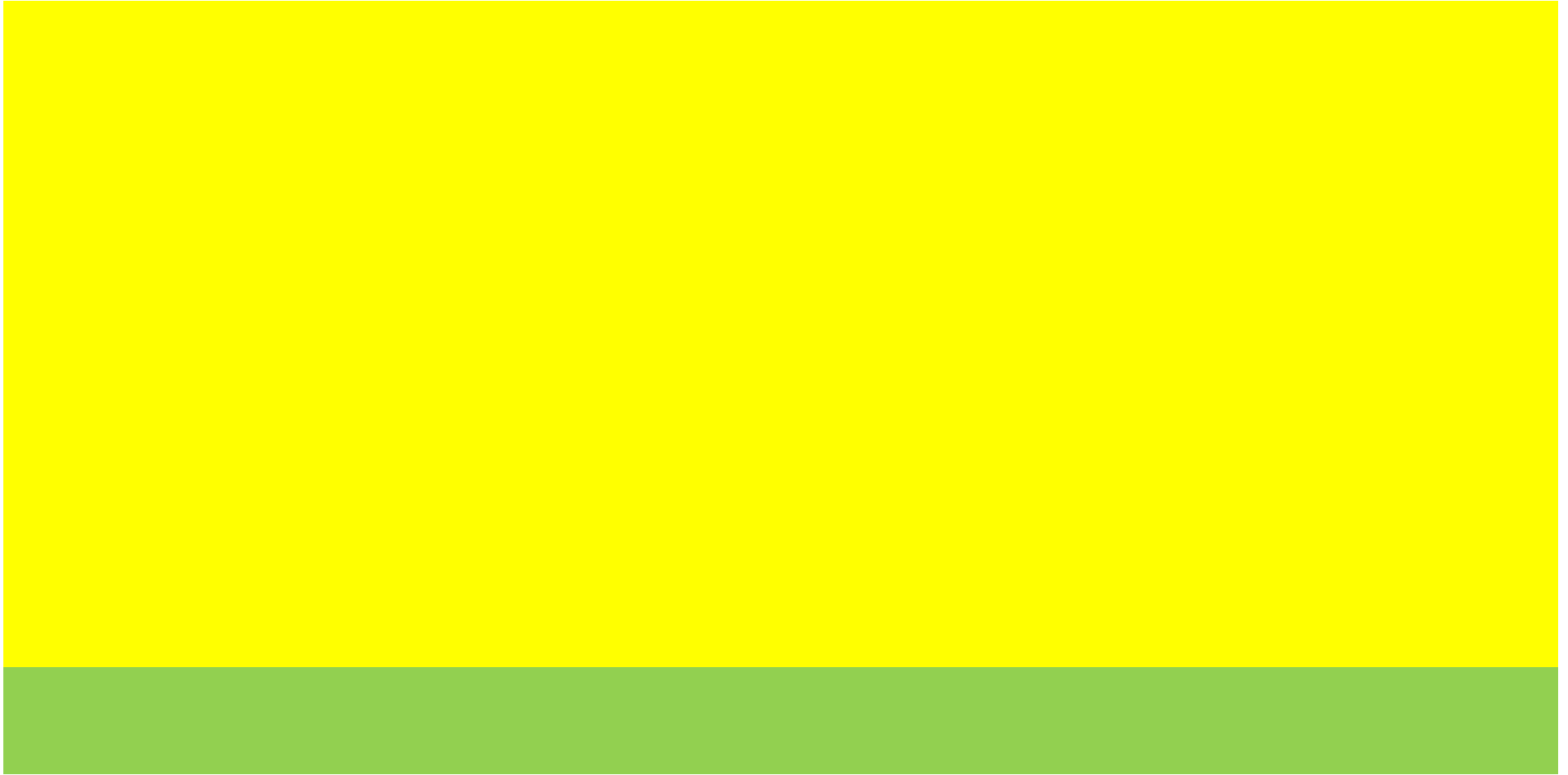




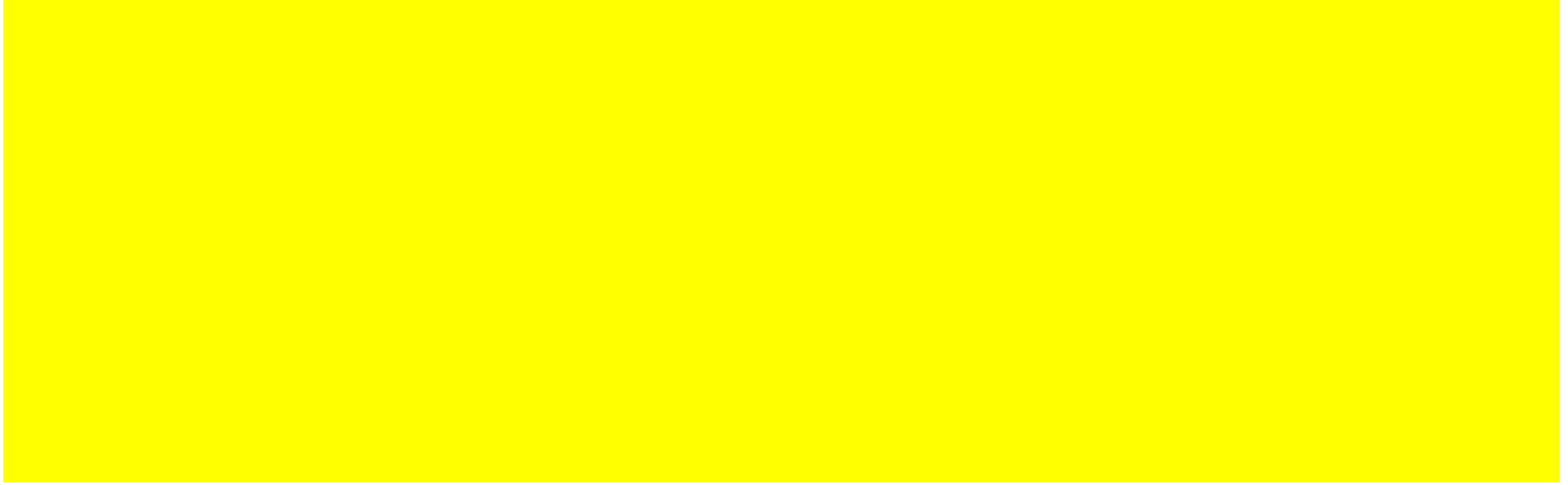


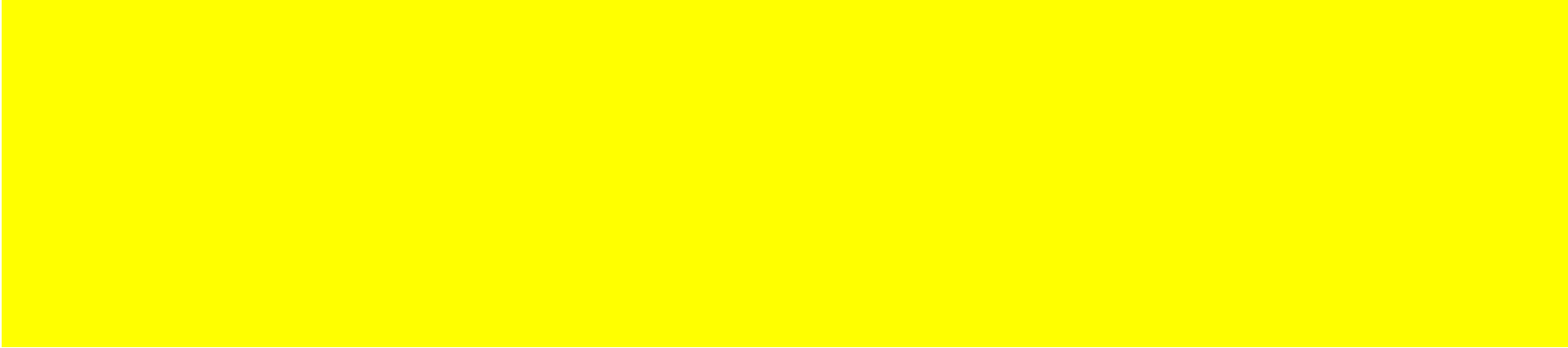




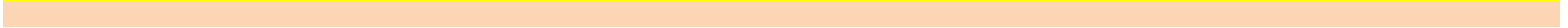
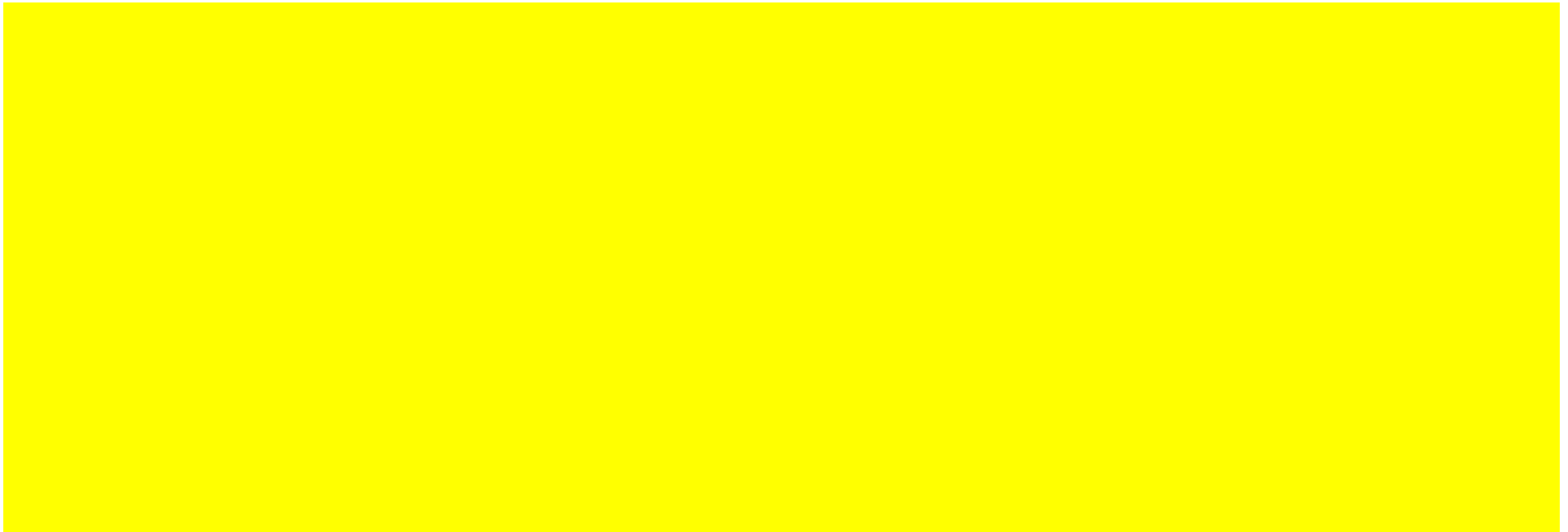






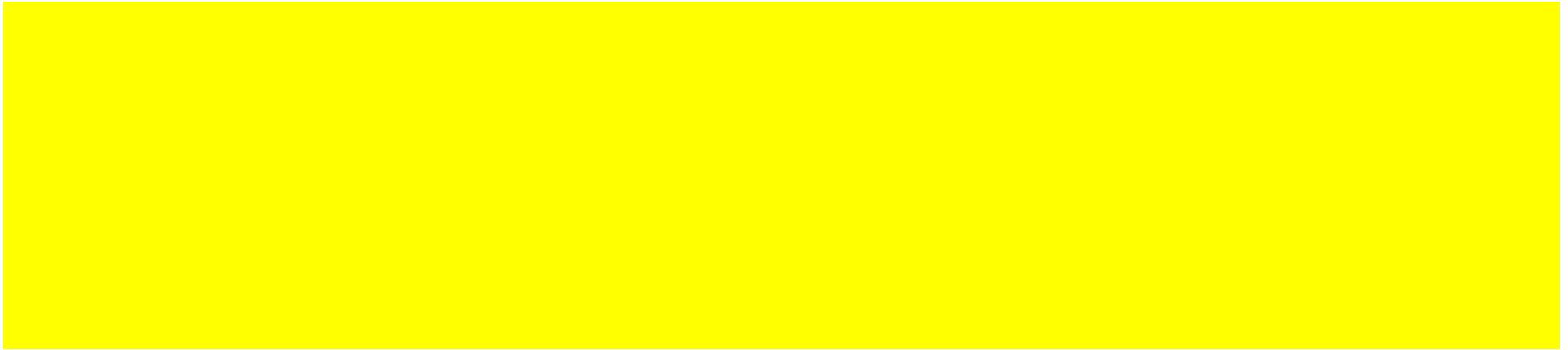






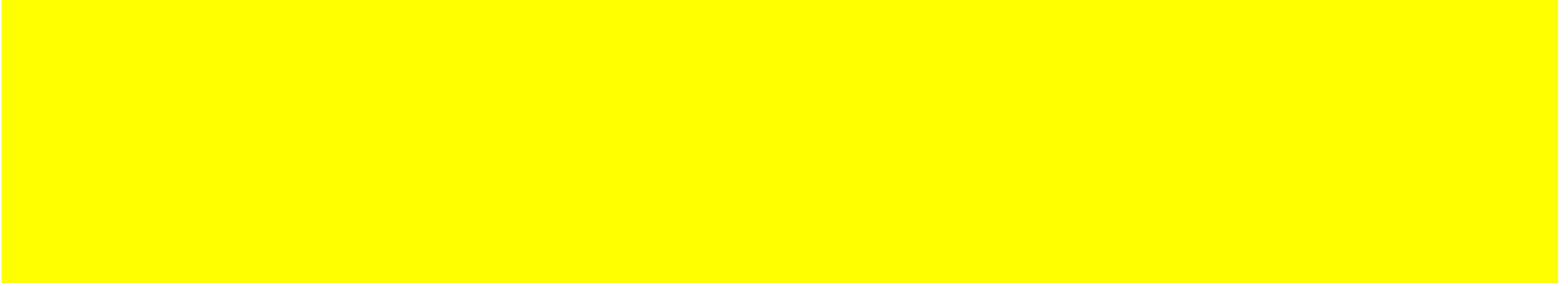


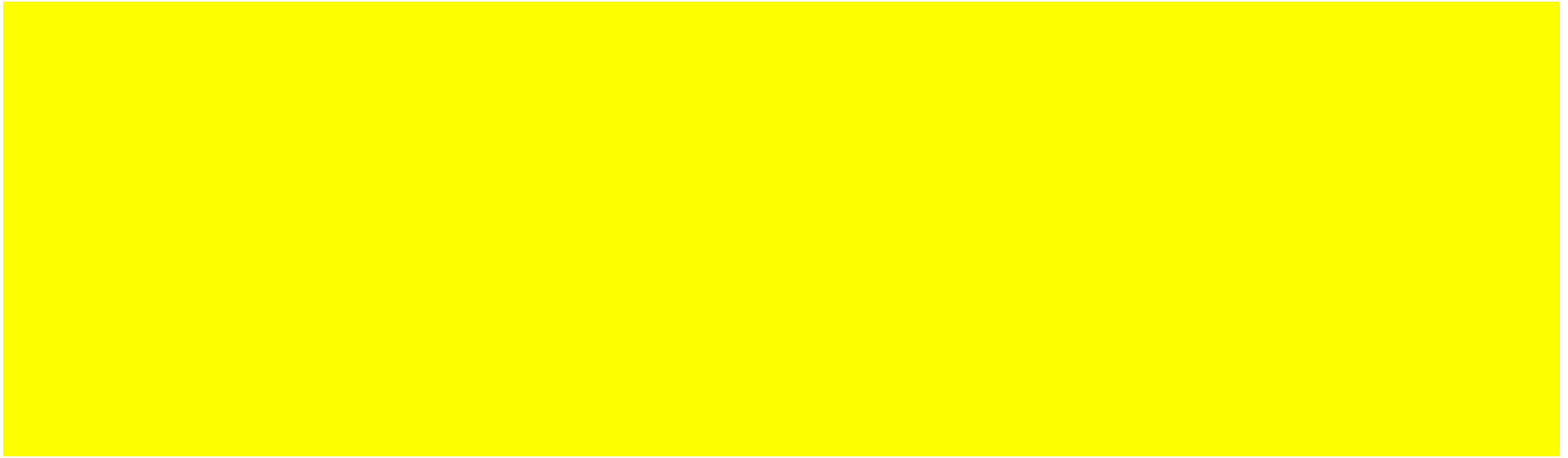


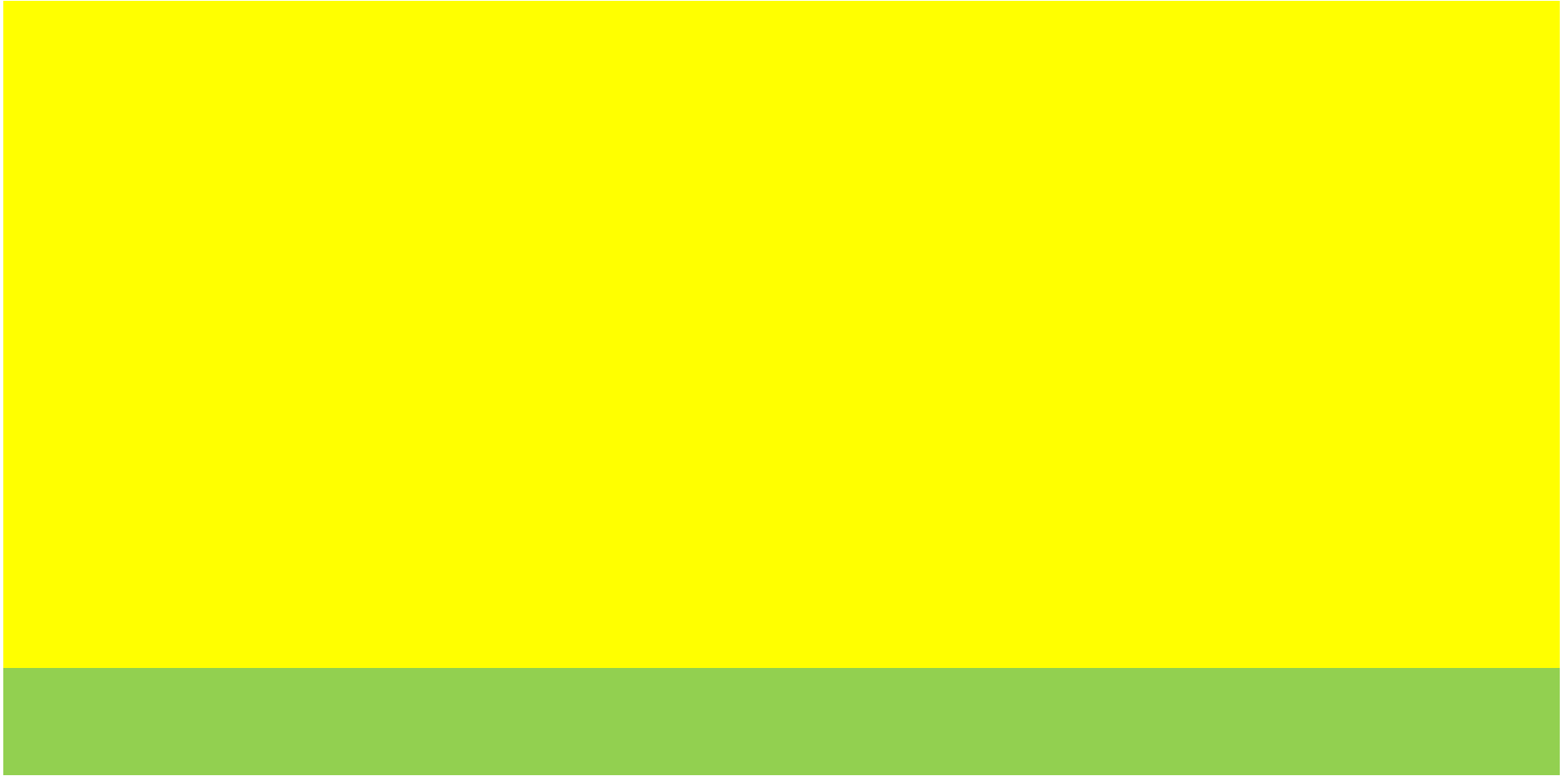




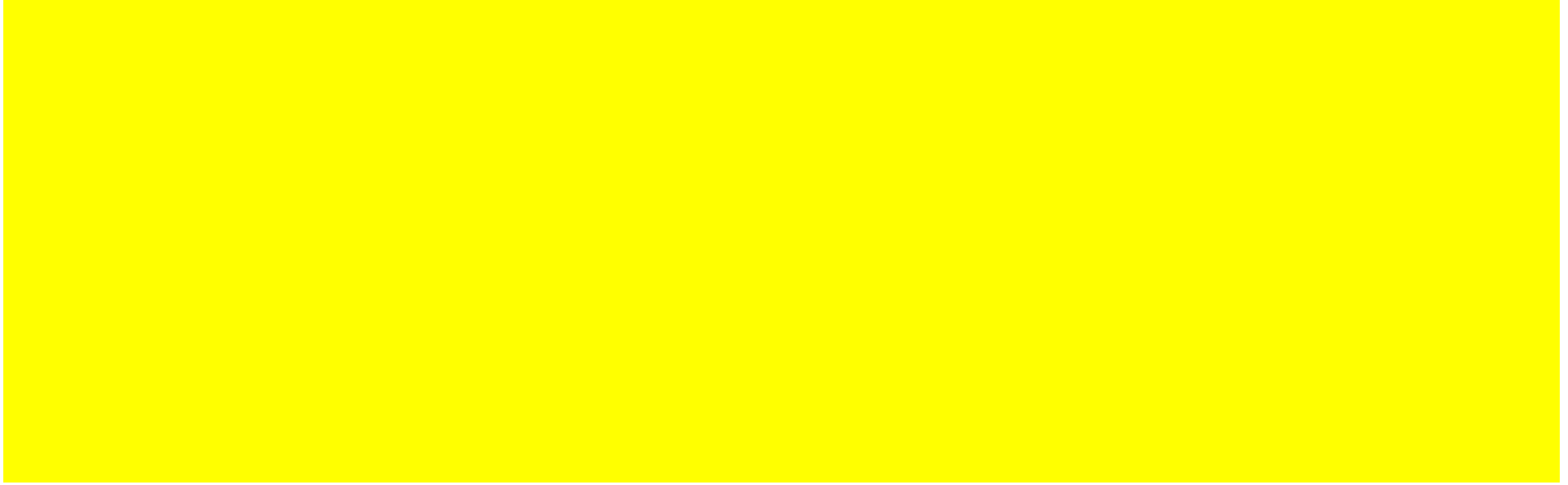






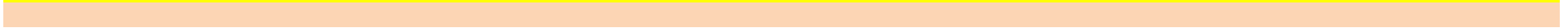
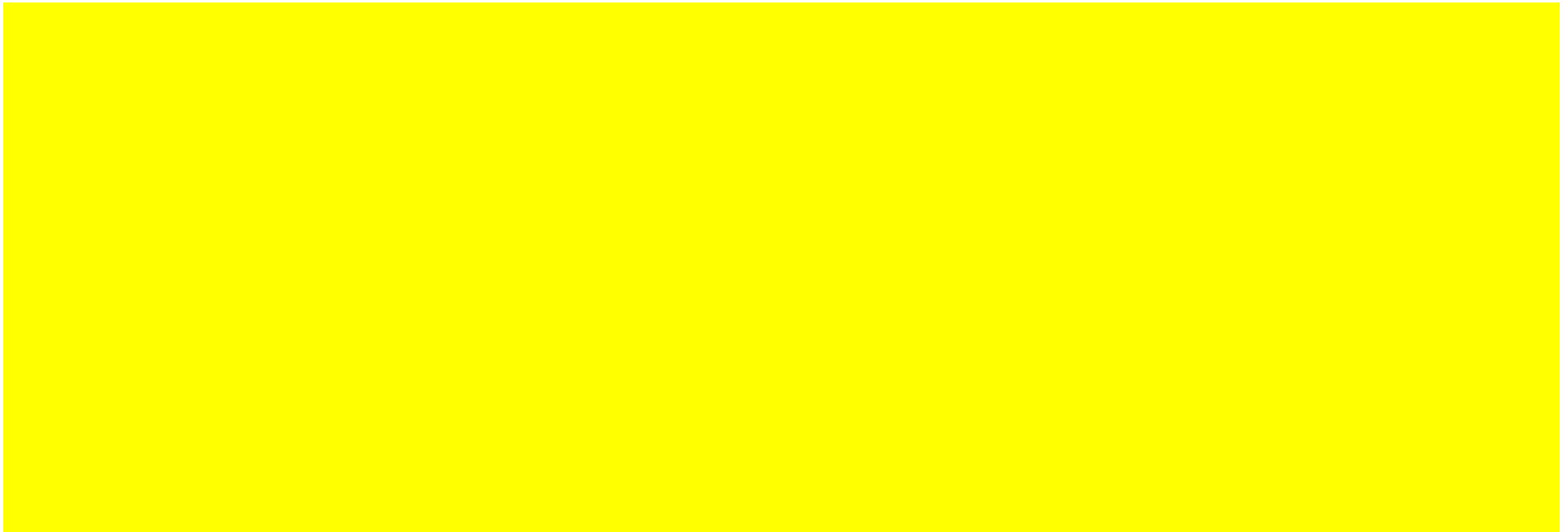






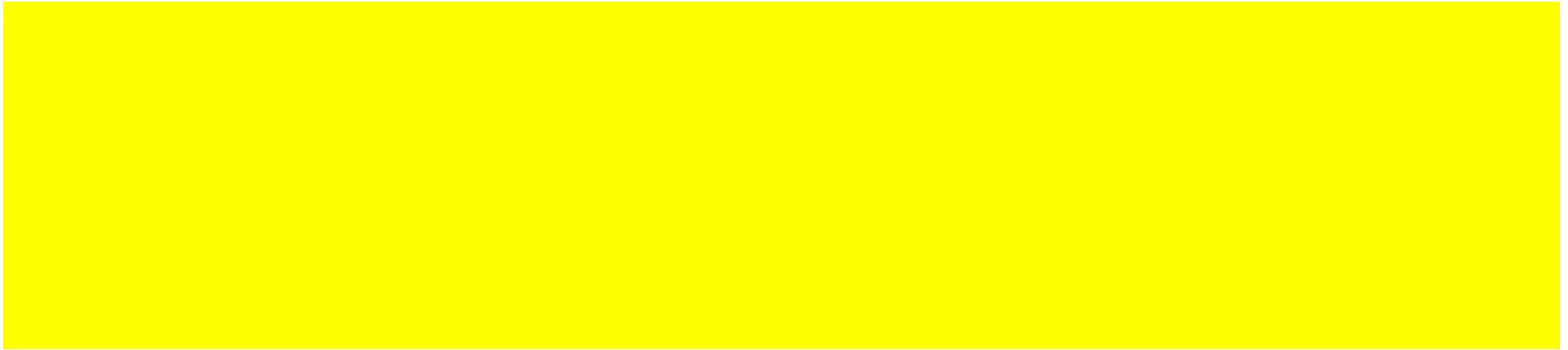






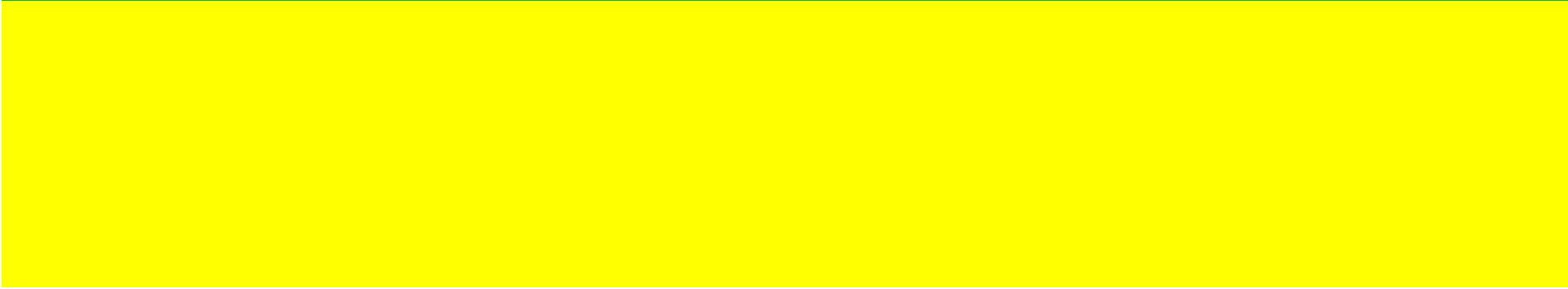


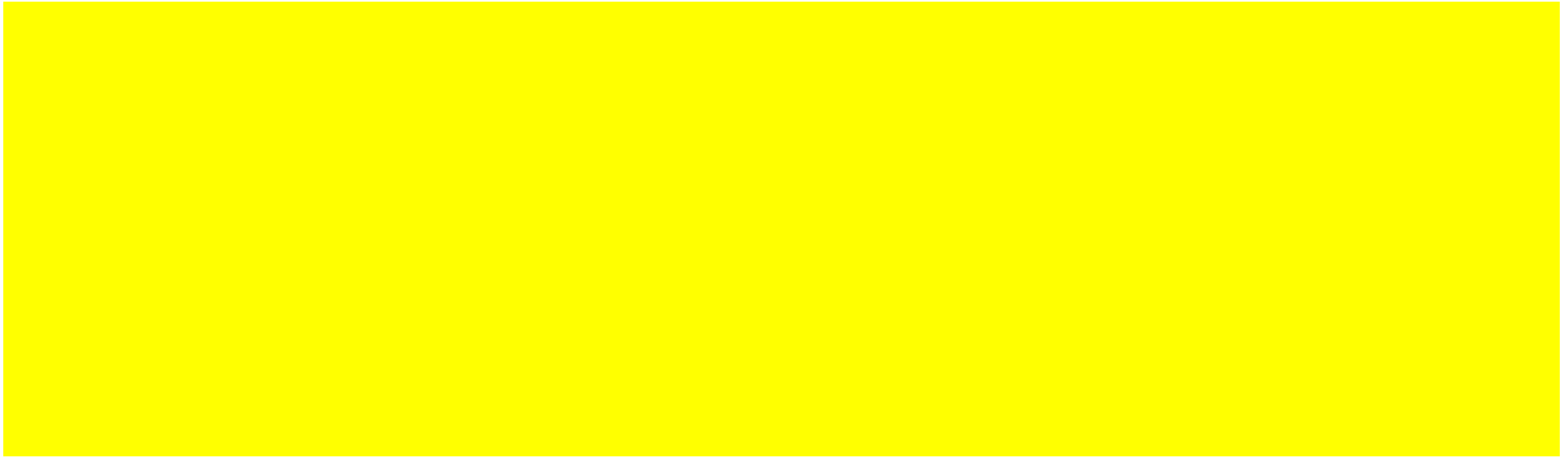


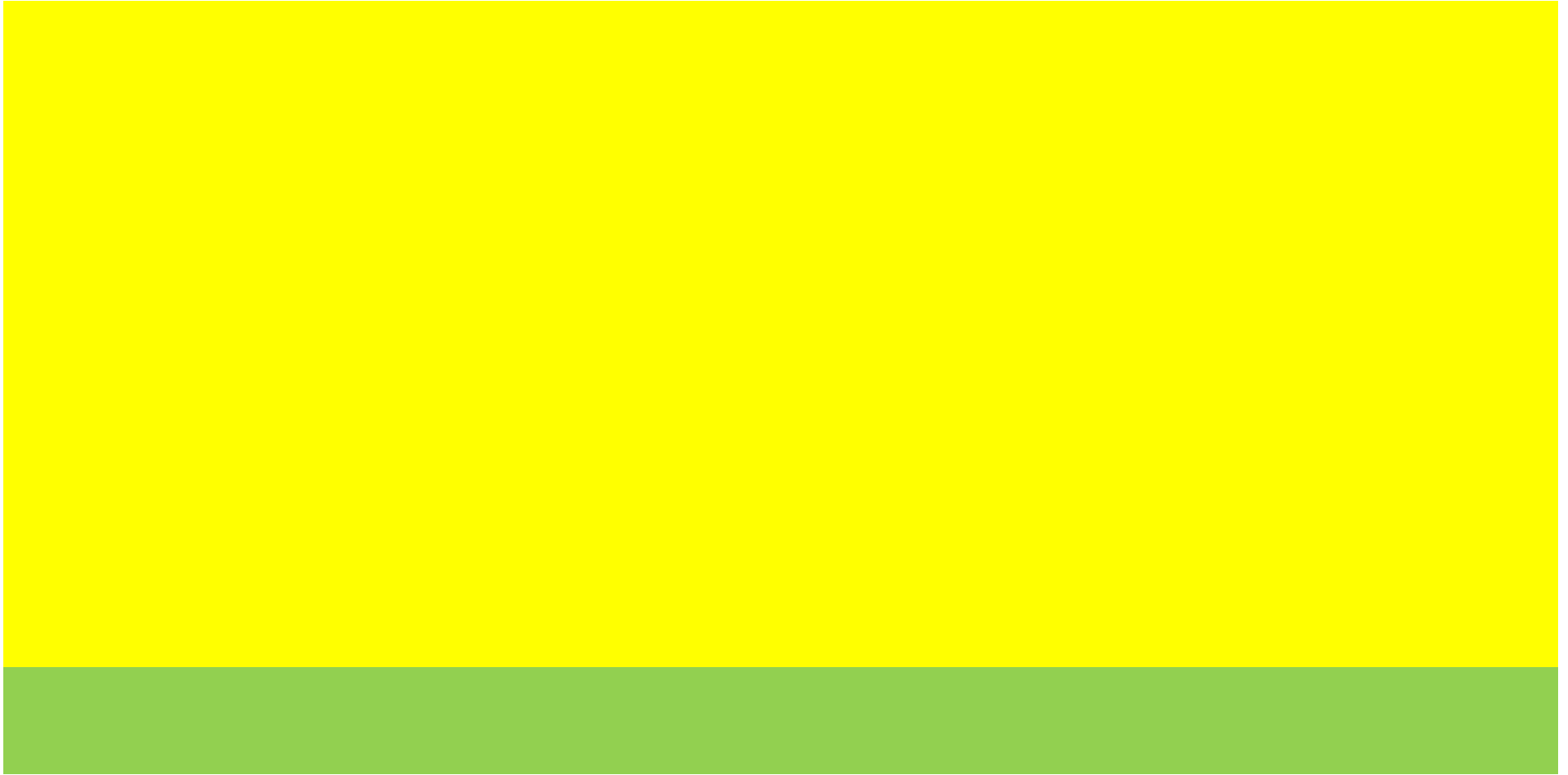




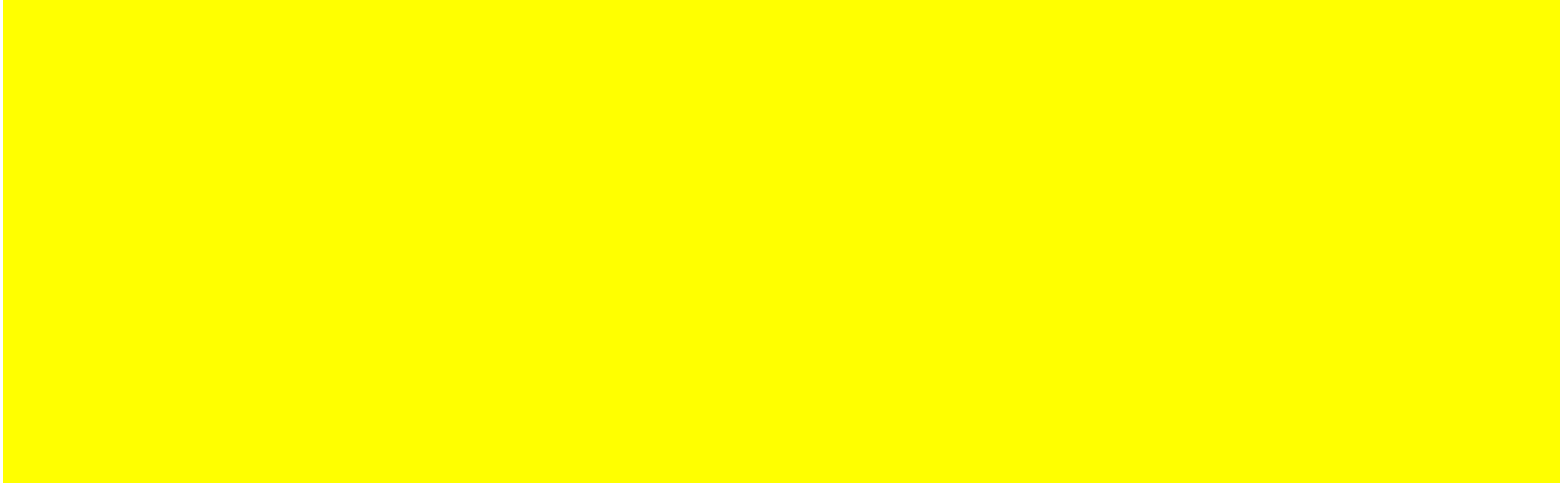


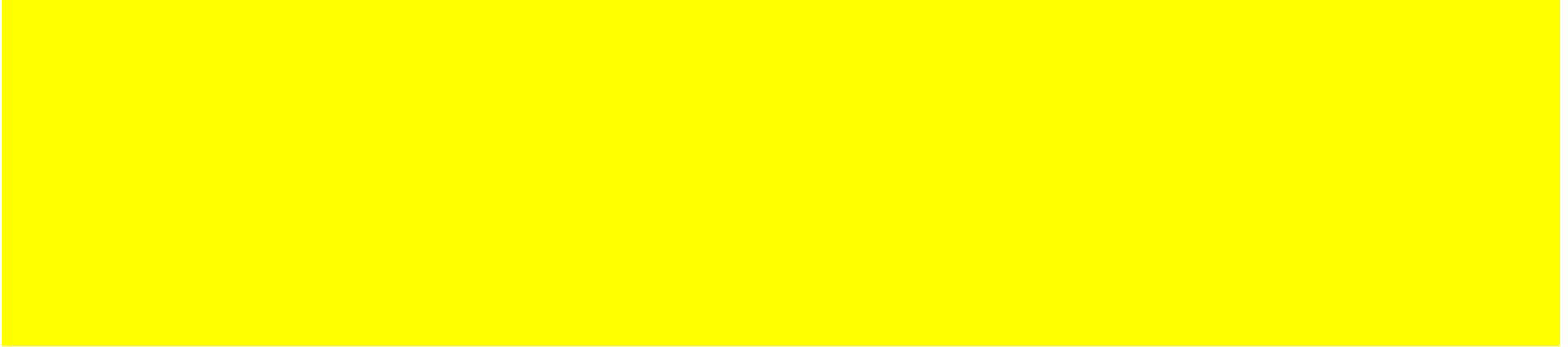




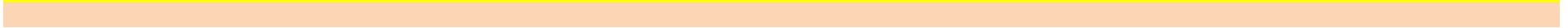
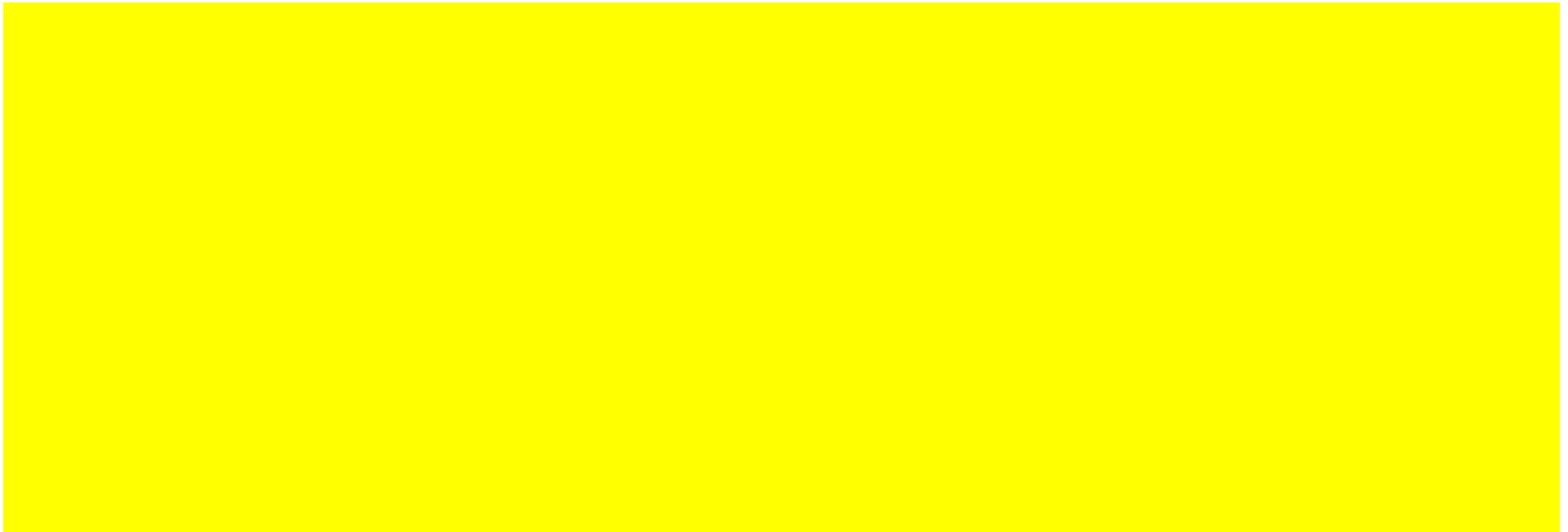






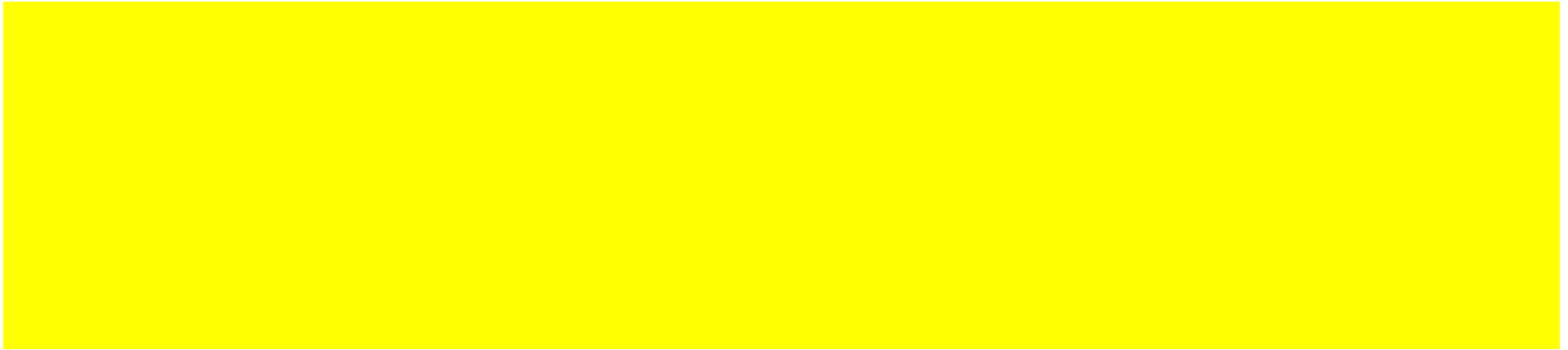






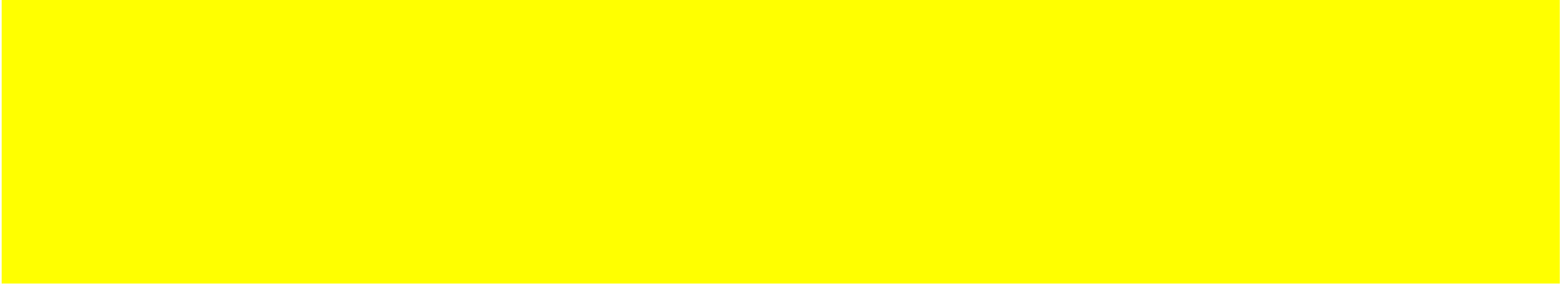


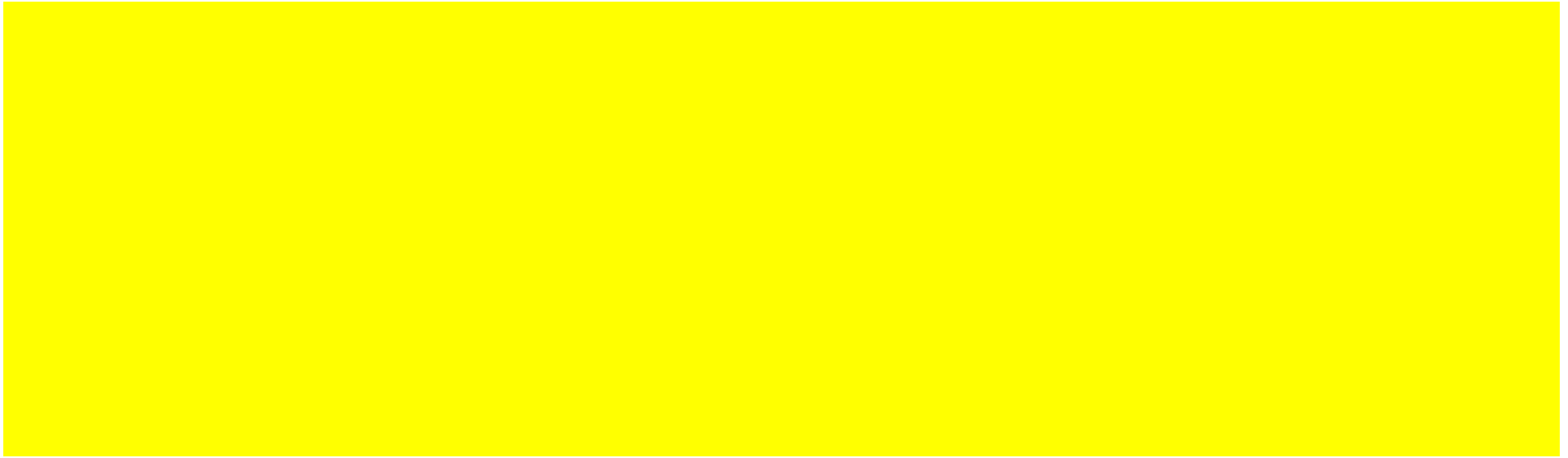


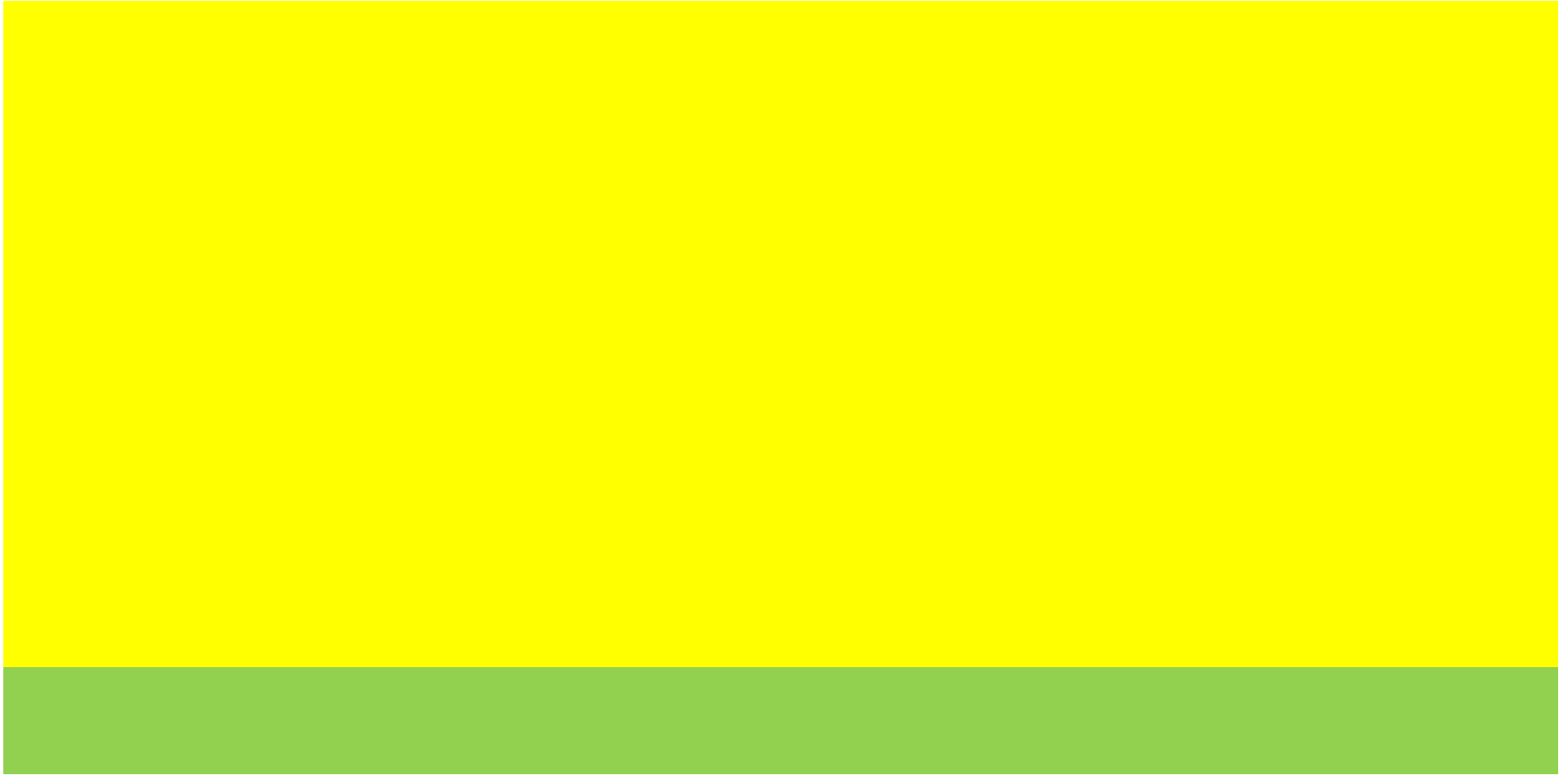




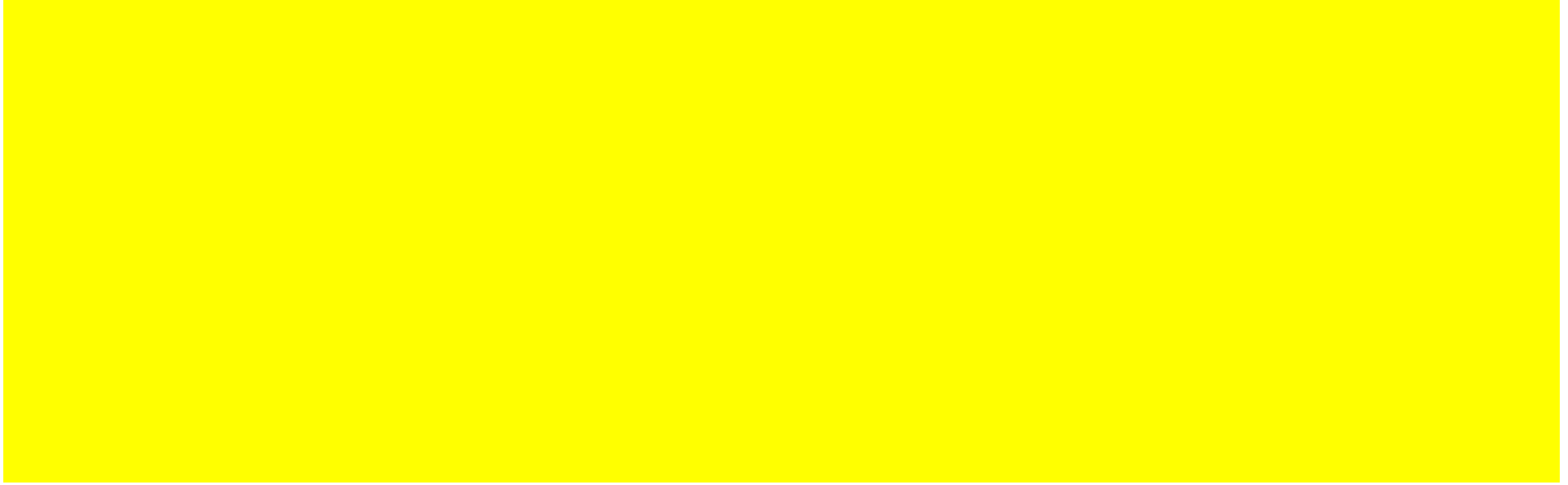


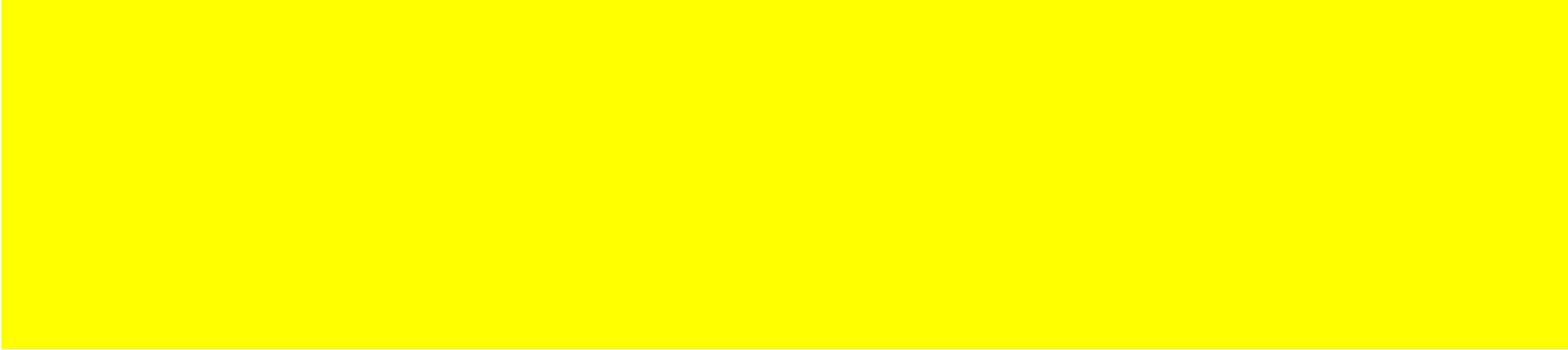


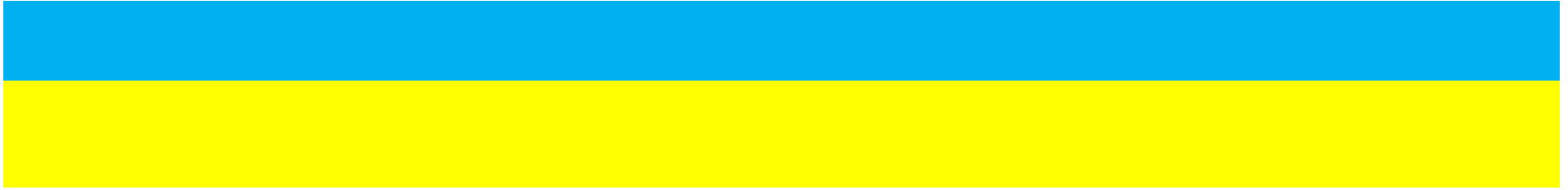


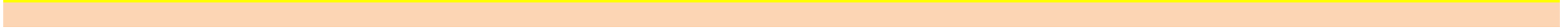
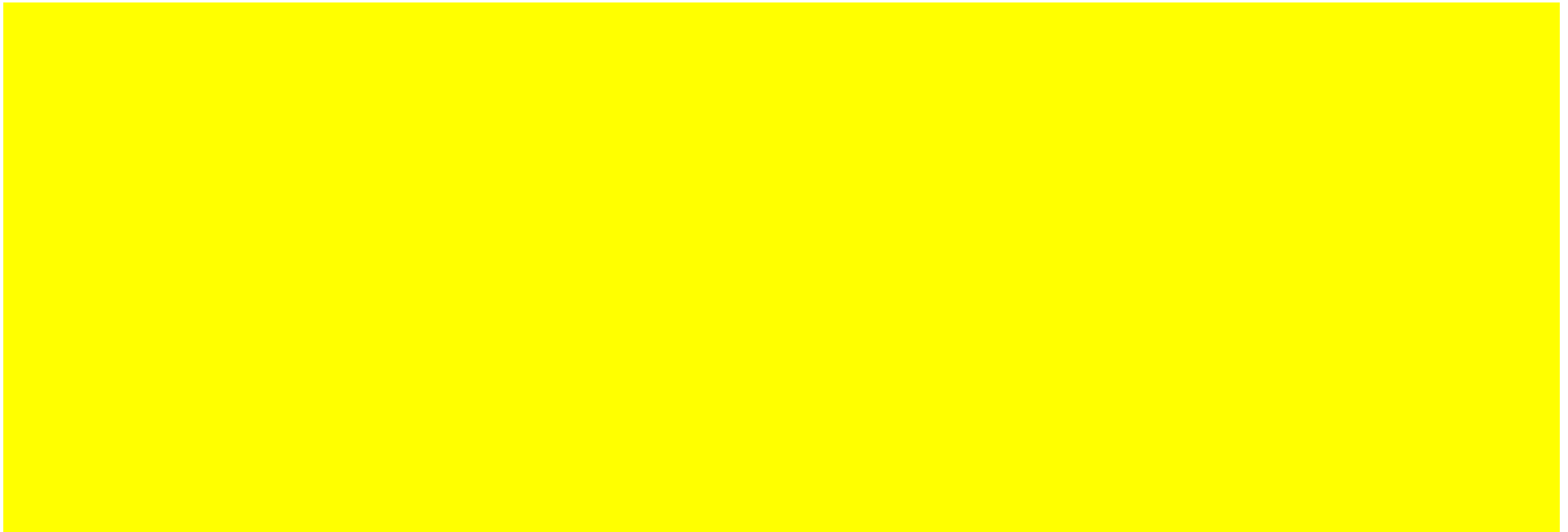






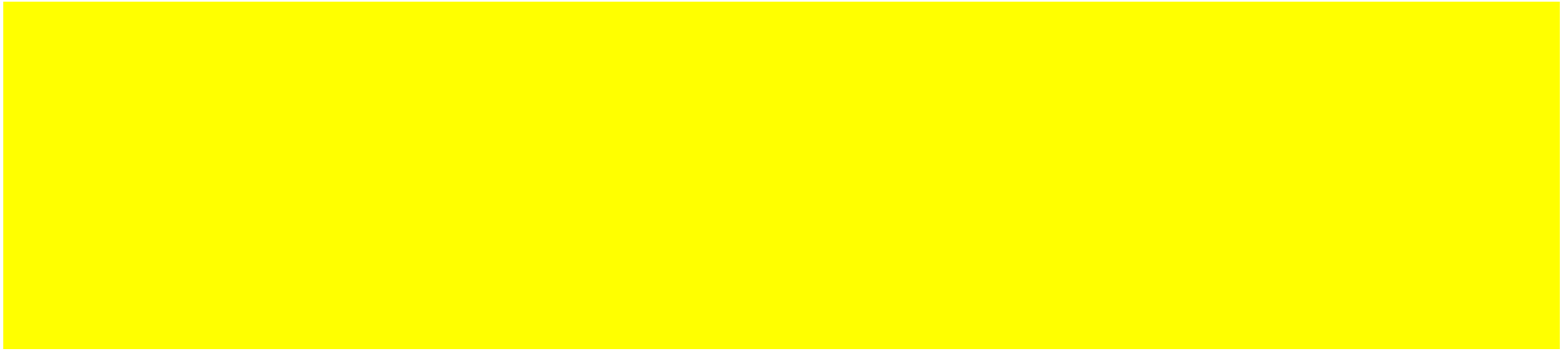






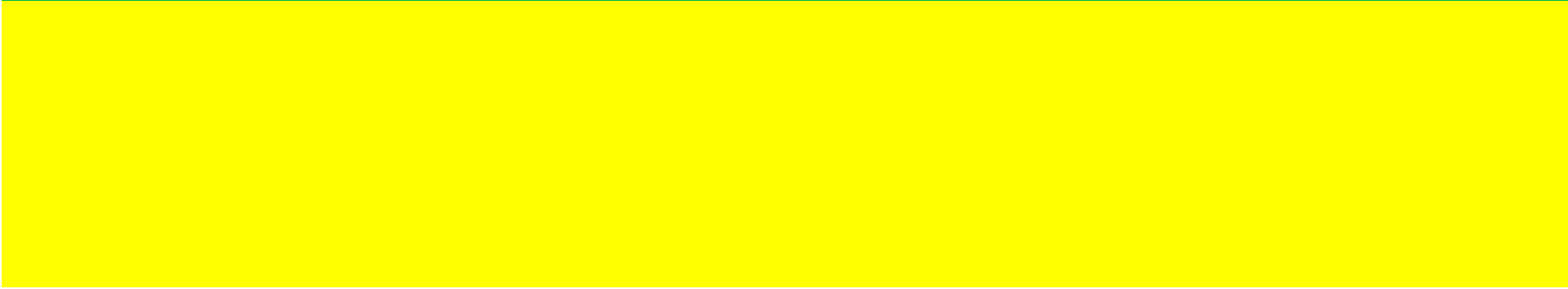


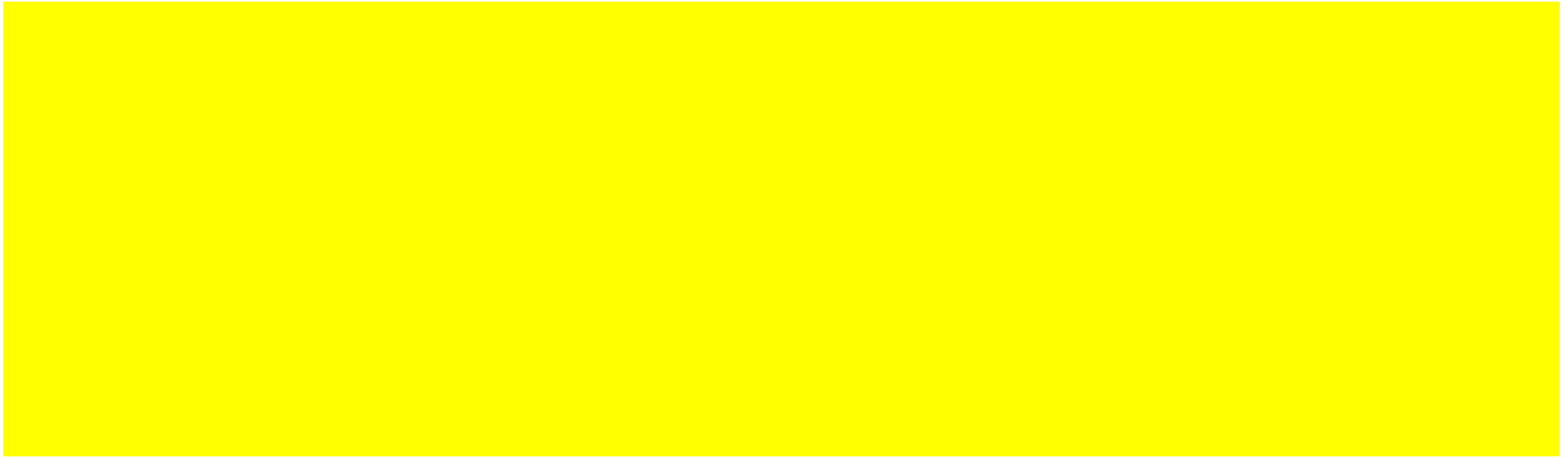


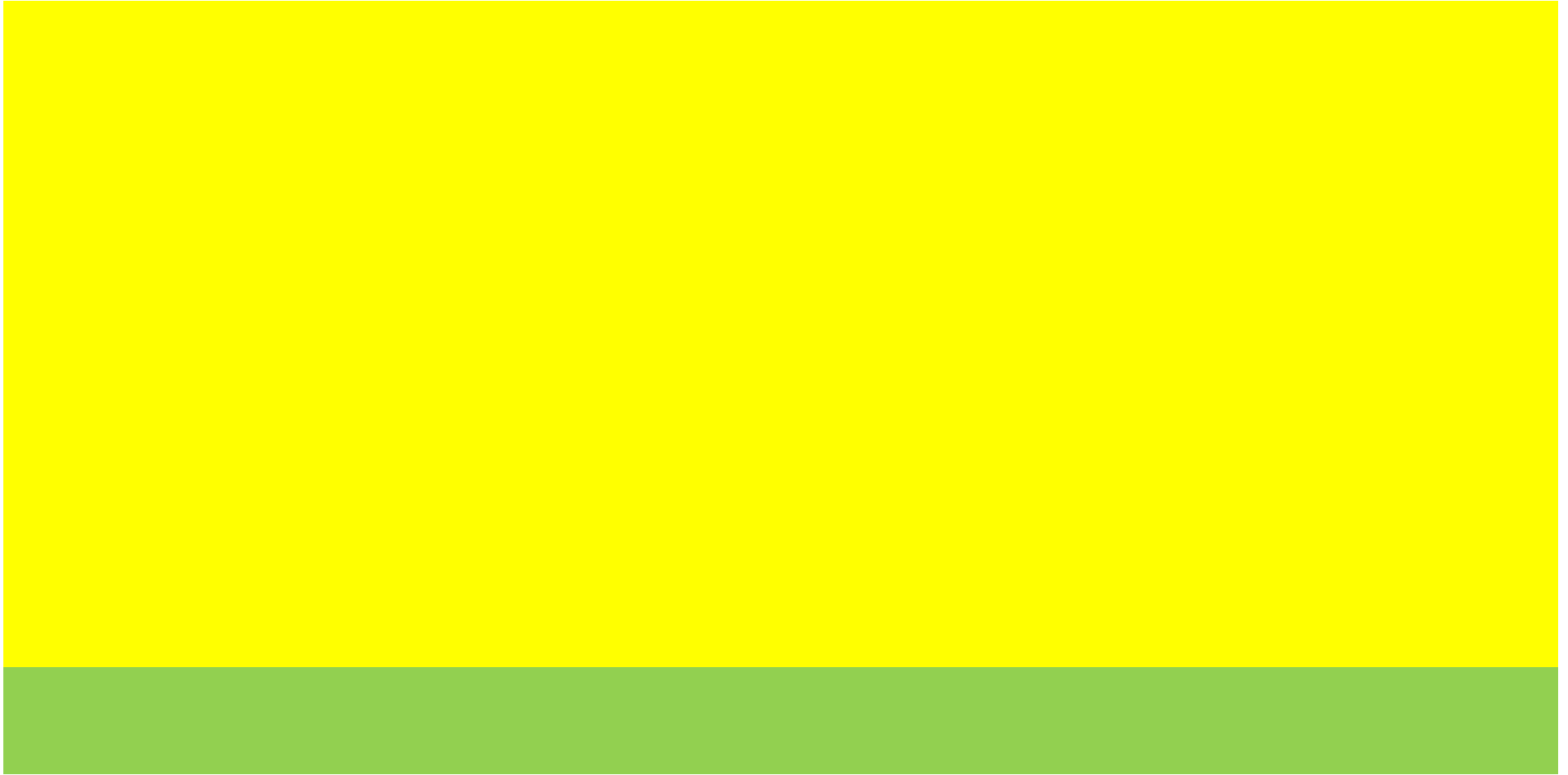


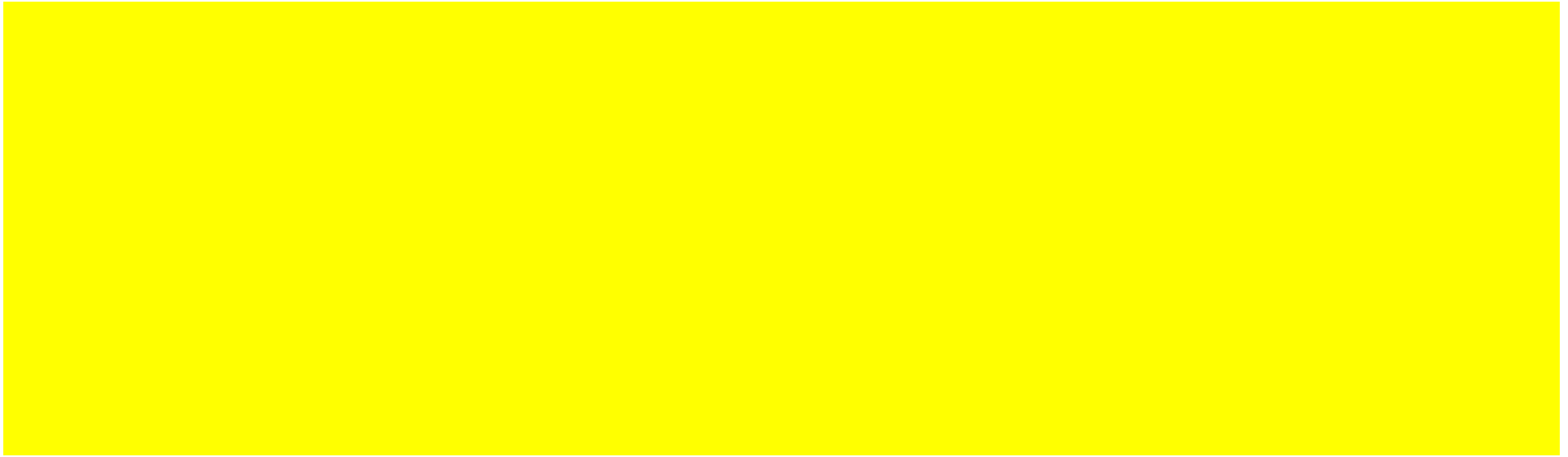


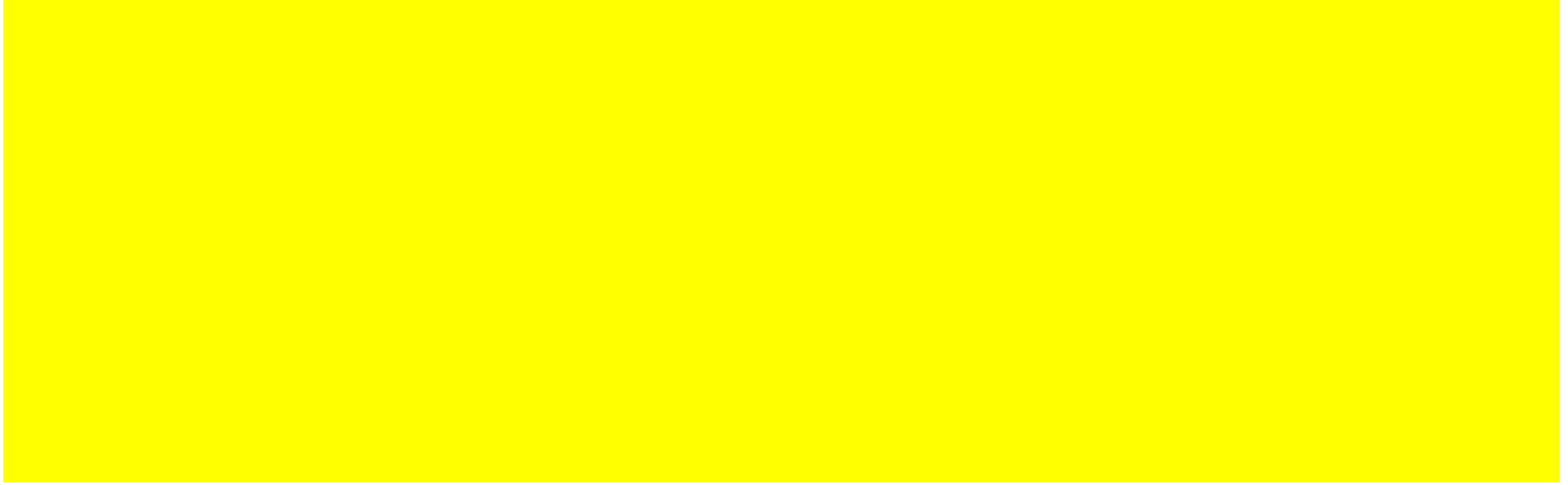






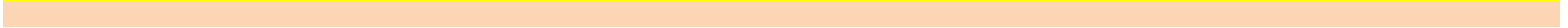
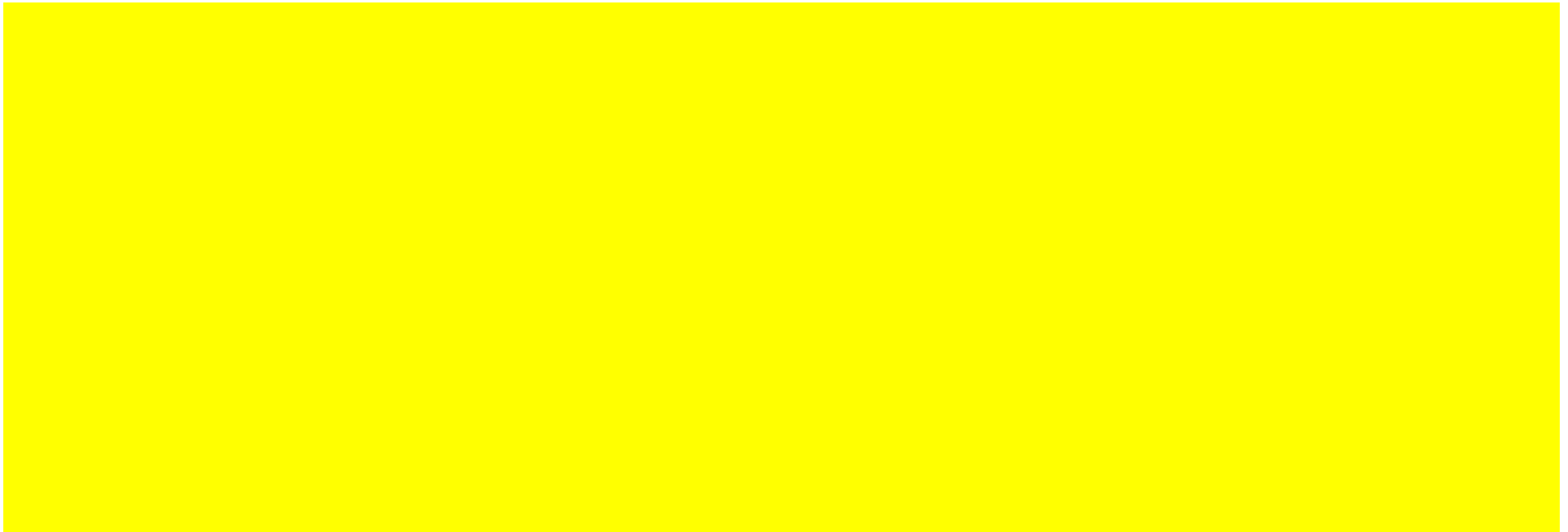






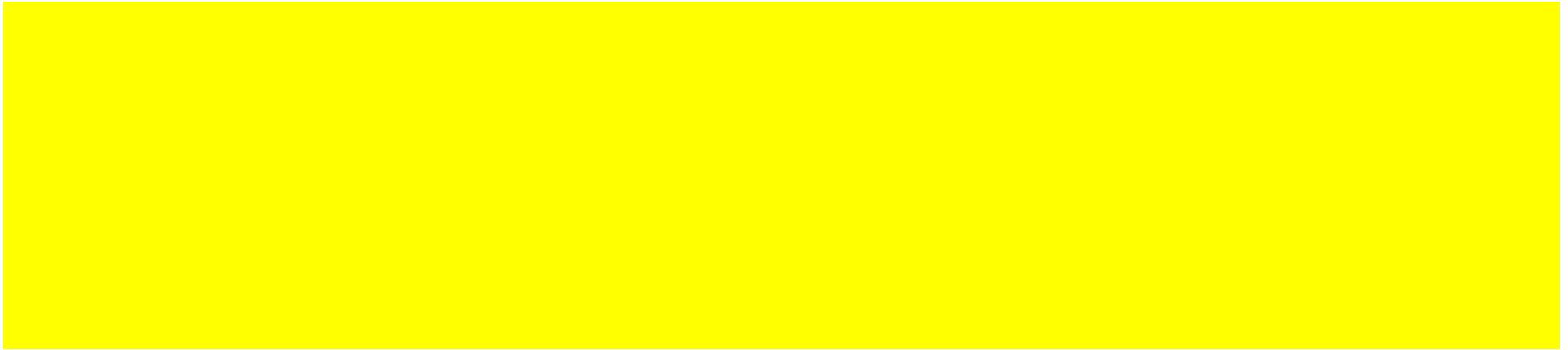








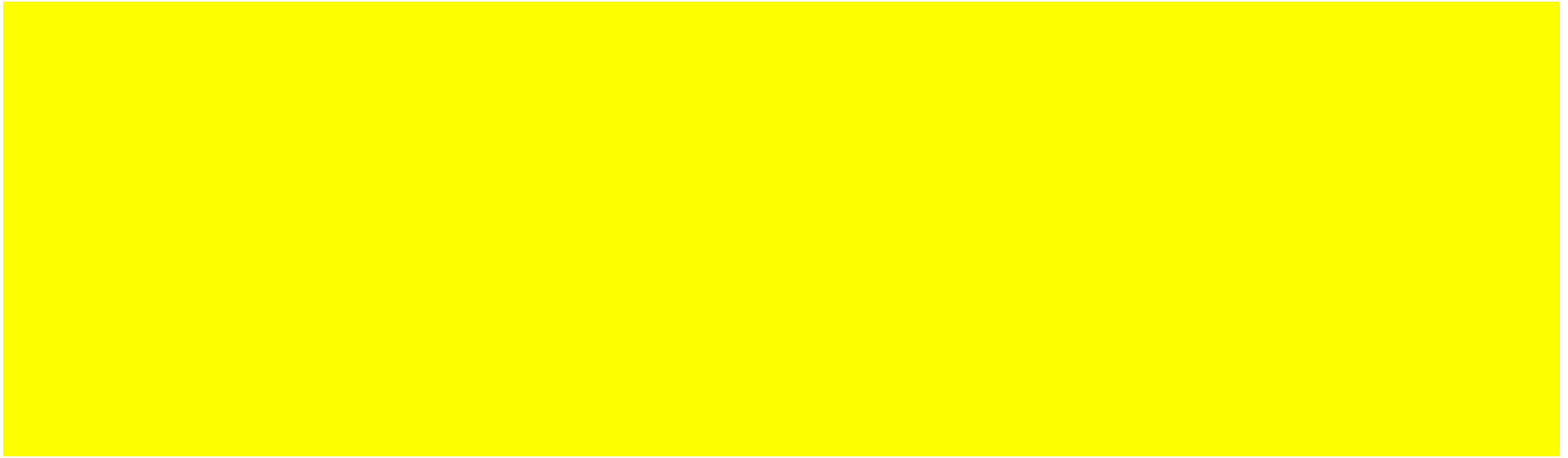


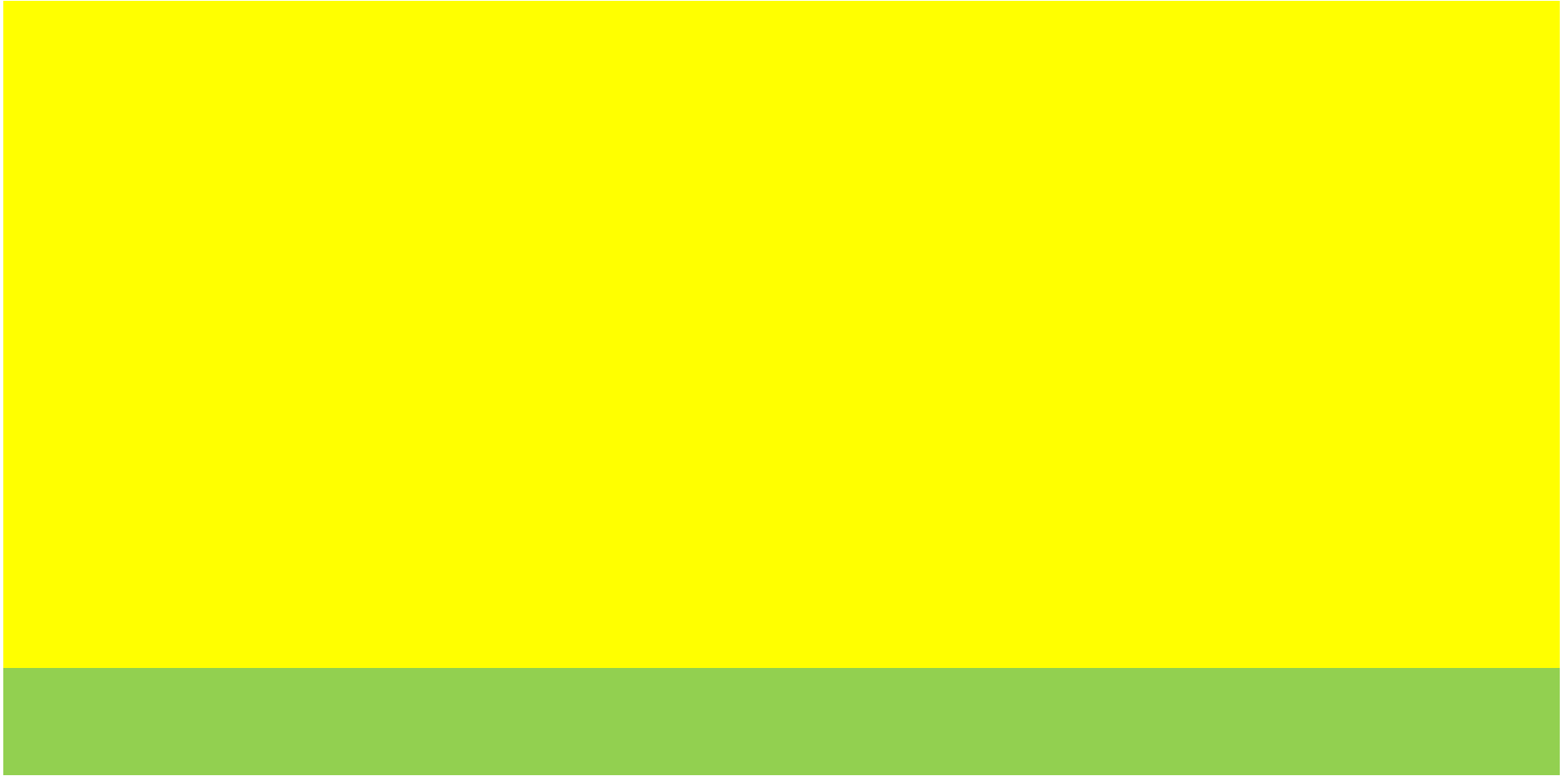


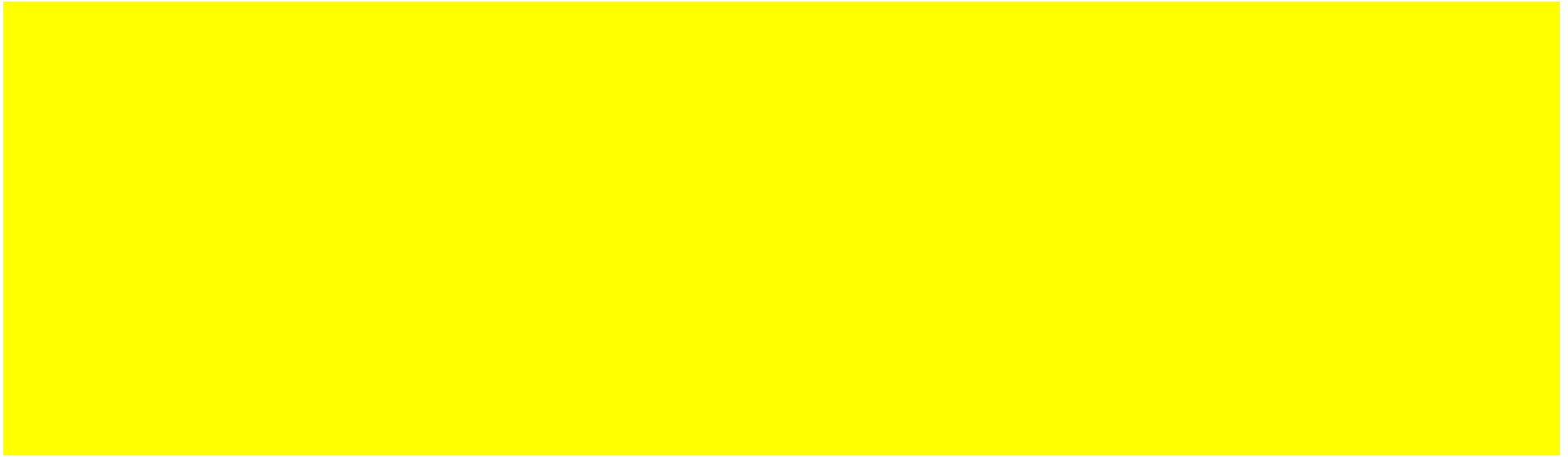


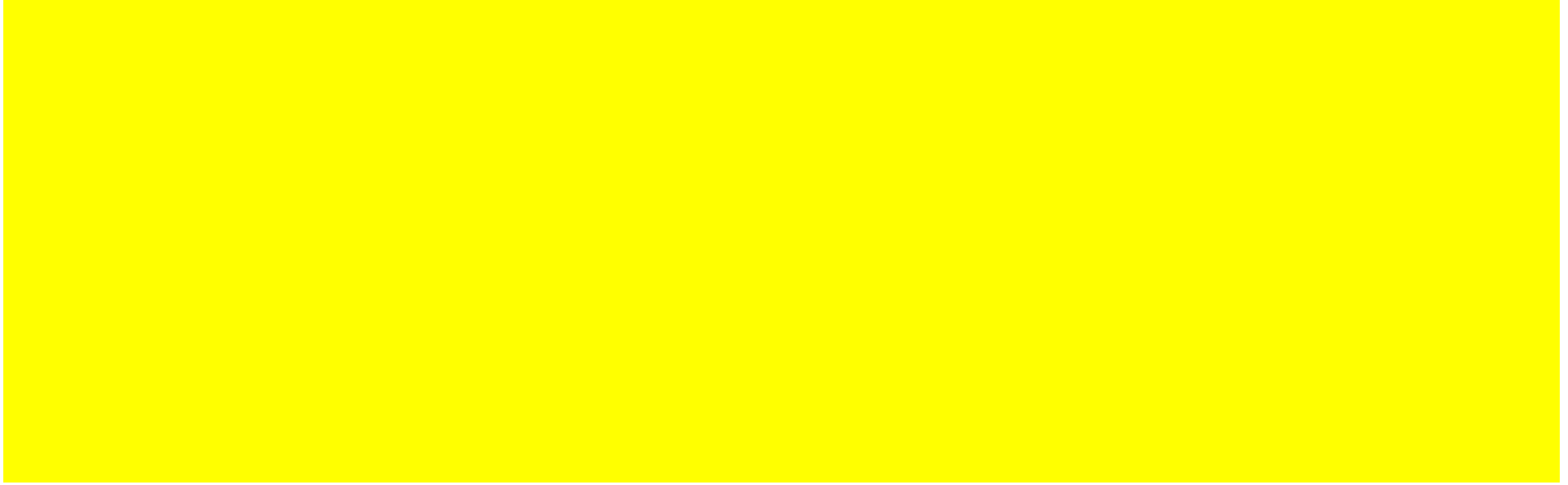






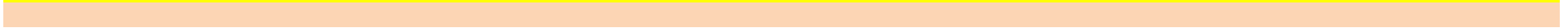
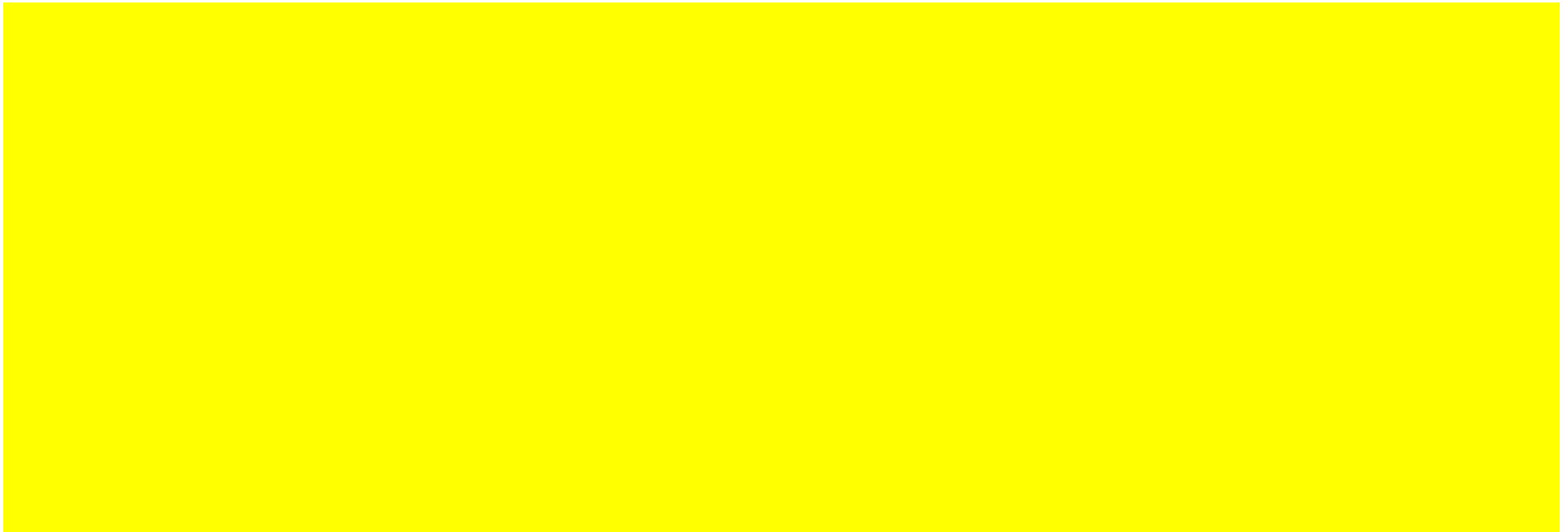






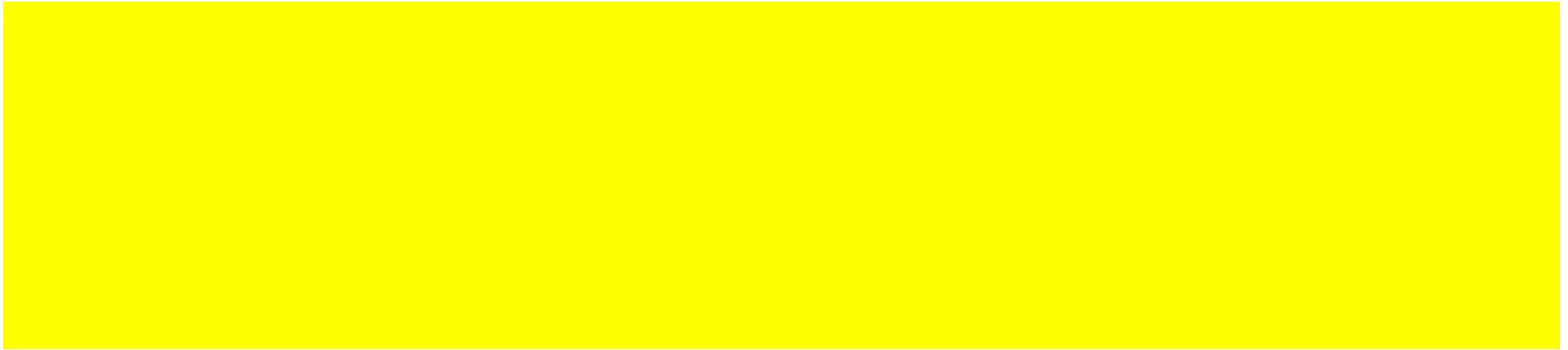






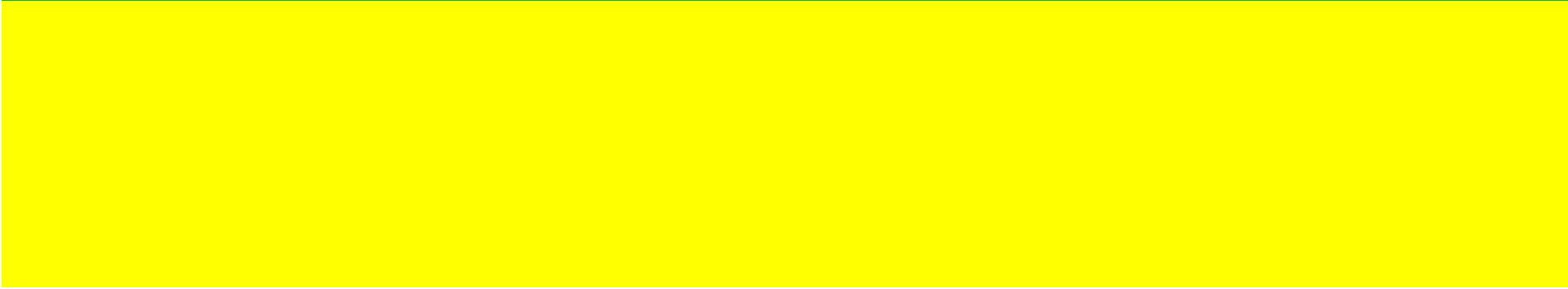


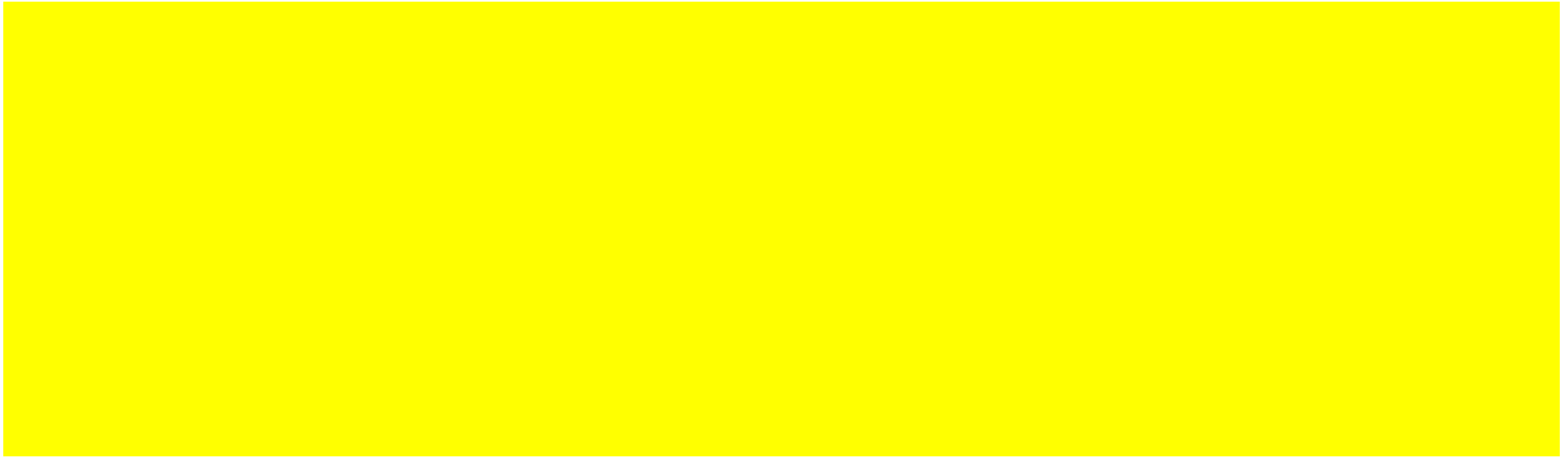


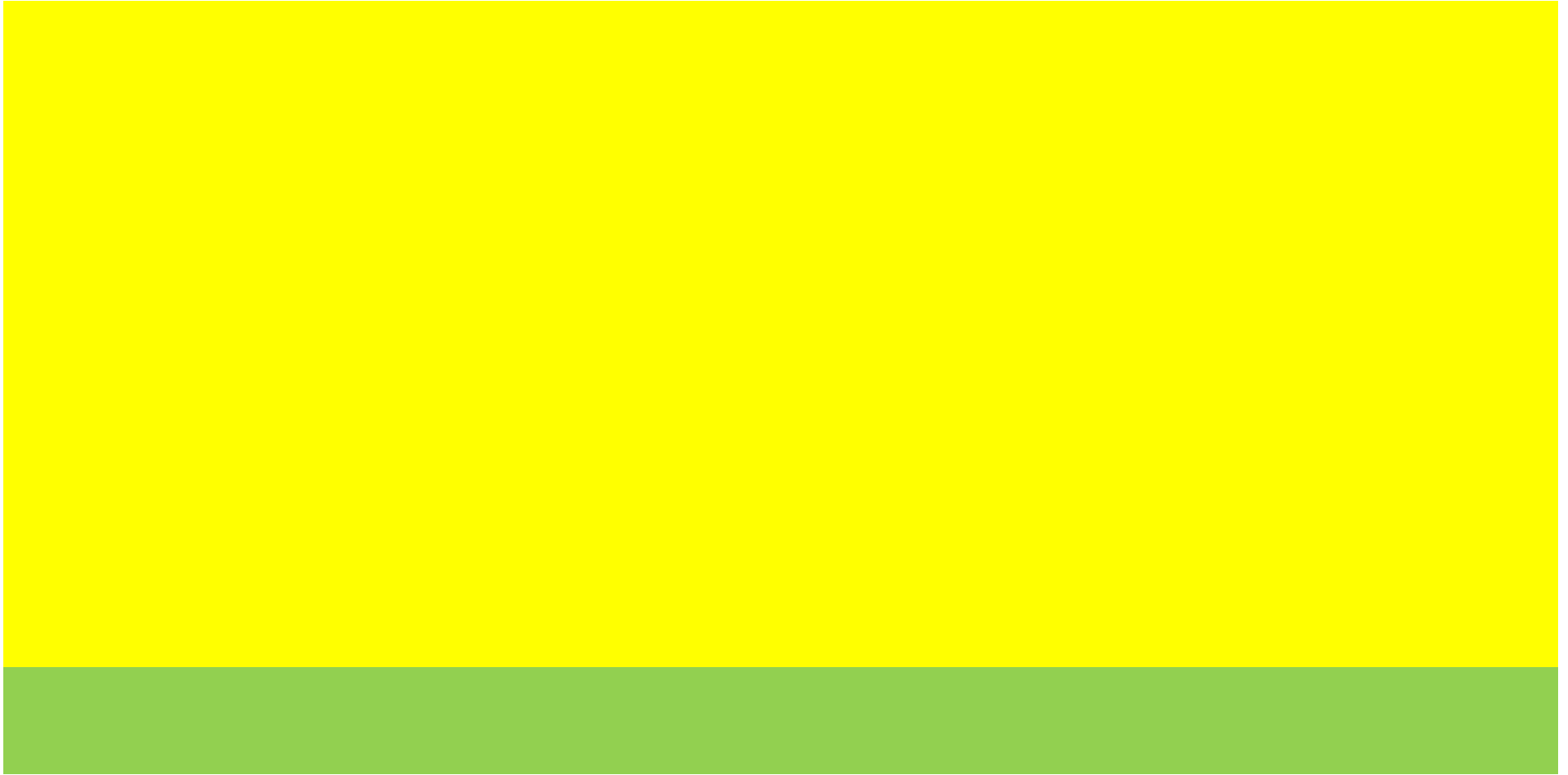




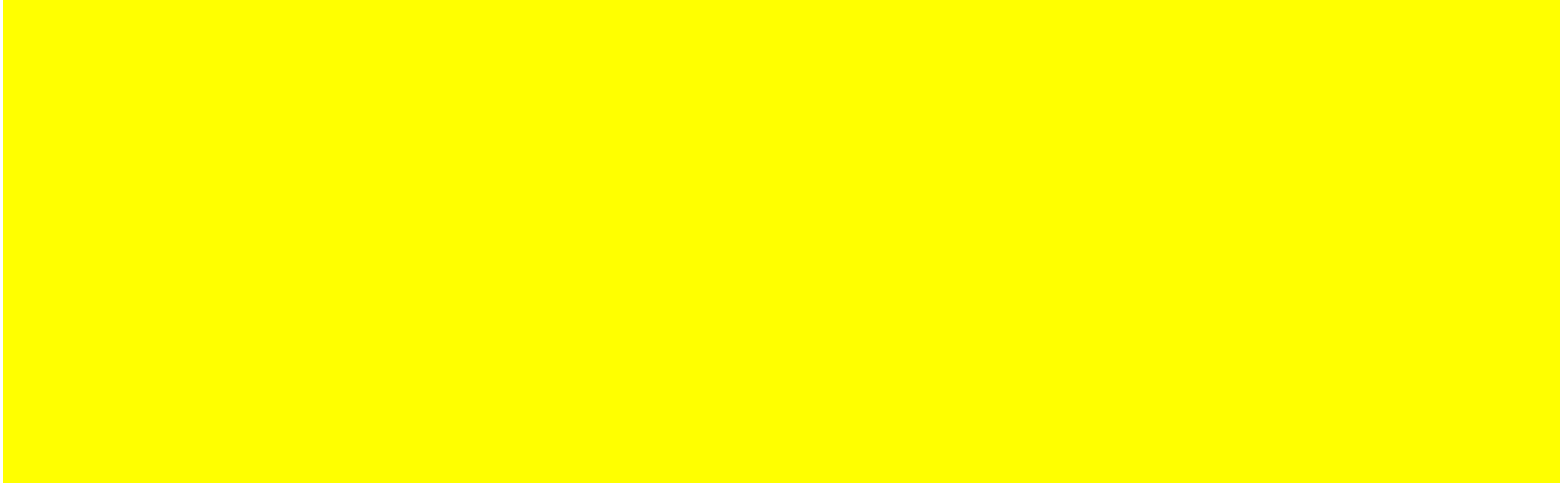


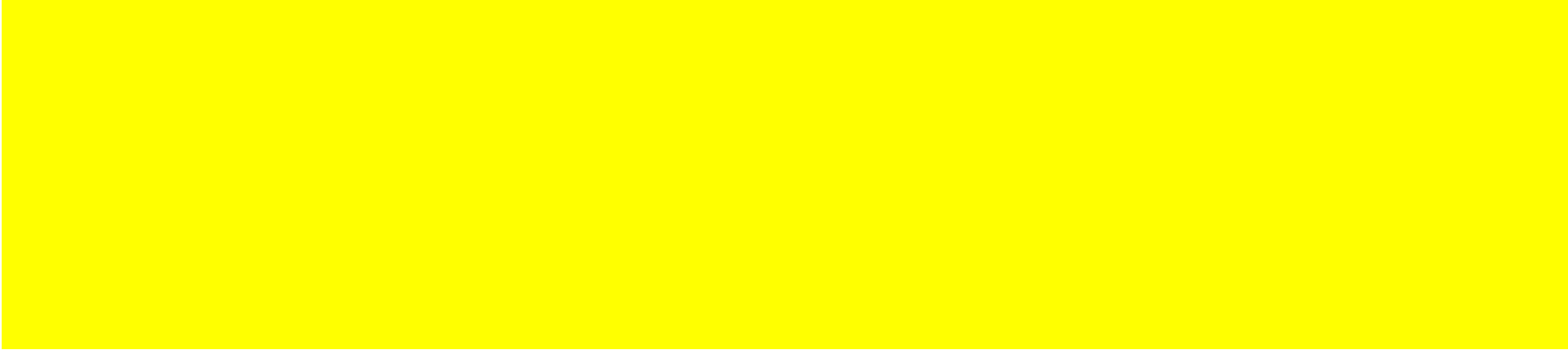




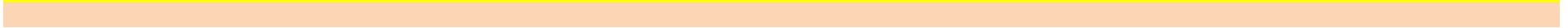
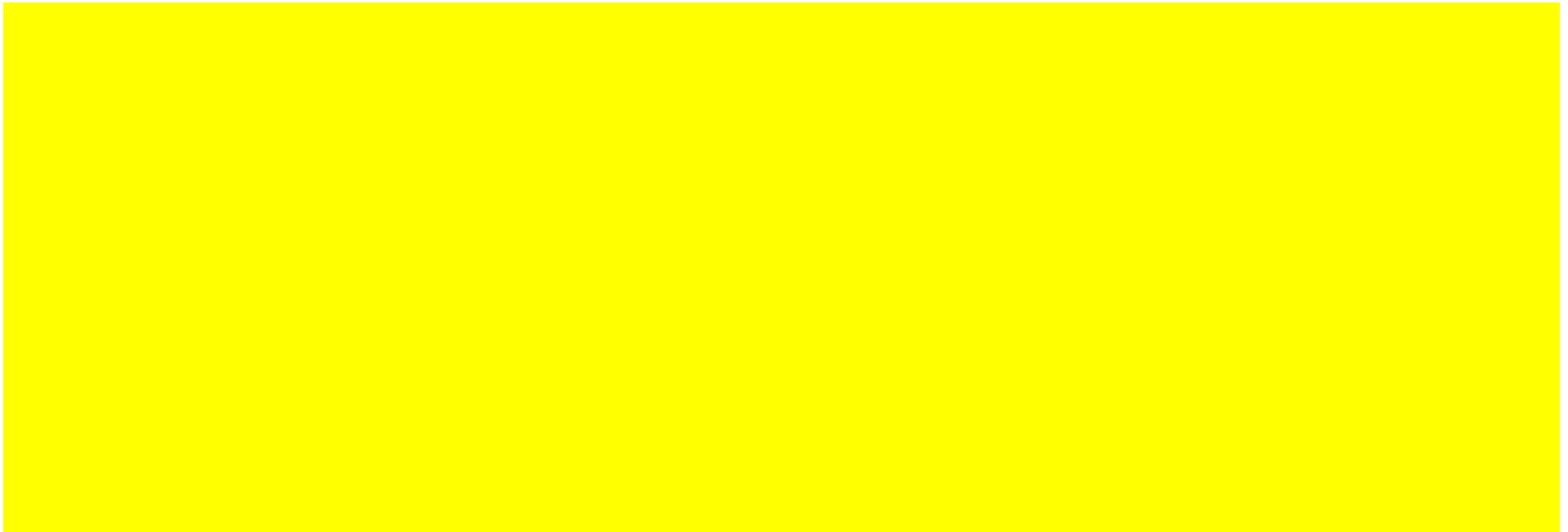






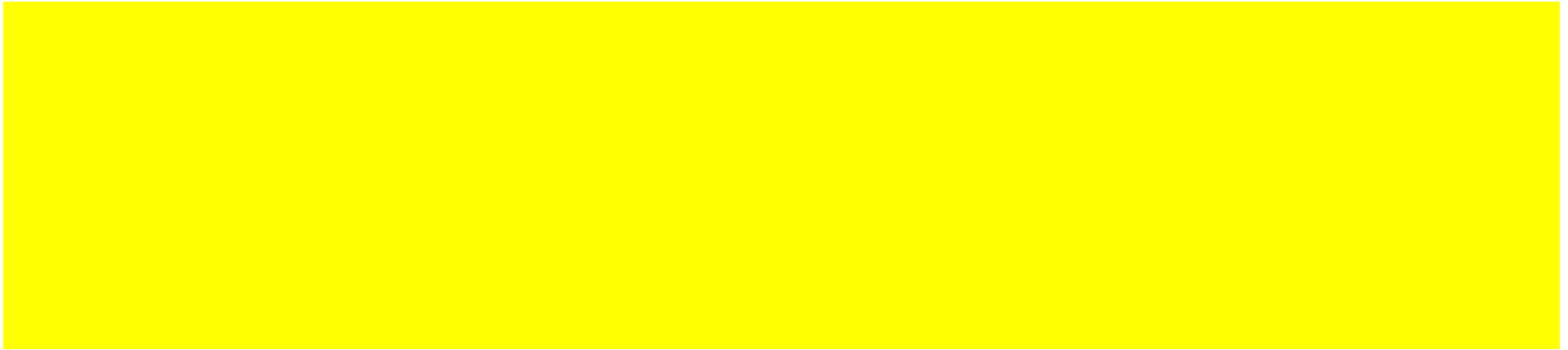






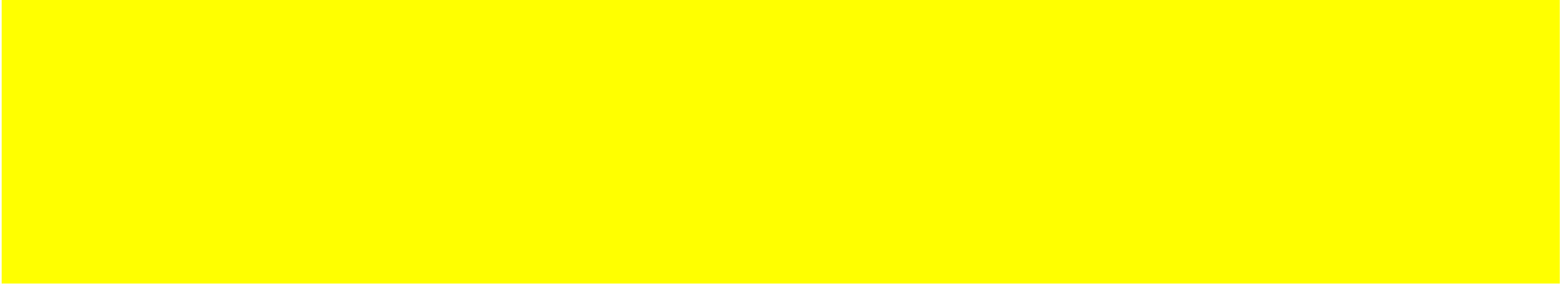


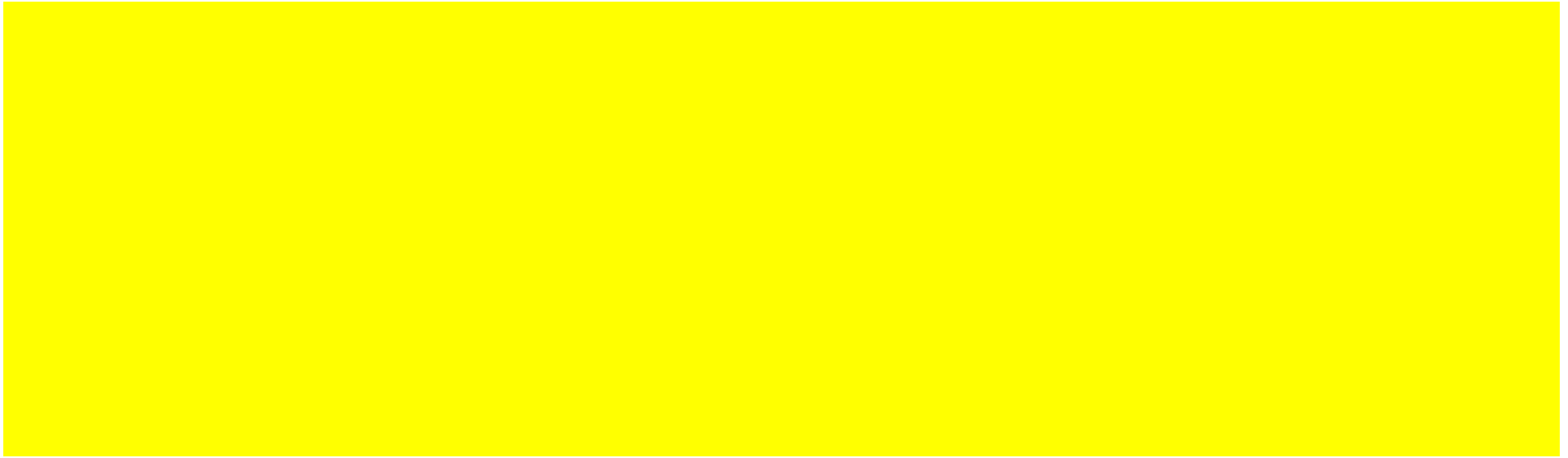


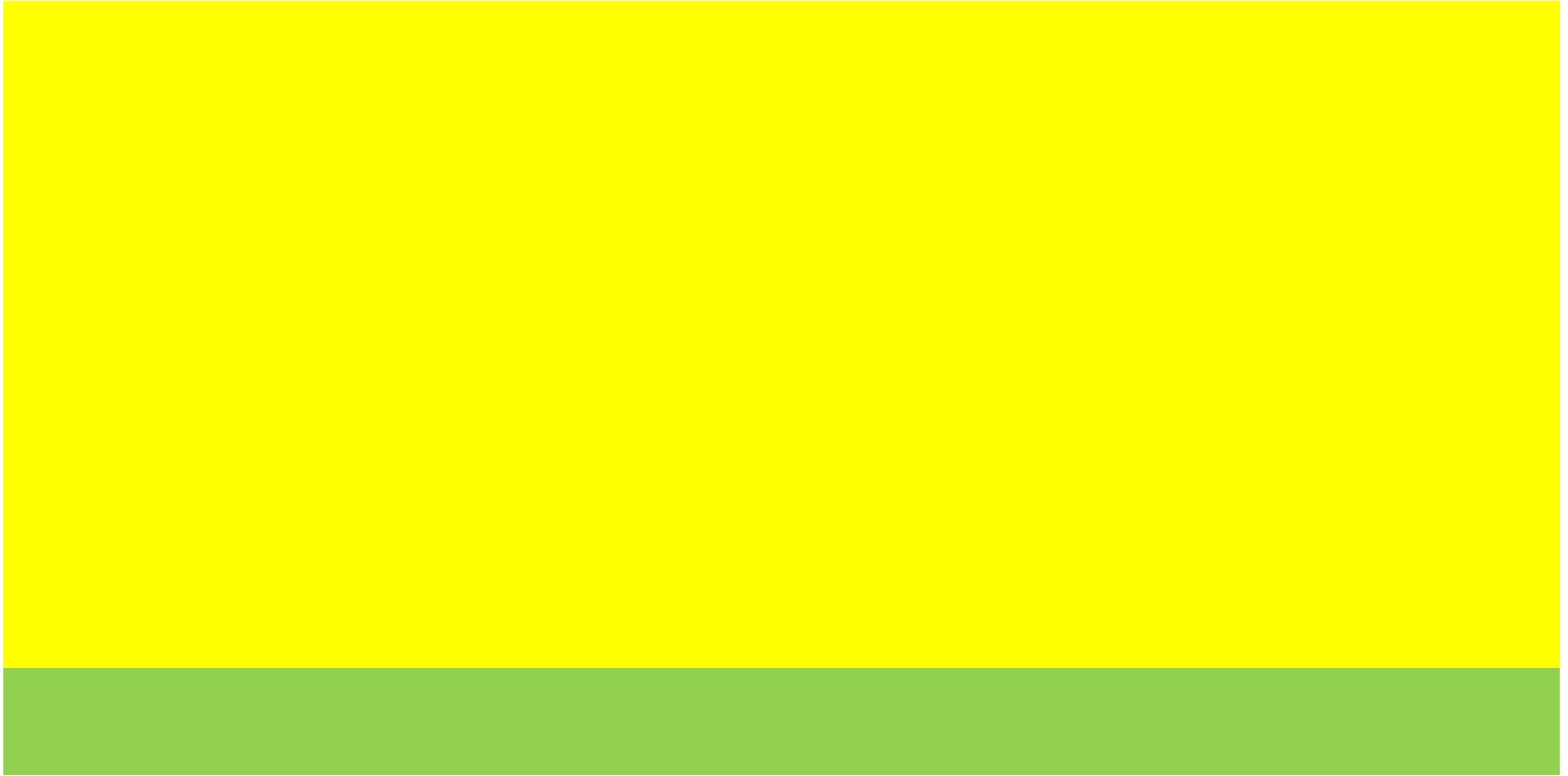


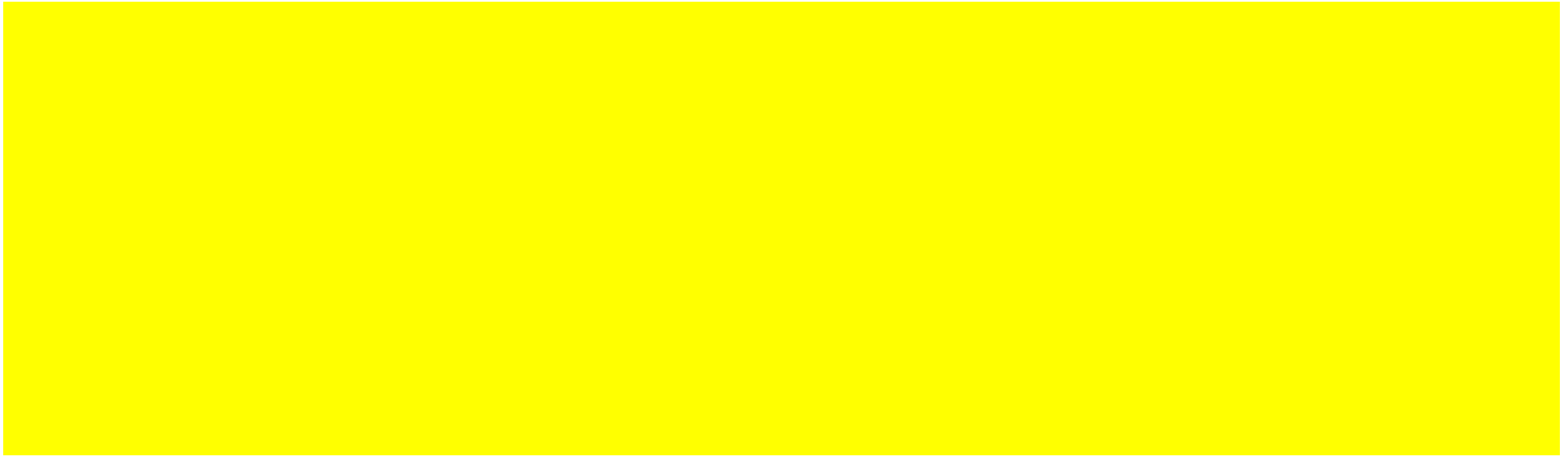


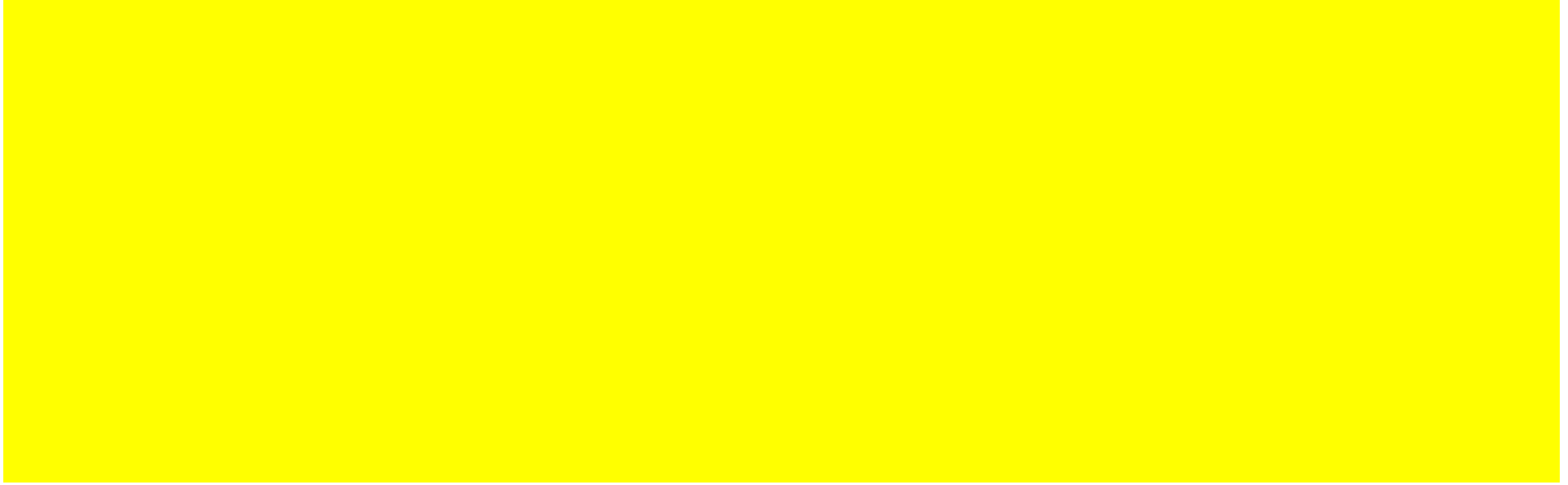




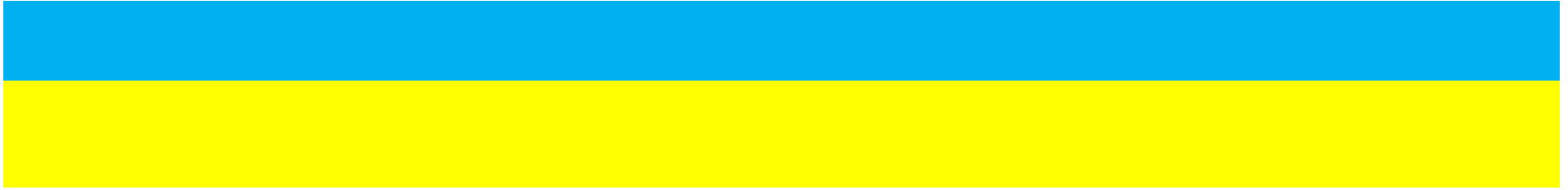


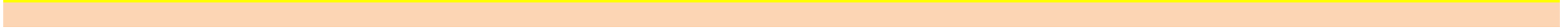
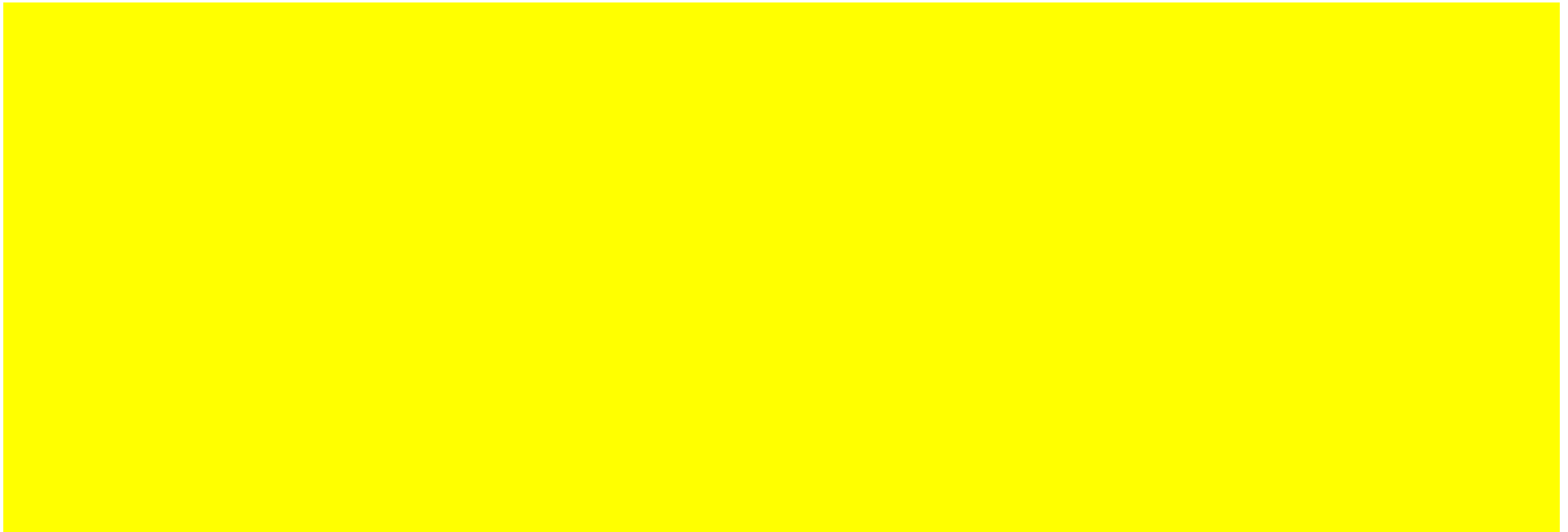






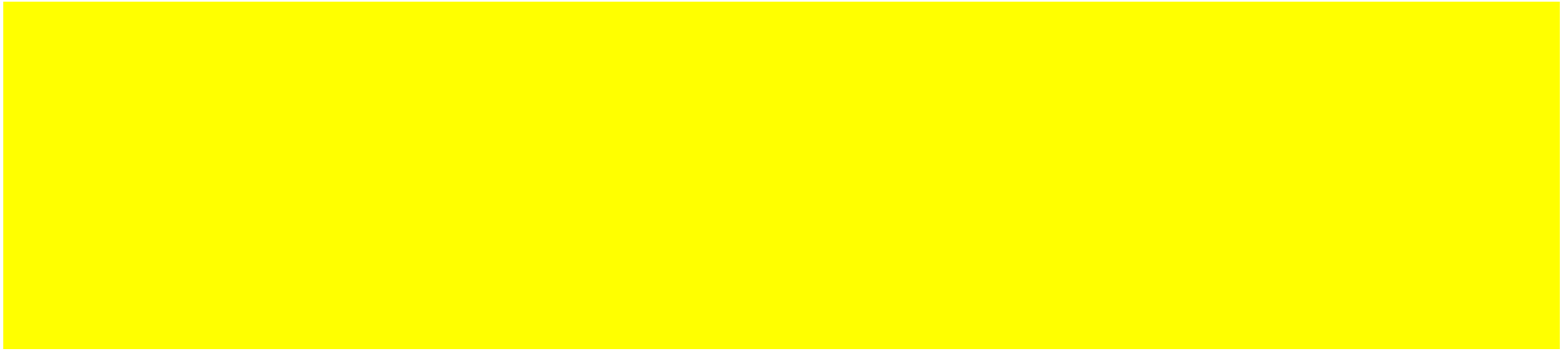








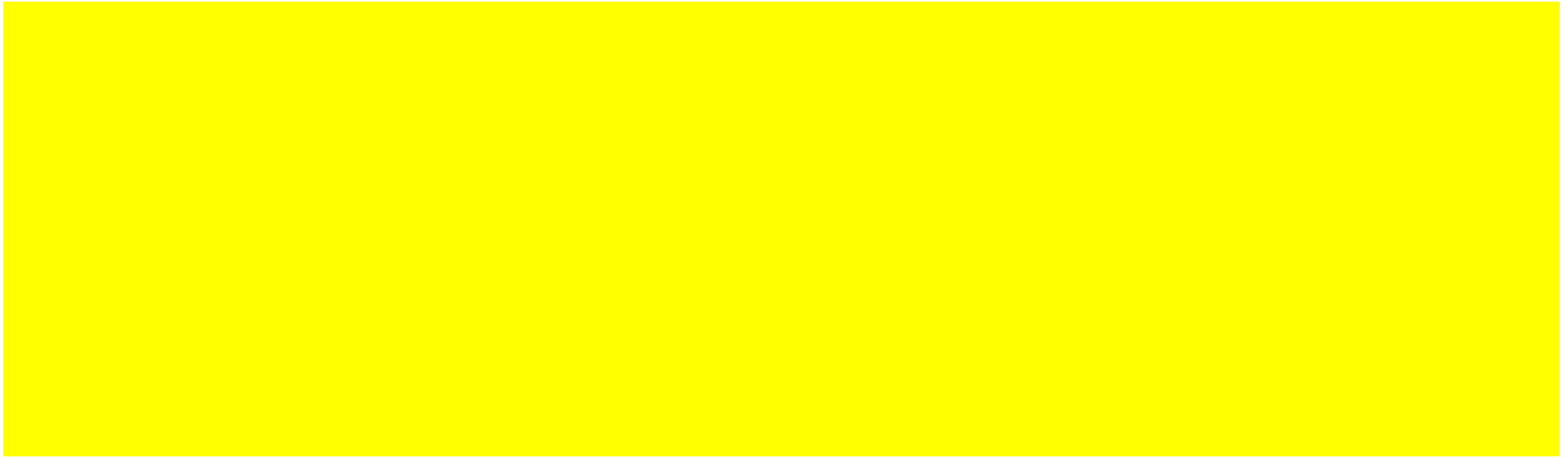


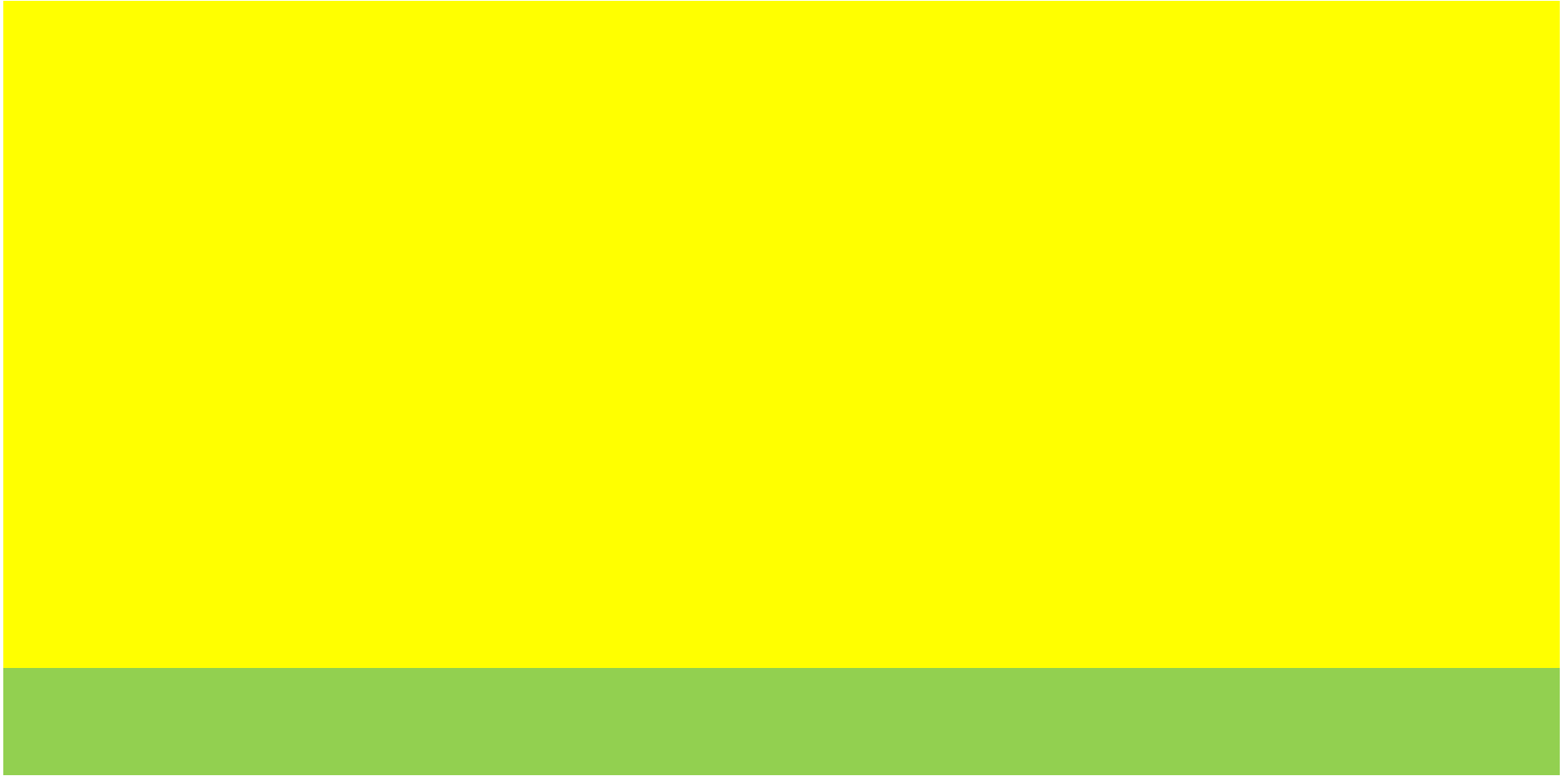




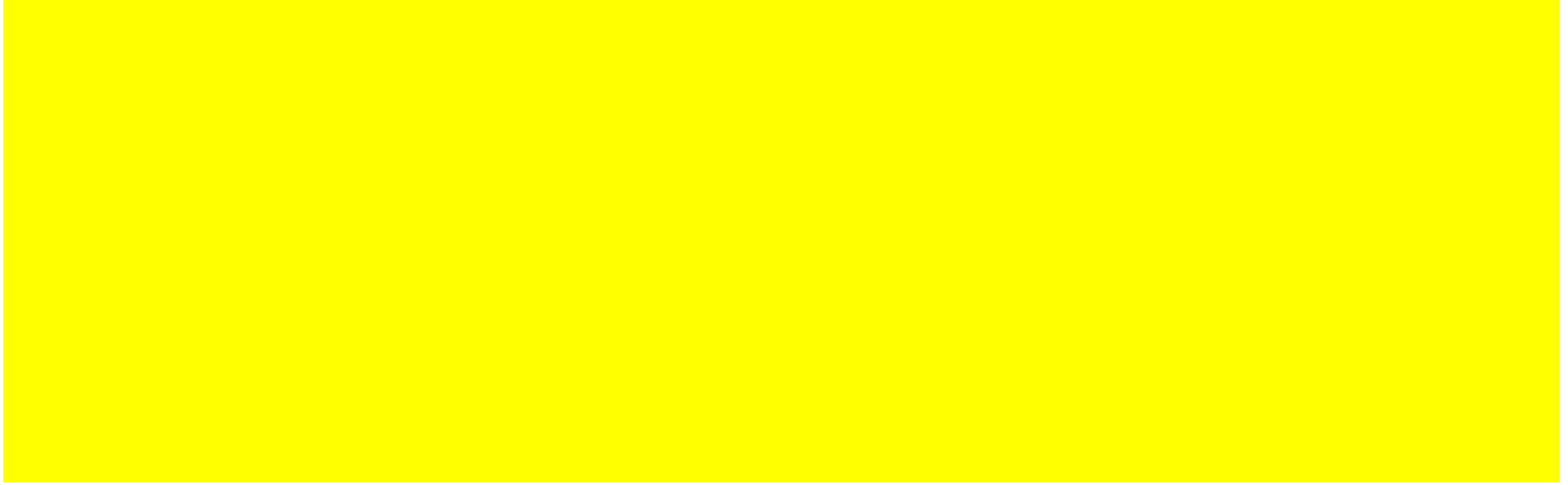


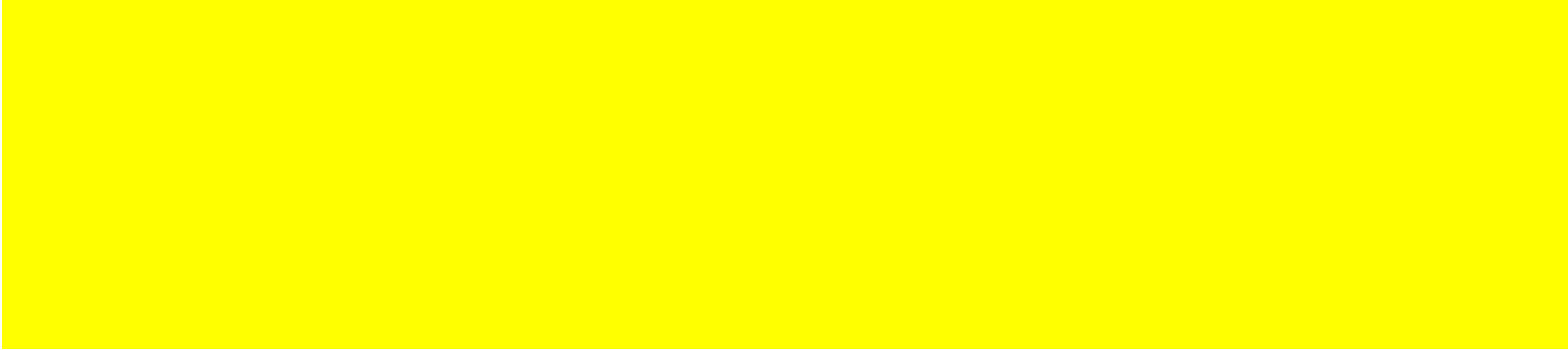




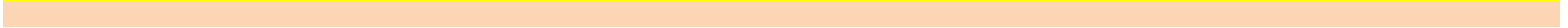
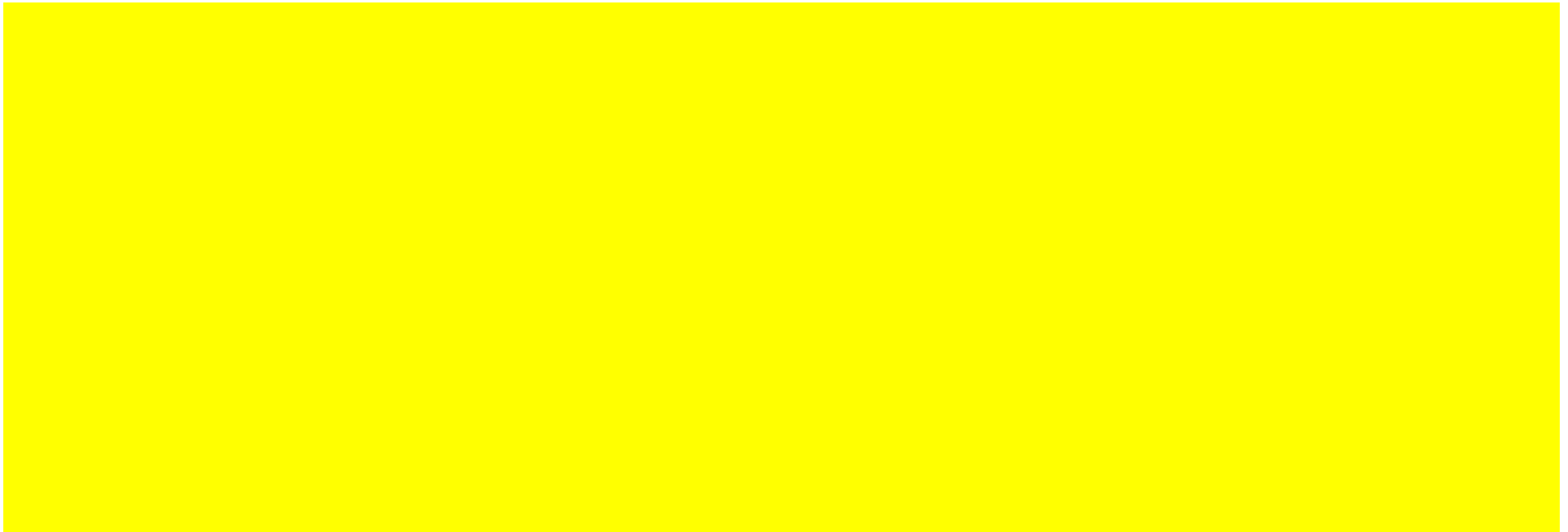






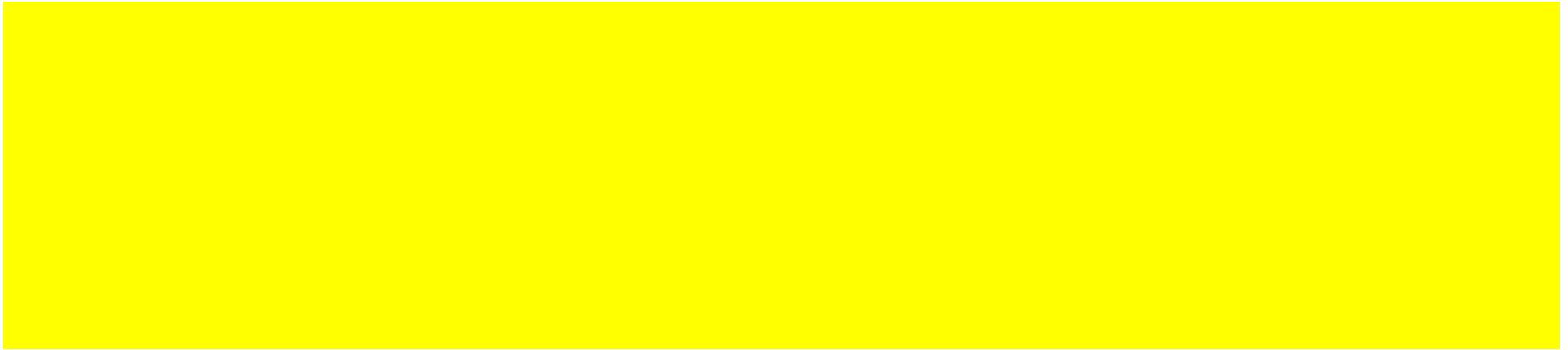








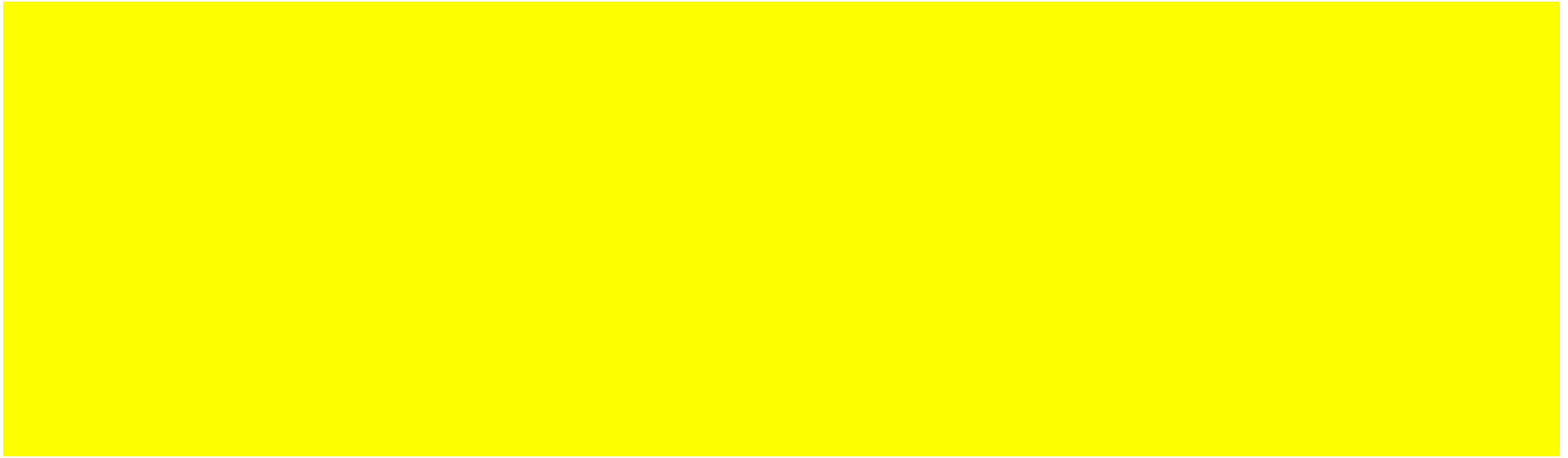


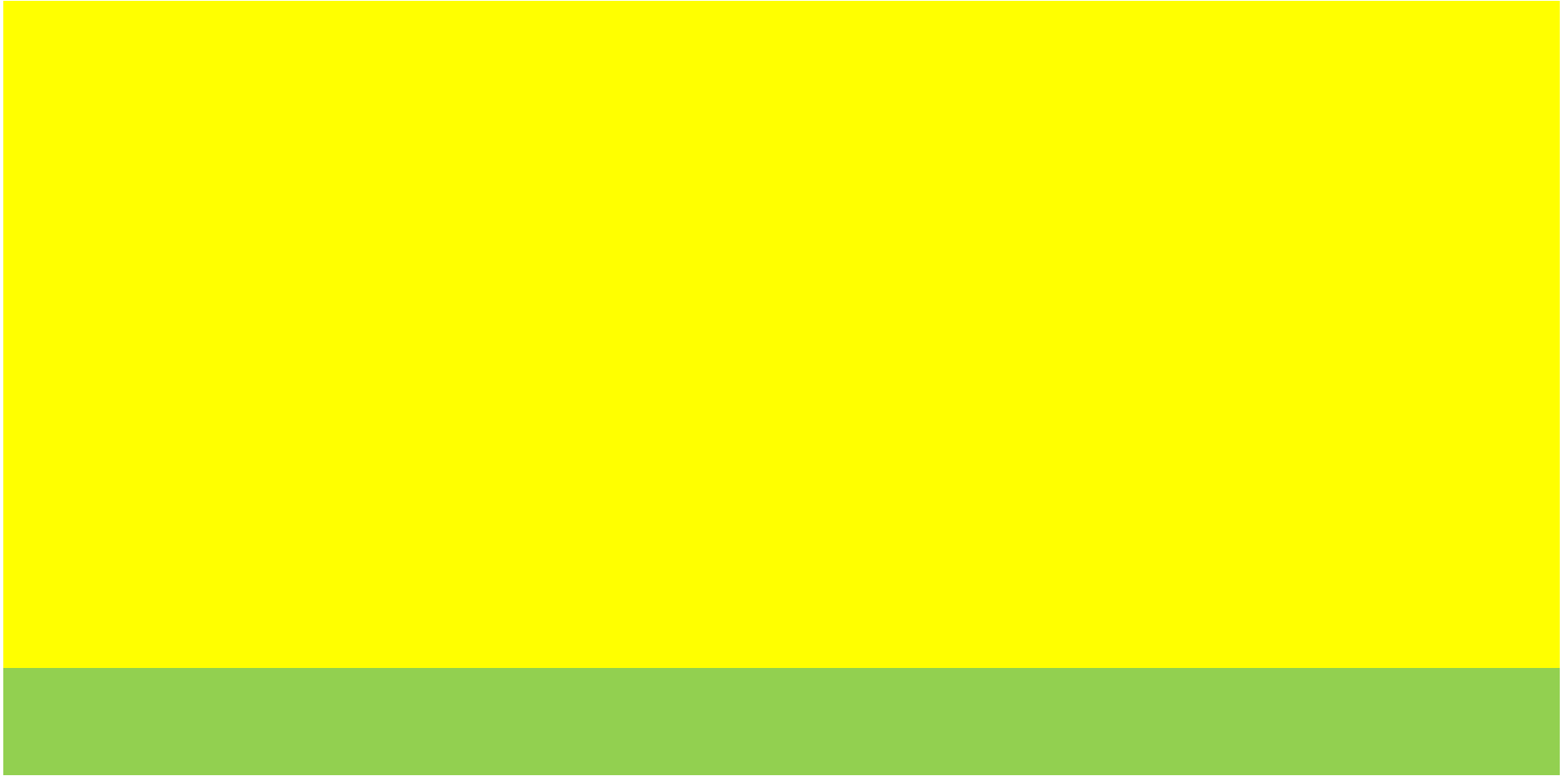


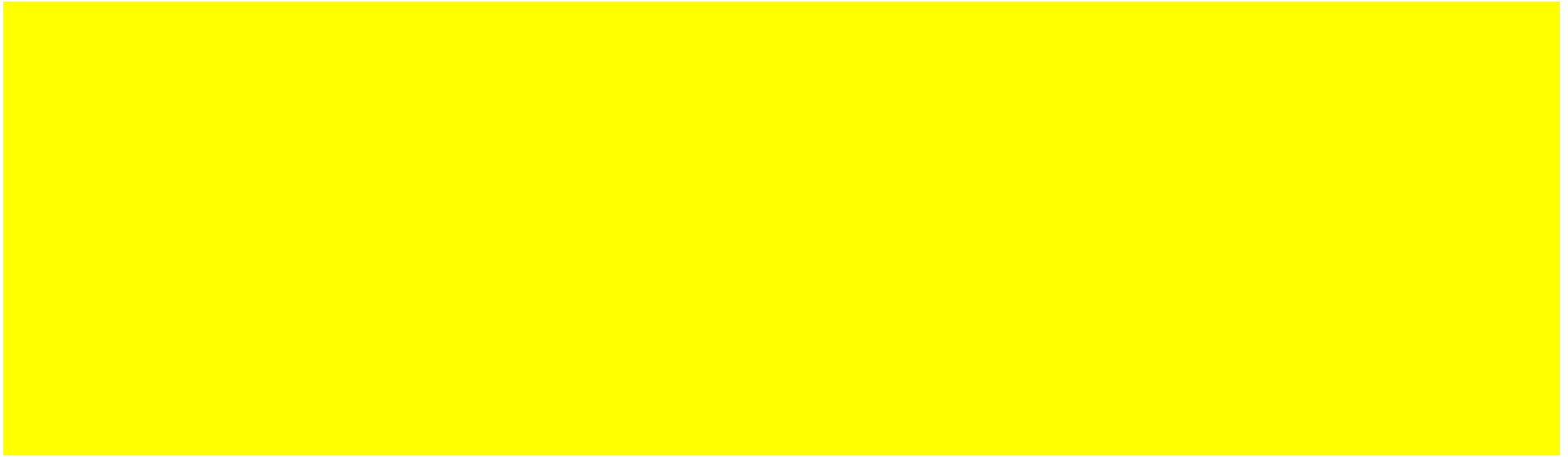


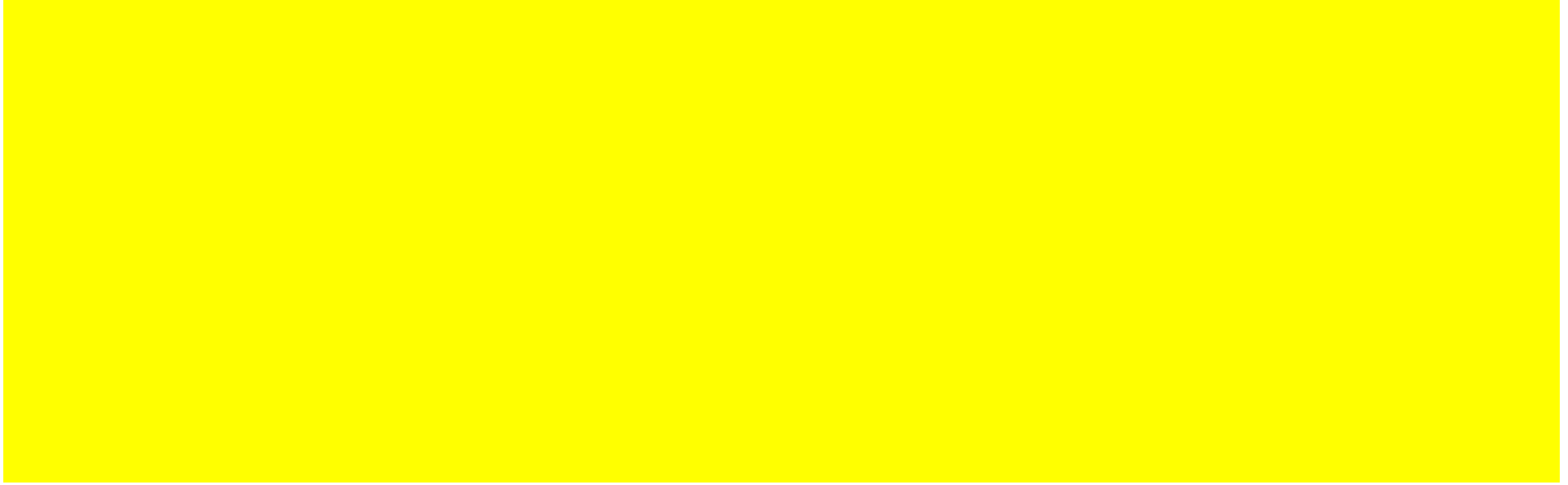


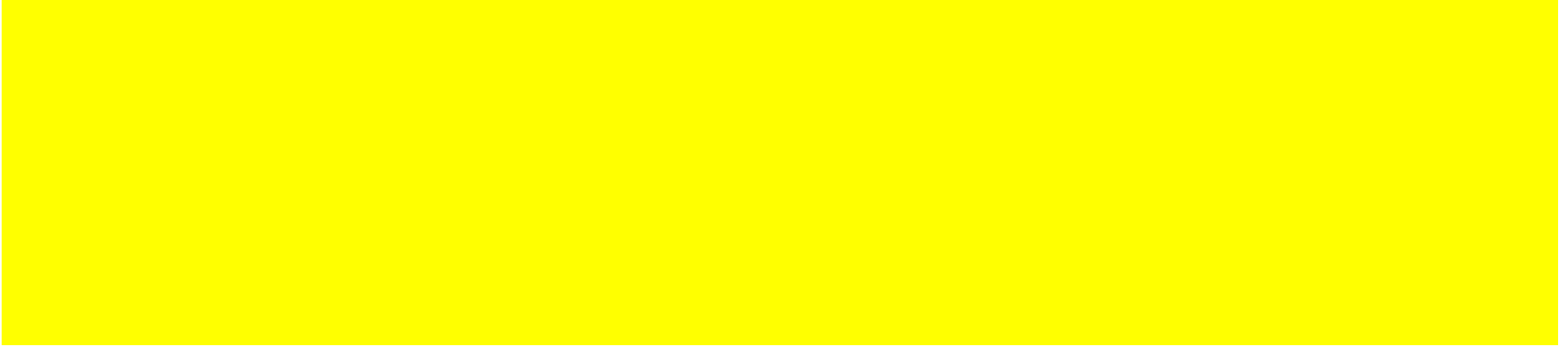




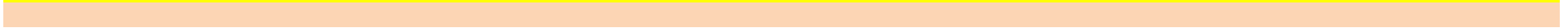
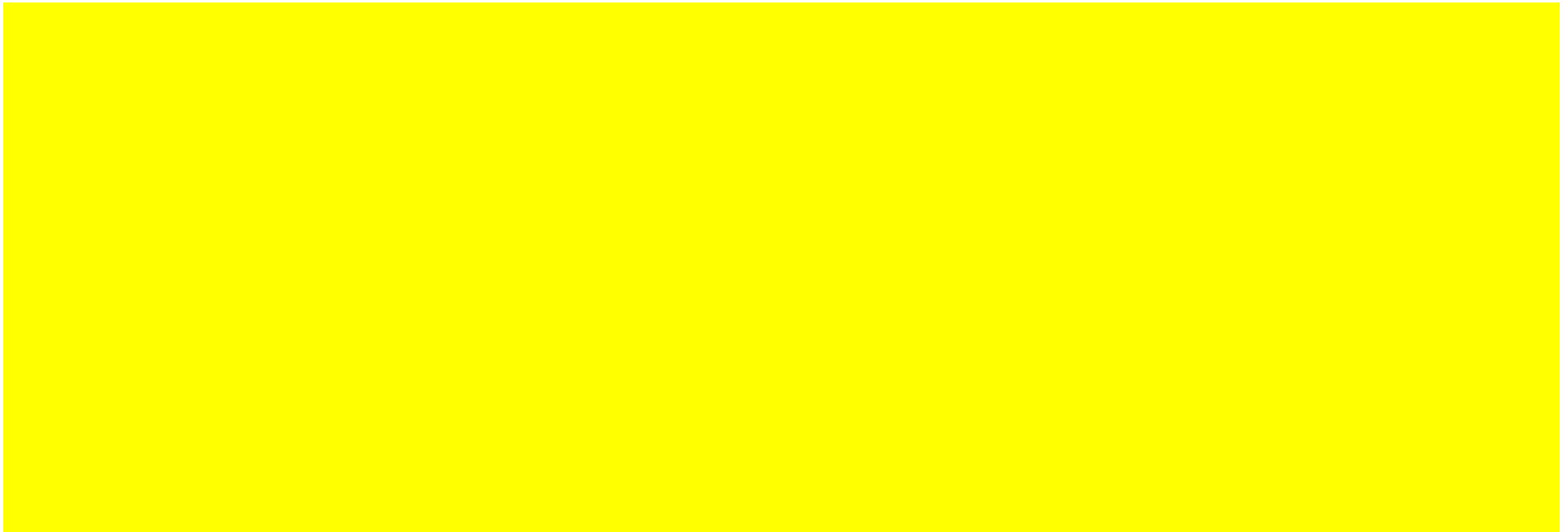






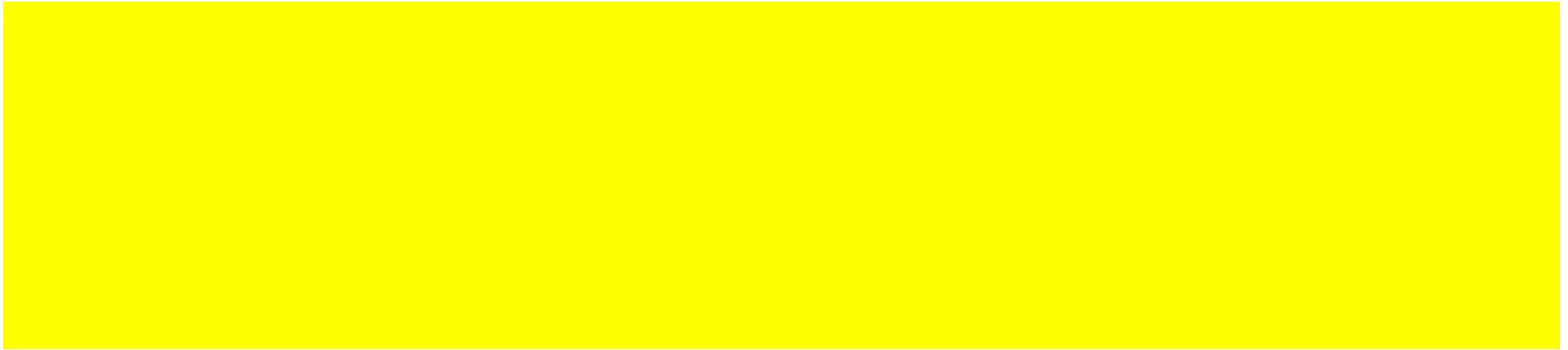






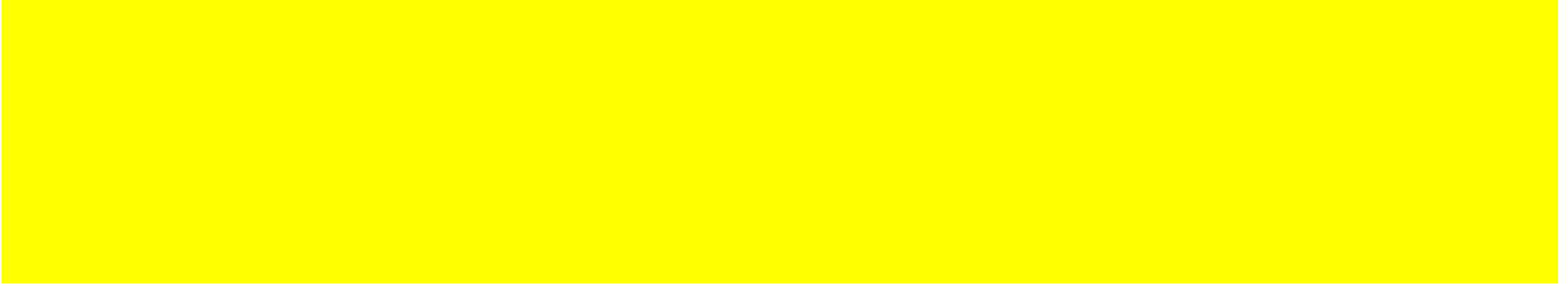


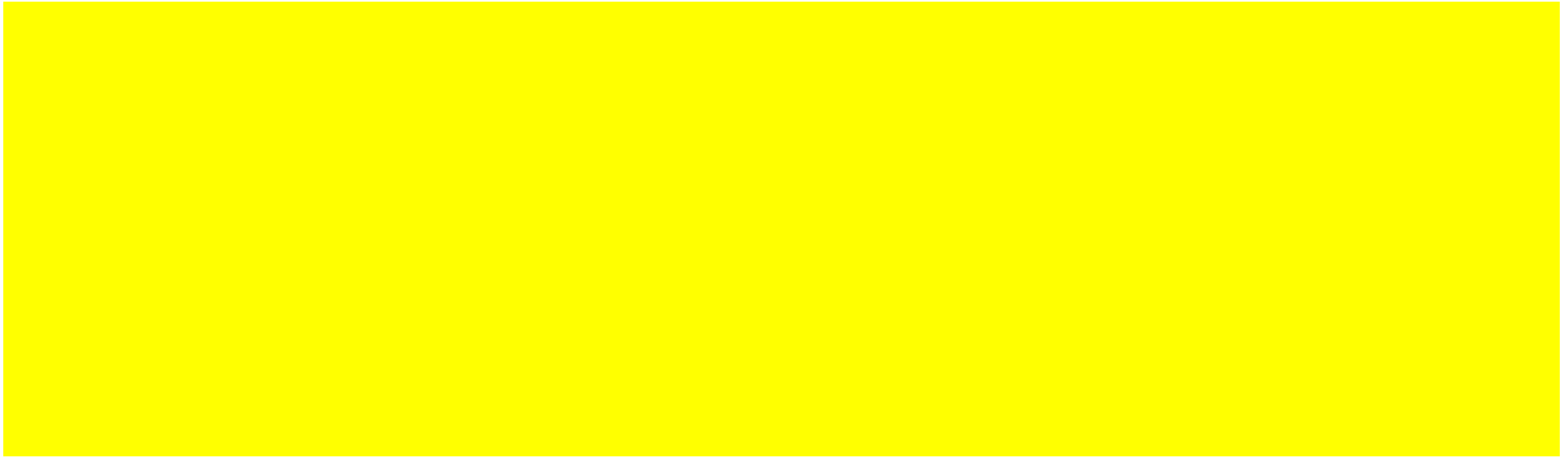


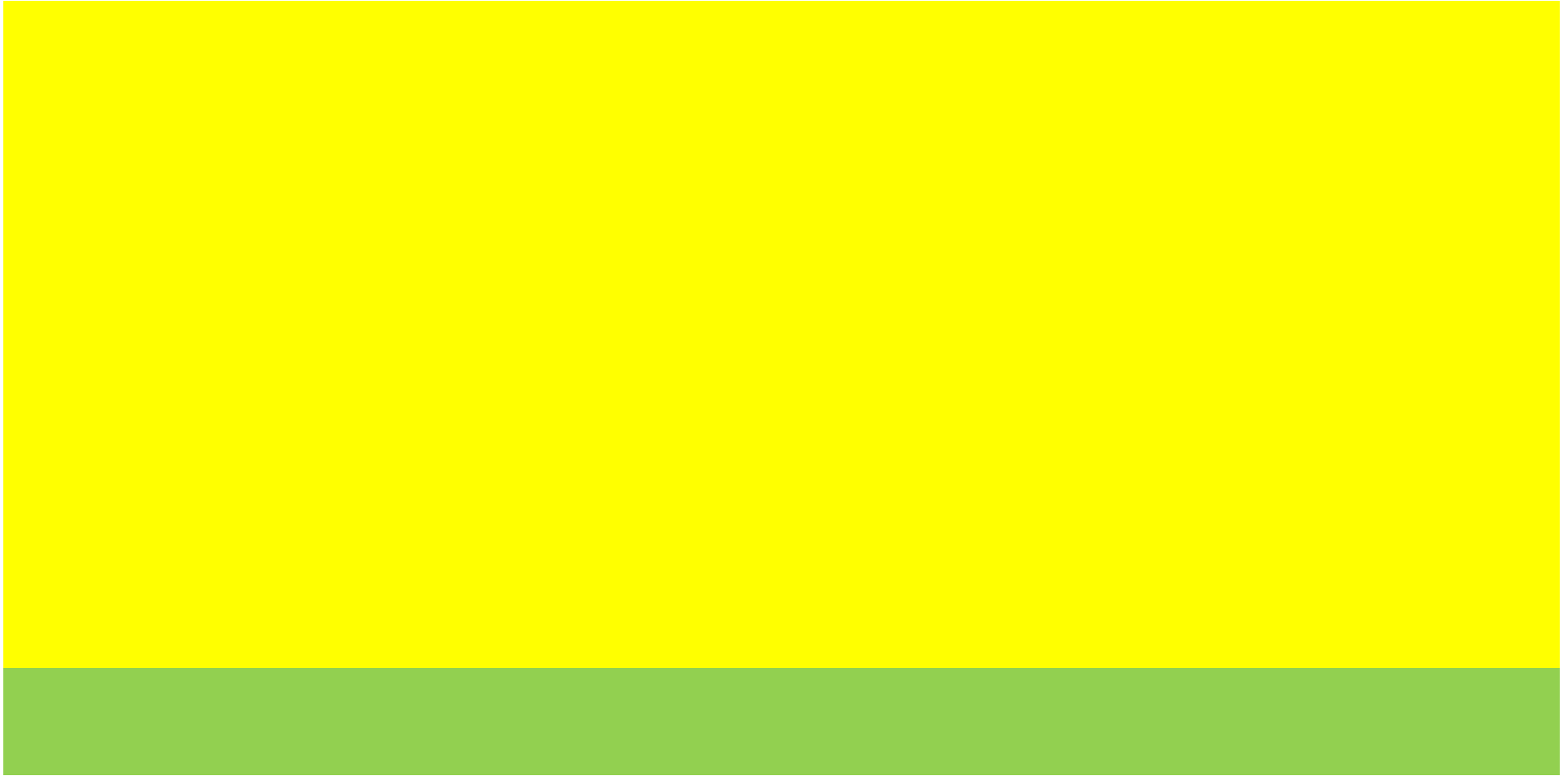




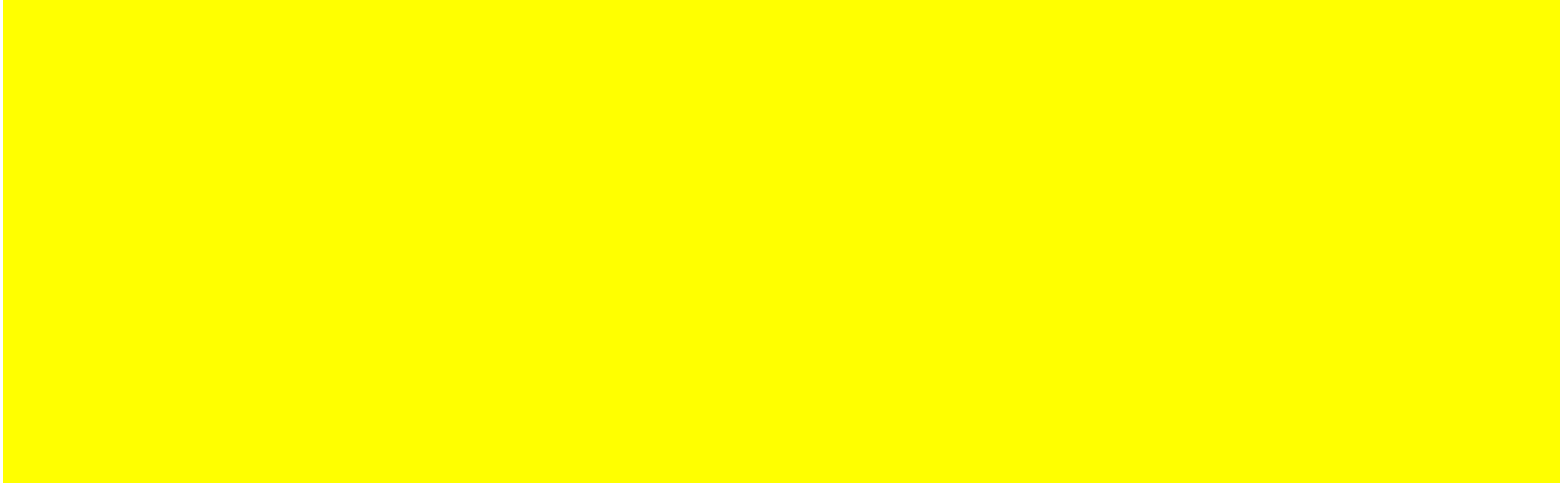


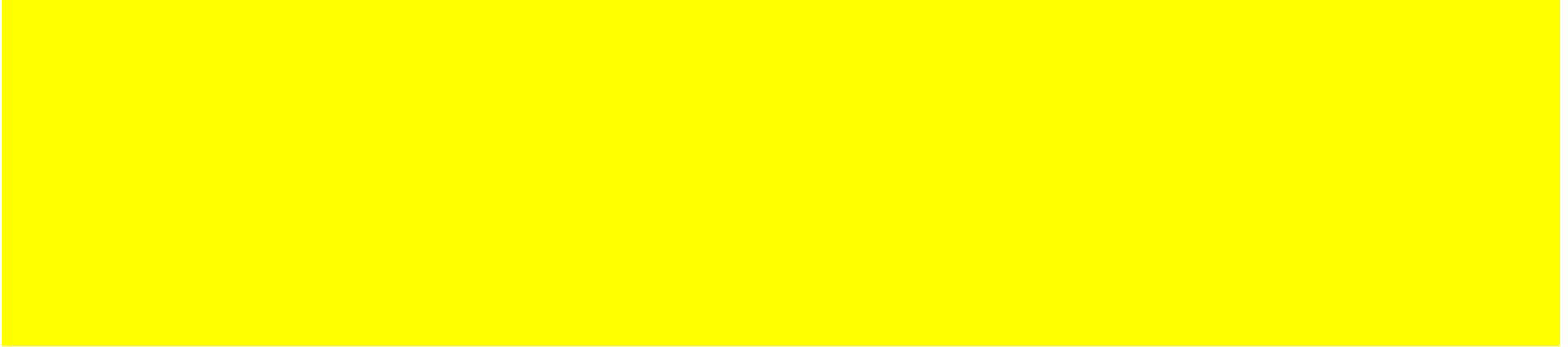




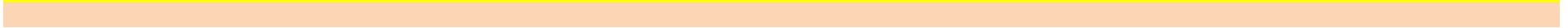
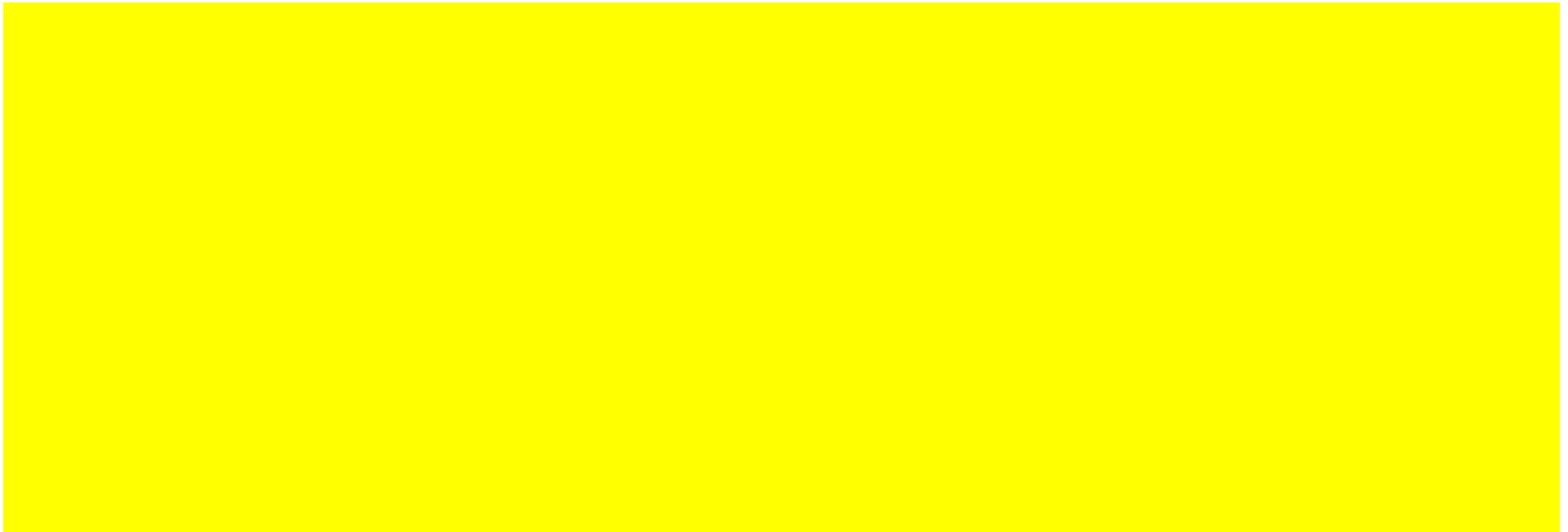






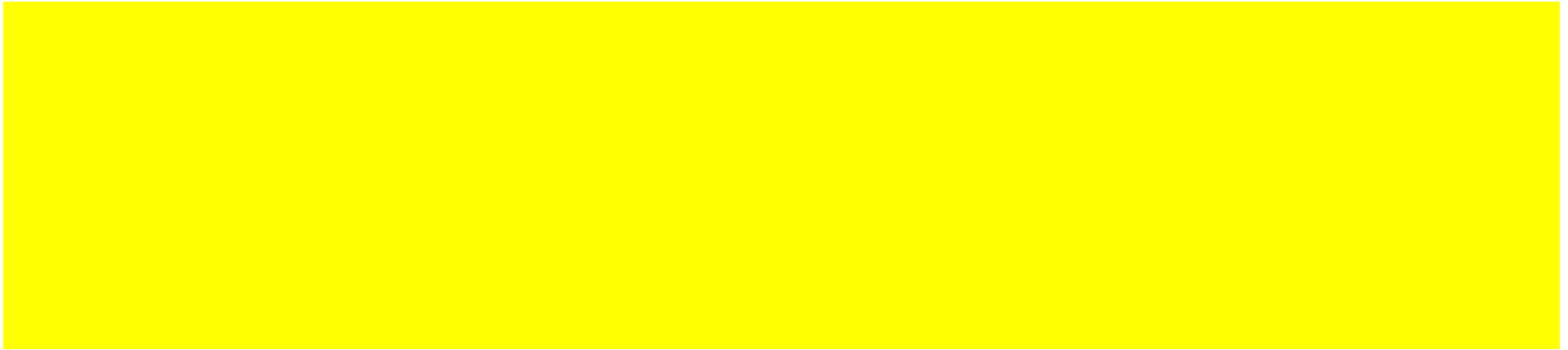






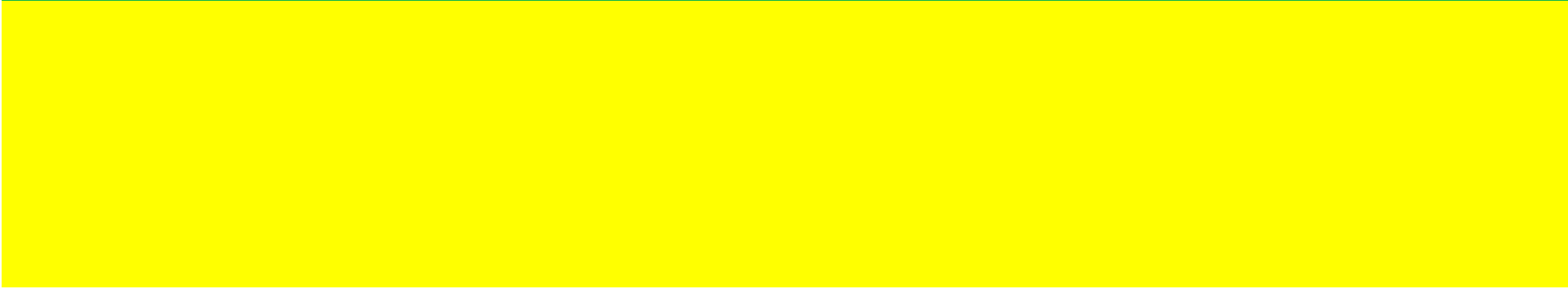


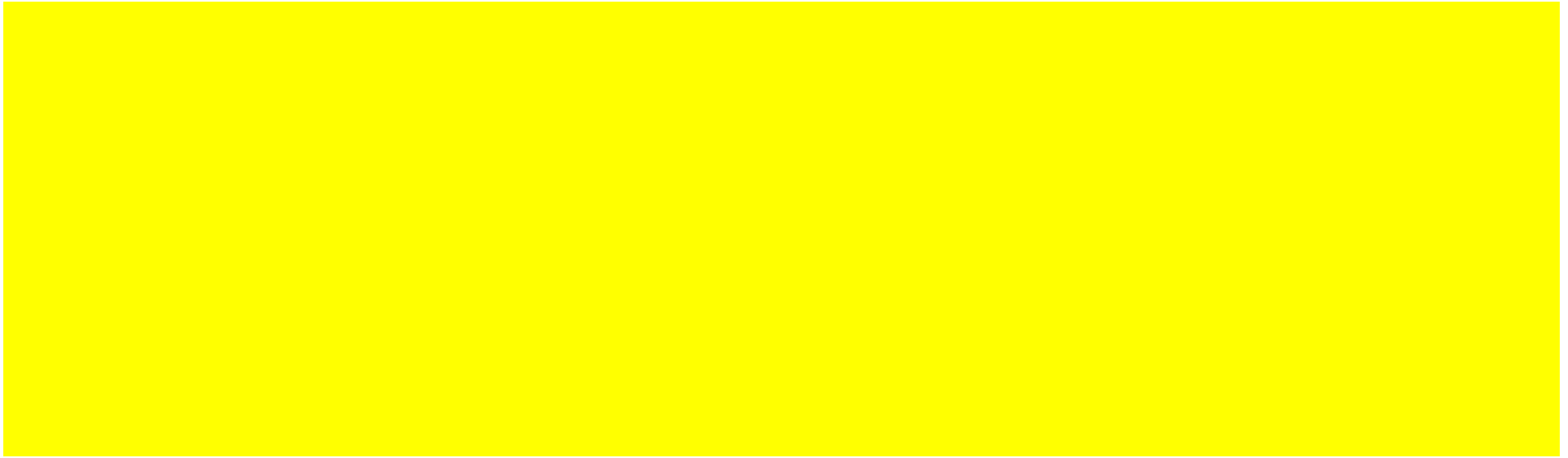


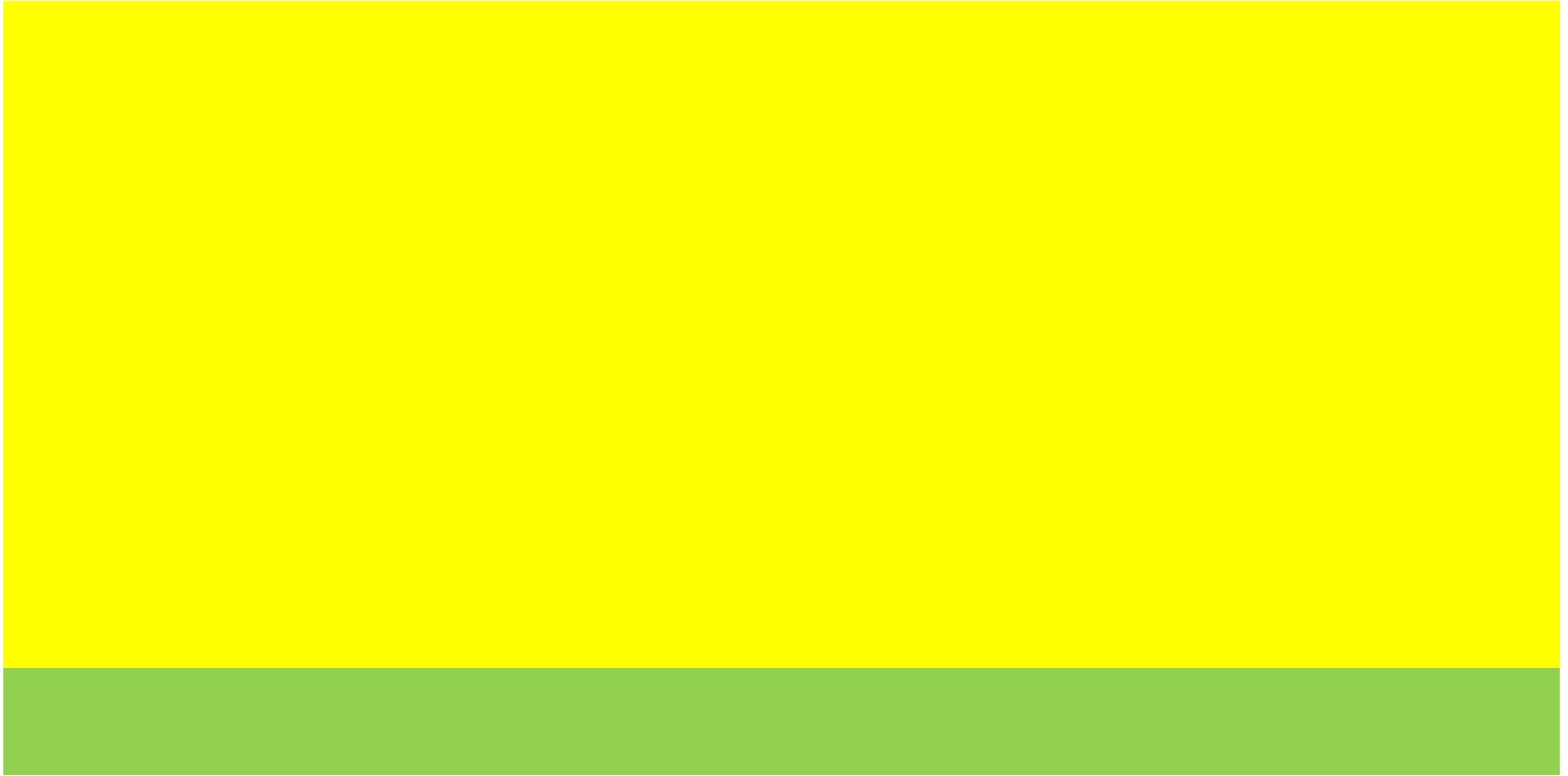


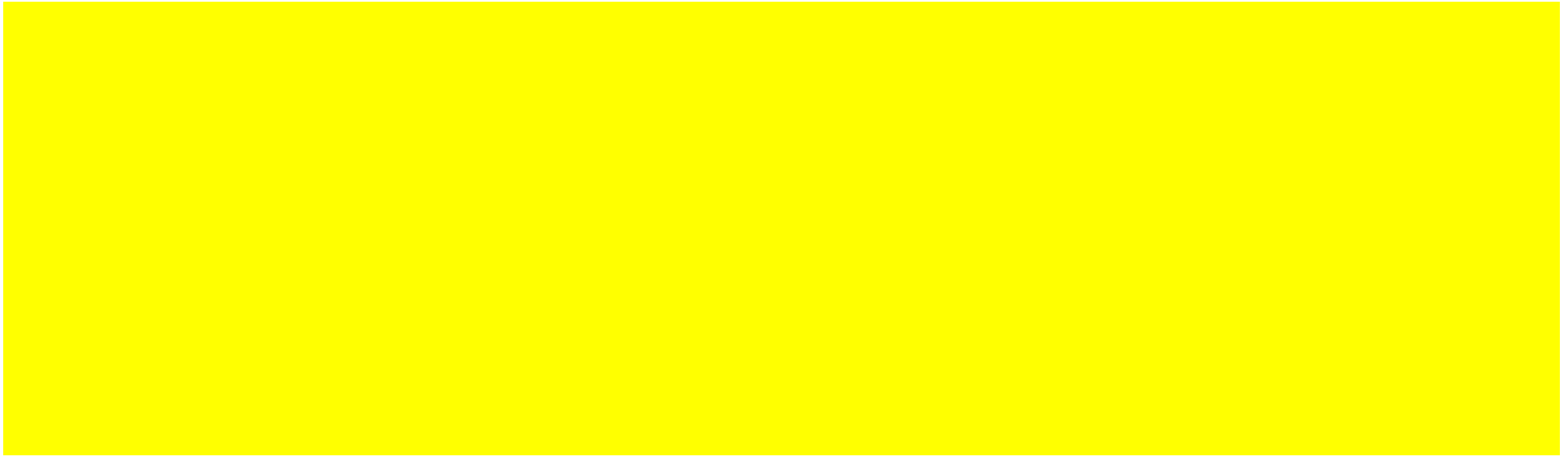


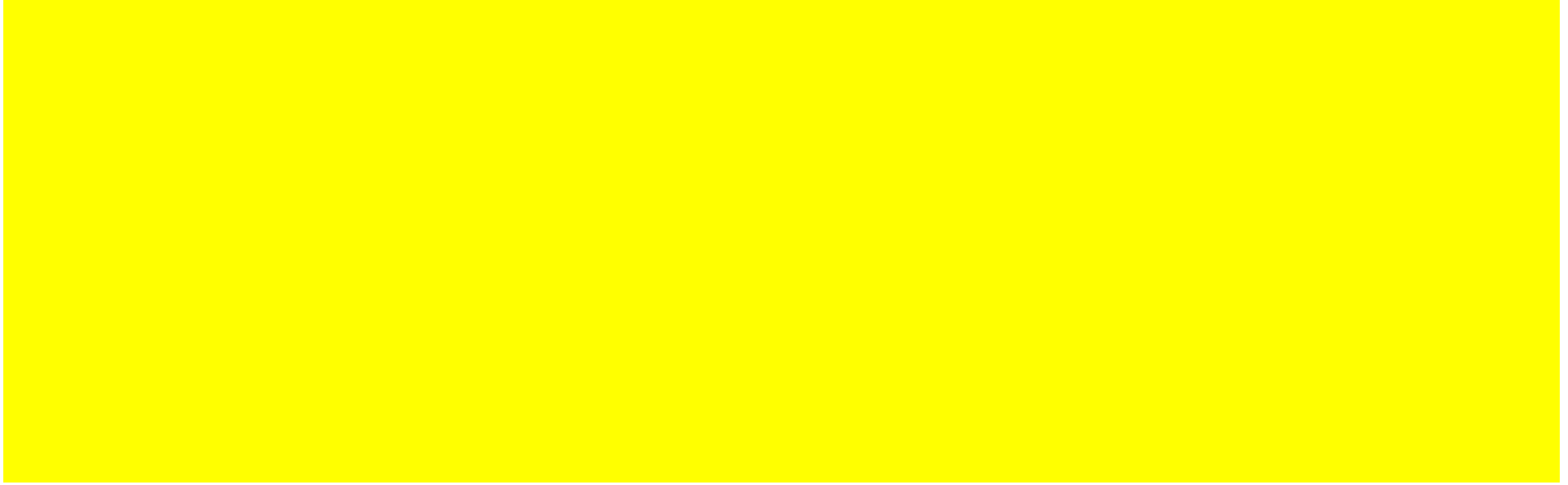




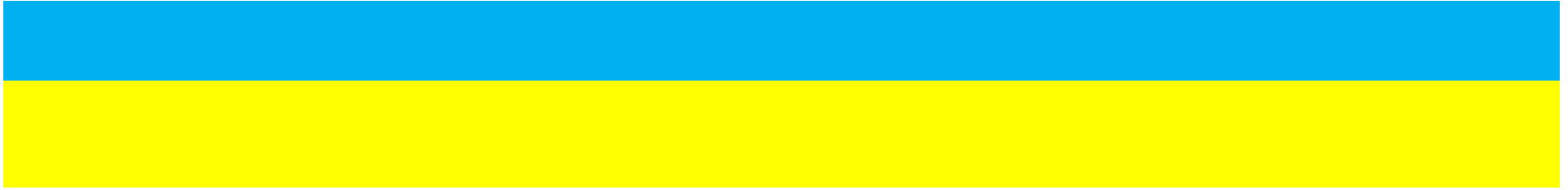


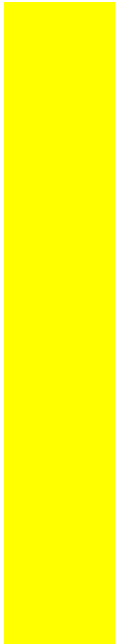


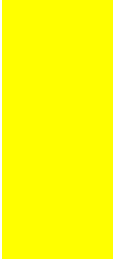




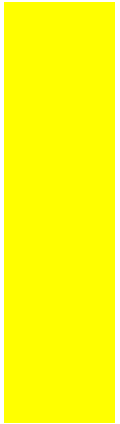


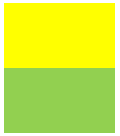












"Согласовано"

"Утверждаю"

Заместитель генерального
директора по организации
питания АО "Департамент
продовольствия и социального

А.К. Агапова

Январь 2025г

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 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	150/3	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:	347	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	
	472	10.05	12.21	48.82	345.10	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	30	0.42	1.50	2.70	26.00	№21, Дели 2016
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	150/10	3.00	4.30	11.30	96.00	№88 Дели 2016
Тефтели из говядины	50	4.4	4.6	3.5	73	ТТК № 1152 от 09.10.2020
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:	530.00	14.82	15.25	72.81	487.94	
ПОЛДНИК						
Булочка Домашняя	40	3.50	4.00	30.40	174.00	№258 Партнер г. Уфа 2014
Катык	100	3.00	2.50	4.50	54.30	№401Дели2010
Рагу с курицей	20/100	4.60	7.00	13.00	133.40	ТТК №63
Напиток шиповника	150/4	0.5	0.25	5.4	25.9	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	434.00	13.20	13.95	63.10	434.60	
ВСЕГО:	1436.00	38.07	41.41	184.73	1267.64	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/3	3.90	4.38	19.00	131.00	ТТК №7
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№272 Парнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3Дели2010
Итого:	346	9.40	12.33	43.20	323.90	
Фрукты свежие апельсин	85	0.34	0.34	10.50	46.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	85	0.34	0.34	10.50	46.00	
	431	9.74	12.67	53.70	369.90	
ОБЕД						
Салат из свеклы	30	0.36	1.50	2.52	25.00	№34, Дели2016
Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	3.00	5.80	14.70	121.00	№64 "Партнер"2014
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 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:	535.00	13.66	15.86	67.53	465.60	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3.20	3.38	26.00	151.00	
Молоко кипяченое	100	2.30	2.50	3.60	46.00	№419 Дели2016
Суфле из творога с повидлом	100/10	5.82	8.10	15.53	158.00	ТТК №567
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:	398	13.01	14.19	63.43	436.50	
ВСЕГО:	1364.00	36.41	42.72	184.66	1272.00	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/3	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	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	347	9.20	11.90	38.90	299.80	
Сок персиковый	125	0.80	0.20	12.00	53.00	399Дели2010
Итого:	125	0.80	0.20	12.00	53.00	
	472	10.00	12.10	50.90	352.80	
ОБЕД						
Салат из моркови	30	0.60	0.05	3.00	14.00	№42 Дели2016г
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/10	4.90	4.60	15.20	124.00	№86 Дели 2016
Котлеты рубленые из птицы	50	5.50	7.71	7.86	123.00	№ 205,справ.М2003
Картофель тушёный	110	2.20	4.40	12.20	97.00	№138 Партнер г. Уфа 2014
Компот из сухофруктов	150	0.15	0.1	21.5	87	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	530	14.85	17.15	74.06	511.00	
ПОЛДНИК						
Булочка Дорожная	40	2.84	4.73	23.80	150.40	№453 Дели 2016
Ряженка	100	3.00	2.50	4.20	55.60	№401Дели2010
Яйцо вареное	1/2шт	2.50	2.30	0.15	31.50	№227 Дели 2016
Капуста тушеная (в сметанном соусе)	110	2.75	4.48	21.41	137	ТТК№53Д
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:	434	12.74	14.22	63.78	439.50	
ВСЕГО:	1436	37.59	43.47	188.74	1303.30	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшённая молочная с маслом	150/3	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	№3Дели2010
Итого:	358	10.30	11.65	39.10	302.60	
Фрукты свежие	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№386Дели2016
яблоко						
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	443	10.64	11.99	50.37	351.60	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	30	0.80	2.00	3.60	35.60	ТТК №60

Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	150/5	3.48	5.80	17.99	140.00	№73 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	130	8.86	9.02	27.28	226	ТТК №29 Д
Кисель	150			8.34	33.34	№284Партнер2014
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	495	14.64	17.12	71.51	500.94	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	1.10	5.20	16.00	115.00	
Кефир	100	3.1	2.5	4.4	54.8	№401Дели2010
Суфле рыбное	60	3.36	3.24	3.00	54.00	№208, сб.диет2002
Макароны отварные	110	4.10	3.00	25.00	143.40	№218 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:	475	13.31	14.15	62.62	432.20	
ВСЕГО:	1413	38.59	43.26	184.50	1284.74	

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	150/3	6.03	5.95	14.47	136	ТТК №1
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№272 Парнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9.93	12.55	38.77	308.30	
Сок вишневый	125	0.30	0.00	10.00	40.00	№399Дели2010
Итого:	125	0.30	0.00	10.00	40.00	
	470	10.23	12.55	48.77	348.30	
ОБЕД						
Салат витаминный	30	0.45	0.20	2.00	11.60	№15 Партнер 2009
Свекольник с курицей, со сметаной	150/10/5	2.90	4.53	14.21	109.00	№35,сб.Пермь2001
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	13.95	15.83	71.31	481.70	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	3.80	3.00	22.00	130.00	
Молоко кипяченое	100	2.30	2.50	3.60	46.00	№419 Дели2016
Запеканка картофельная с овощами,соусом	110/10	5.20	8.40	19.44	174.00	№293, справ.М.2003
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:	414	12.95	14.11	59.26	415.00	
ВСЕГО:	1394	37.13	42.49	179.34	1245.00	

2 НЕДЕЛЯ

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	150/3	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	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3Дели2010
Итого:	352	10.60	12.95	38.80	314.40	
Фрукты свежие яблоко	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№386Дели2016
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	452	10.94	12.30	50.07	363.40	
ОБЕД						

Салат из свежей капусты	30	0.42	1.50	2.70	26.00	№21, Дели 2016
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	150/10/5	2.67	3.38	17.7	112	№82 Дели 2016
Биточки куриные "Солнышко"	50	6.40	8.50	5.20	123.00	ТТК №97Д
Макароны отварные	110	4.10	3.00	25.00	143.40	№218 Дели 2016
Кисель	150			8.34	33.34	№284Партнер2014
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	535	15.09	16.68	73.24	503.74	
ПОЛДНИК						
Булочка сдобная	40	3.04	3.84	17.84	118.4	№ 257 Партнер2014 г. Уфа
Ряженка	100	3.00	2.50	4.20	55.60	№401Дели2010
Гречка с фаршем и овощами	110	6.00	7.50	28.00	203.00	ТТК №1630 от 10.11.2011
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:	434	13.69	14.05	64.26	442.00	
ВСЕГО:	1321	39.72	44.02	187.57	1309.14	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом	150/3	7.16	6.63	15.15	149.00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1.2	10	55	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	357	10.06	12.23	38.15	303.00	
Сок яблочный	125	1.90	1.00	12.00	62.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	1.90	1.00	12.00	62.00	
	482	11.96	11.70	50.15	365.00	
ОБЕД						
Салат из свеклы	30	0.36	1.50	2.52	25.00	№34, Дели2016
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и грибами	150/10/10	2.87	3.20	15.49	102.00	ТТК№139
Тефтели рыбные с маслом	50/2	7.50	7.40	10.60	139.00	ТТК №1Д
Пюре Картофельное	110	2.20	3.30	15.40	100.10	№137 Партнер 2014
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:	542	14.53	15.80	68.51	474.20	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	1.50	3.38	18.00	108.00	
Молоко кипяченое	100	2.30	2.50	3.60	46.00	№419 Дели2016
Пудинг из творога с рисом с повидлом	110/10	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:	408	12.69	14.39	62.50	429.50	
ВСЕГО:	1432	39.18	43.42	181.16	1268.70	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	180	8.01	7.56	29.61	219.00	№100 Дели 2016
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016

Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3 Дели 2010
Итого:	377	11.56	13.52	46.93	356.60	
Фрукты свежие	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№386 Дели 2016
яблоко						
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	462	11.90	13.86	58.20	405.60	
ОБЕД						
Салат из моркови	30	0.60	0.05	3.00	14.00	№42 Дели 2016г
Борщ со свежей капустой, картофелем, на м/б, со сметаной	150/5	2.10	4.30	9.70	86.00	№63 Дели 2016
Плов из отварной говядины	130	10.00	11.00	30.00	259.00	№108 "Партнер" 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	14.70	15.68	69.50	477.10	
ПОЛДНИК						
Булочка молочная	40	0.72	1.44	34.88	155.00	№779, сбшк 2004
Катык	100	3.00	2.50	4.50	54.30	№401 Дели 2010
Рагу из птицы с овощами	100/20	7.3	10.34	9	158	ТТК №4Д
Напиток шиповника	150/4	0.5	0.25	5.4	25.9	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	414	13.12	14.73	63.58	440.20	
ВСЕГО:	1371	39.72	44.27	191.28	1322.90	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	150/3	6.18	5.95	14.47	136	ТТК №1
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№272 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели 2010
Итого:	343	10.08	12.55	38.77	308.30	
Сок яблоко-вишня	125	0.60	0.00	10.00	42.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.60	0.00	10.00	42.00	
	468	10.68	12.30	48.77	350.30	
ОБЕД						
Салат витаминный	30	0.45	0.20	2.00	11.60	№15 Партнер 2009
Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/10	2.90	6.40	10.27	110.30	№86 Дели 2016
биточки говядина	50	7.00	6.00	17.36	151.00	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:	530	14.05	16.20	67.67	472.34	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	10	0.10	0.90	15.00	69.00	
крекер						
Ряженка	100	3.00	2.50	4.20	55.60	№401 Дели 2010
Запеканка рыбная с рисом и овощами	130	8.84	11.18	26.00	239.00	ТТК №3
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:	424	13.59	14.79	59.42	428.60	
ВСЕГО:	1422	38.32	43.54	175.86	1251.24	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	150/3	5.80	4.50	16.20	128.00	ТТК №6
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	5.95	12.90	119.60	№3 Дели 2010
Итого:	350.00	11.60	12.45	41.00	322.40	
Фрукты свежие яблоко зеленое	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	435	11.94	12.79	52.27	371.40	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	30	0.80	2.00	3.60	35.60	ТТК №60
Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	3.00	5.80	14.70	121.00	№64 "Партнер" 2014
Гуляш из куриной грудки	40/40	5.90	6.00	7.20	106.00	ТТК №91
Макароны отварные	110	4.10	3.00	25.00	143.40	№218 Дели 2016
Компот из сухофруктов	150	0.15	0.1	21.5	87	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	565	15.45	17.19	86.30	559.00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	1.30	3.20	29.00	150.00	
Молоко кипяченое	100	2.30	2.50	3.60	46.00	№419 Дели 2016
Омлет натуральный	130	7.89	8.06	12.63	155.00	№229 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:	435	13.14	13.97	59.45	416.00	
ВСЕГО:	1435.00	40.53	43.95	198.02	1346.40	
ИТОГО за 10 дней	14024	385.26	432.55	1855.86	12871.06	

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 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 блюд 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 учреждениях, 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. Москвы, 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
 - 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 1 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 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г
 - картофель, овощи (морковь, свекла, капуста, лук ...) рассчитаны с учетом сезонности
 - огурцы и помидоры свежие парниковые
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%

**Калорийность в разрезе
ДОУ от 1 до 3 лет**

с отклонениями		35,9-37,8-39,7	40,18-42,3-44,4	173,56-182,7-191,8	1197-1260-1323
	Объемы порций	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетическая ценность
1	1436.00	38.07	41.41	184.73	1267.64
2	1364.00	36.41	42.72	184.66	1272.00
3	1436.00	37.59	43.47	188.74	1303.30
4	1413.00	38.59	43.26	184.50	1284.74
5	1394.00	37.13	42.49	179.34	1245.00
6	1321.00	39.72	44.02	187.57	1309.14
7	1432.00	39.18	43.42	181.16	1268.70
8	1371.00	39.72	44.27	191.28	1322.90
9	1422.00	38.32	43.54	175.86	1251.24
10	1435.00	40.53	43.95	198.02	1346.40
Всего	14024.00	385.26	432.55	1855.86	12871.06
В среднем	1402.40	38.53	43.25	185.59	1287.11

**Калорийность
ДОУ от 3 до 7 лет**

с отклонениями		46,17-48,6-51,03	51,3-54-56,7	223,154-234,9-246,644	1539-1620-1701
	Объемы порций	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетическая ценность
1	1745.50	48.71	52.41	232.07	1599.60
2	1691.50	46.75	55.56	224.03	1585.50
3	1768.50	47.76	54.79	241.90	1642.50
4	1701.50	49.02	54.41	230.34	1614.90
5	1656.50	47.76	53.04	233.13	1608.50
6	1690.50	48.37	55.37	227.05	1604.50
7	1713.50	47.77	52.79	234.77	1607.90
8	1647.50	49.85	53.79	231.90	1611.10
9	1707.50	48.59	56.48	236.00	1657.50
10	1734.50	49.86	53.15	239.96	1657.50
Всего	17057.00	484.42	541.80	2331.15	16189.50
В среднем	1705.70	48.44	54.18	233.11	1618.95

Расход продуктов ДОУ

от 1 до 3 лет

Наименов. проод.	мес										Кол-во	Среднее
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сахар	20,40	23,49	22,40	15,75	17,45	20,90	22,35	14,35	16,15	13,15	188,59	18,86
Заварка	0,40	0,40	0,20	0,40	0,30	0,20	0,20	0,40	0,20	0,40	2,59	0,26
Яйцо	0,00	12,20	25,00	8,56	11,00	5,40	7,60	0,00	1,00	87,50	168,56	16,86
Дрожжи сухие	0,16	0,00	0,20	0,00	0,00	0,30	0,00	0,20	0,00	0,00	0,86	0,09
Ваниль карамель	0,00	0,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	250,00	25,00
Клей пищеварный 1с	24,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	24,00	20,00	234,30	23,43
Клей строительный	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	200,00	20,00
Мука пшеничная	26,70	0,00	27,52	0,00	0,15	24,00	4,25	34,00	0,52	1,77	123,81	12,38
Каша-концентрат	17,50	0,00	0,00	17,50	0,00	17,50	0,00	0,00	17,50	0,00	70,00	7,00
Макаронные изделия	0,00	0,00	0,00	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	38,00	154,56	15,46
Вермишель	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	18,00	1,80
Врута рисовая	31,90	11,00	9,00	0,00	31,28	0,00	9,78	27,70	19,07	0,00	199,73	19,97
Врута кукурузная	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Врута манная	17,00	8,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,85	2,59
Горох	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	15,00	1,50
Врута пшениная	0,00	0,00	0,00	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	23,00	54,99	5,49
Врута ячневая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	19,00	1,90
Пшено	0,00	0,00	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	19,00	0,00	38,00	3,80
Врута перловая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Врута пшеничная	0,00	0,00	19,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	38,00	3,80
Врута гречневая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,00	2,10
Картофель	118,30	124,43	138,50	125,10	124,90	45,00	124,43	45,30	139,43	30,50	896,59	89,66
Молоко	29,30	4,00	89,29	119,04	26,70	31,00	17,00	17,00	33,20	24,00	292,20	29,22
Пш. реччатый	25,60	15,25	33,76	17,00	23,38	15,19	10,58	25,40	25,24	6,90	194,38	19,44
Семена	0,00	28,50	0,00	17,04	38,30	0,00	38,50	24,00	0,00	17,04	131,38	13,14
Каша-соевая	24,30	0,00	137,32	0,00	21,00	24,30	0,00	38,40	21,00	0,00	111,12	11,11
Икра кабачковая	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сырбы соевый	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Помидоры соевые	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сырбы соевые	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Икра	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Томат-паста	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	2,00	0,20
Масло сливочное	12,00	9,00	17,60	19,20	8,90	11,80	17,79	6,40	15,46	11,90	120,15	12,02
Масло растительное	0,00	0,00	4,40	8,90	12,10	10,20	6,90	8,10	3,81	8,80	61,91	6,19
Фрукты соевые	0,00	85,00	0,00	85,00	0,00	85,00	0,00	85,00	0,00	85,00	426,50	42,65
Яблоки	0,00	30,00	0,00	0,00	36,75	0,00	30,00	0,00	6,75	0,00	103,50	10,35
Черника на	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Лимон	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	8,00	0,80
Ягодная смесь зам	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сок	0,00	0,00	125,00	0,00	125,00	0,00	125,00	0,00	125,00	0,00	625,00	62,50
Фруктовое пюре	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сладкофрукты	0,00	0,00	15,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,30	30,60	3,06
Урюк	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,10
конфеты фруктовые	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	2,00
Шоколад горький	2,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,25	0,00	0,00	4,50	0,45
Молоко	175,00	275,80	117,50	160,60	235,00	120,50	256,50	91,00	151,50	244,30	1727,20	172,72
Кафир	0,00	0,00	0,00	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00	10,00
Рафинад	0,00	0,00	100,00	0,00	100,00	0,00	100,00	0,00	100,00	0,00	200,00	20,00
Качек	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Молоко стуженное	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сметана	0,00	14,50	5,10	0,00	0,00	2,88	5,00	1,73	0,00	0,00	14,44	1,44
Творог	0,00	71,33	0,00	0,00	0,00	0,00	71,50	0,00	0,00	0,00	142,83	14,28
Говядина	0,00	0,00	0,00	24,00	0,00	0,00	33,80	0,00	0,00	0,00	67,80	6,78
Филе говядины	14,30	0,00	11,40	0,00	0,00	36,40	11,40	0,00	48,40	0,00	141,90	14,19
Цыпленок	42,70	14,70	36,40	0,00	69,95	63,80	0,00	31,50	0,00	14,70	263,79	26,38
Курица	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Куриная грудка	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сыр	0,00	5,00	0,00	3,00	0,00	5,00	0,00	5,00	8,77	5,00	34,77	3,48
Яйца куриные	0,00	0,00	0,00	85,00	0,00	0,00	80,00	0,00	80,00	0,00	400,00	40,00
Бораник мясной	0,00	0,00	0,00	1,30	0,00	0,00	1,30	0,00	0,00	0,00	2,60	0,26
Какао-порошок	0,00	1,30	0,00	0,00	1,30	0,00	0,00	1,30	0,00	0,00	3,90	0,39
Кремль КТ	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кремль	0,00	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	20,00	2,00
Соль	2,50	2,53	4,10	2,30	2,60	3,20	2,50	5,50	4,32	3,30	32,75	3,28
Специи КТ	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сладкая пастилуковая	0,00	3,75	5,00	0,00	2,11	4,00	0,00	0,00	4,20	0,00	18,86	1,89
Вафли	0,00	0,00	0,00	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,00	42,00	4,20
Врута Бобовый	46,90	27,85	28,00	20,00	20,26	46,90	48,78	27,10	47,00	20,00	267,10	26,71
Соевая раша	79,23	61,75	230,12	83,58	108,38	79,99	45,68	153,40	66,43	60,43	371,20	37,12
Фрукты	0,00	110,00	0,00	85,00	36,75	85,00	34,00	85,00	0,75	0,00	426,50	42,65
Фрукты сухие	2,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,50	0,45
Молочные проод.	175,00	275,80	217,00	280,60	235,00	120,50	256,50	91,00	251,00	244,30	2327,20	232,72
Говядина	34,30	0,00	11,40	34,00	0,00	36,40	11,40	33,80	48,40	0,00	209,70	20,97
Икра	42,70	14,70	36,40	0,00	69,95	63,80	0,00	31,50	0,00	14,70	263,79	26,38
Макаронные изделия	0,00	0,00	0,00	38,00	0,00	38,50	0,00	12,00	0,00	38,50	133,50	13,35
Клей пищеварный	24,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	24,00	20,00	234,30	23,43
Кондитерские изделия	0,00	0,00	0,00	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,00	42,00	4,20

Расход продуктов ДОУ

от 1 до 3 лет

Наименов. проод.	мес										Кол-во	Среднее
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Сахар	20,40	23,49	22,40	15,75	17,45	20,90	22,35	14,35	16,15	13,15	188,59	18,86
Заварка	0,40	0,40	0,20	0,40	0,30	0,20	0,20	0,40	0,20	0,40	2,59	0,26
Яйцо	0,00	12,20	25,00	8,56	11,00	5,40	7,60	0,00	1,00	87,50	168,56	16,86
Дрожжи сухие	0,16	0,00	0,20	0,00	0,00	0,30	0,00	0,20	0,00	0,00	0,86	0,09
Ваниль карамель	0,00	0,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	250,00	25,00
Клей пищеварный 1с	24,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	24,00	20,00	234,30	23,43
Клей строительный	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	200,00	20,00
Мука пшеничная	26,70	0,00	27,52	0,00	0,15	24,00	4,25	34,00	0,52	1,77	123,81	12,38
Каша-концентрат	17,50	0,00	0,00	17,50	0,00	17,50	0,00	0,00	17,50	0,00	70,00	7,00
Макаронные изделия	0,00	0,00	0,00	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	38,00	154,56	15,46
Вермишель	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	18,00	1,80
Врута рисовая	31,90	11,00	9,00	0,00	31,28	0,00	9,78	27,70	19,07	0,00	199,73	19,97
Врута кукурузная	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Врута манная	17,00	8,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,85	2,59
Горох	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	15,00	1,50
Врута пшениная	0,00	0,00	0,00	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	23,00	54,99	5,49
Врута яч												

Kategori		Sub-kategori		Kode		Uraian		Merk		Spesifikasi		Kuantitas		Satuan		Catatan	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Kategori		Sub-kategori		Kode		Uraian		Merk		Spesifikasi		Kuantitas		Satuan		Catatan	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Kategori		Sub-kategori		Kode		Uraian		Merk		Spesifikasi		Kuantitas		Satuan		Catatan	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Kategori		Sub-kategori		Kode		Uraian		Merk		Spesifikasi		Kuantitas		Satuan		Catatan	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Kategori		Sub-kategori		Kode		Uraian		Merk		Spesifikasi		Kuantitas		Satuan		Catatan	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

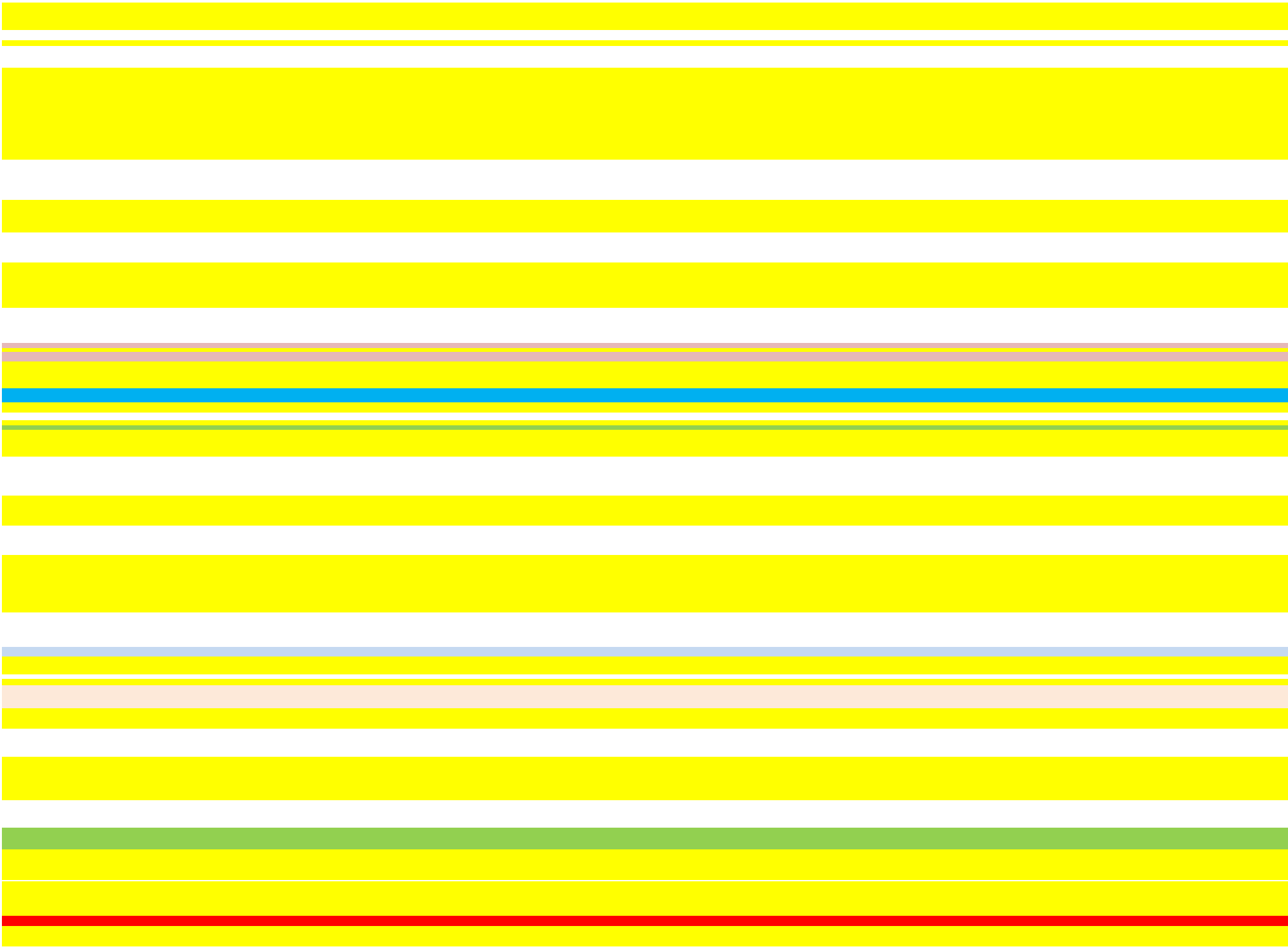
[Redacted]

[Redacted]

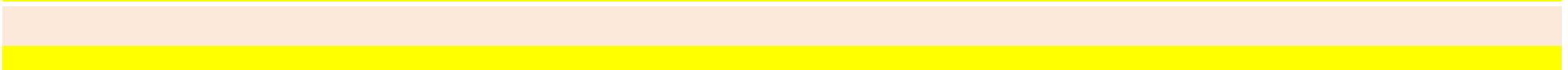
[Redacted]

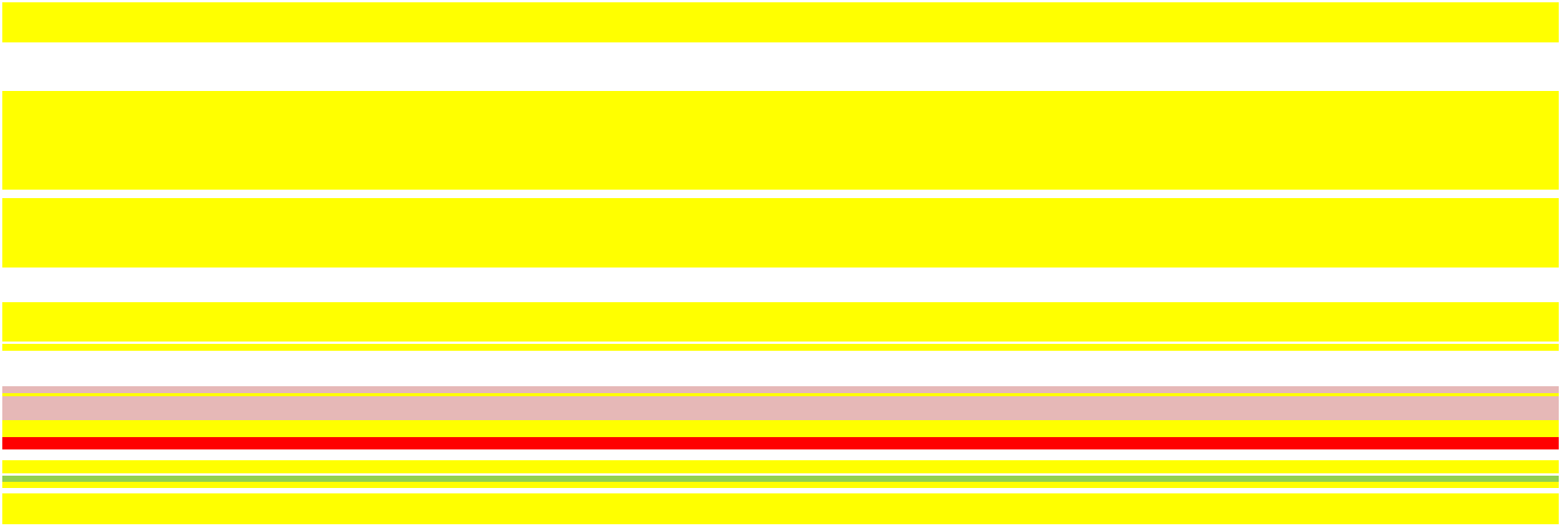
[Redacted]

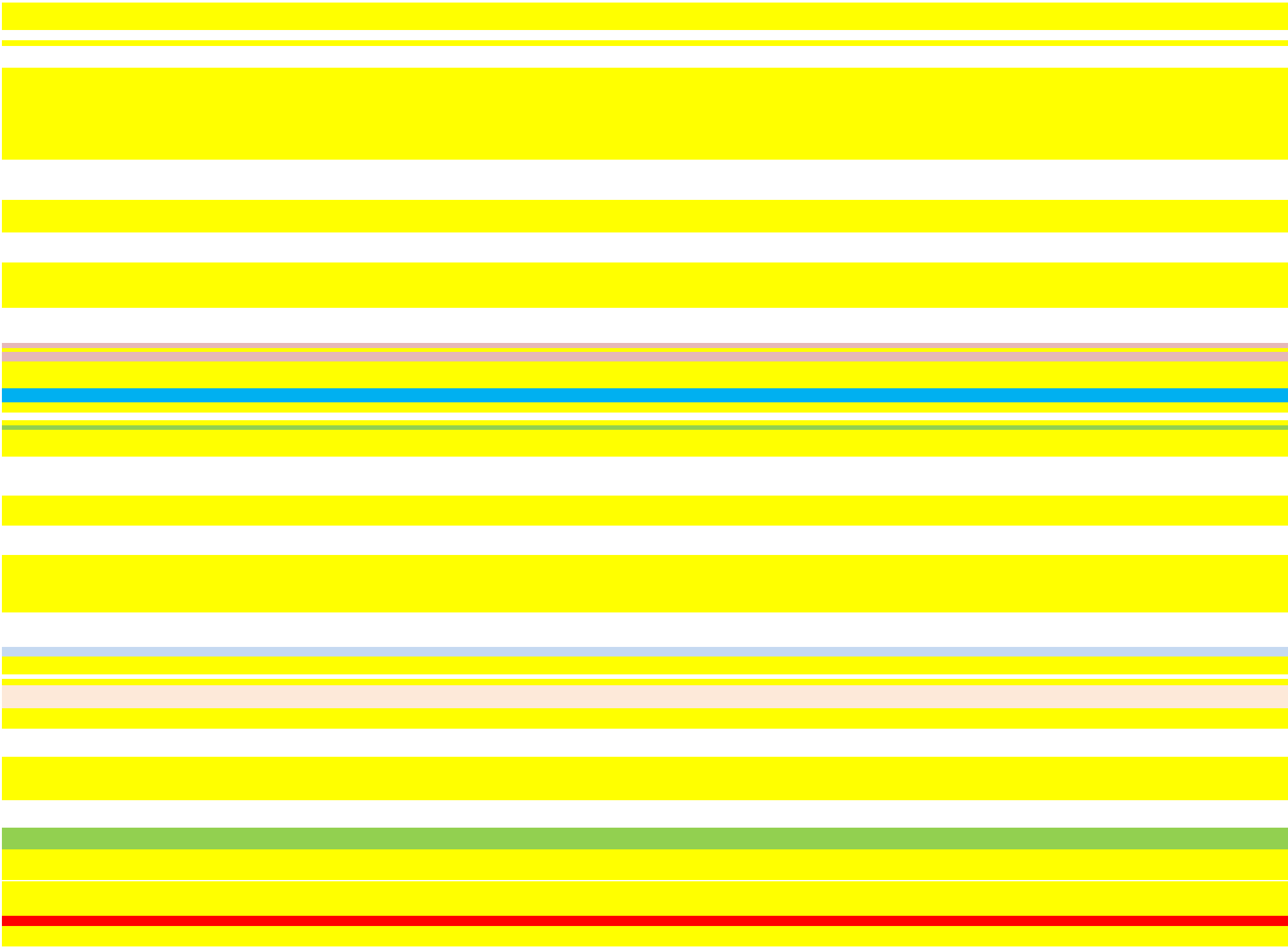
[Redacted]



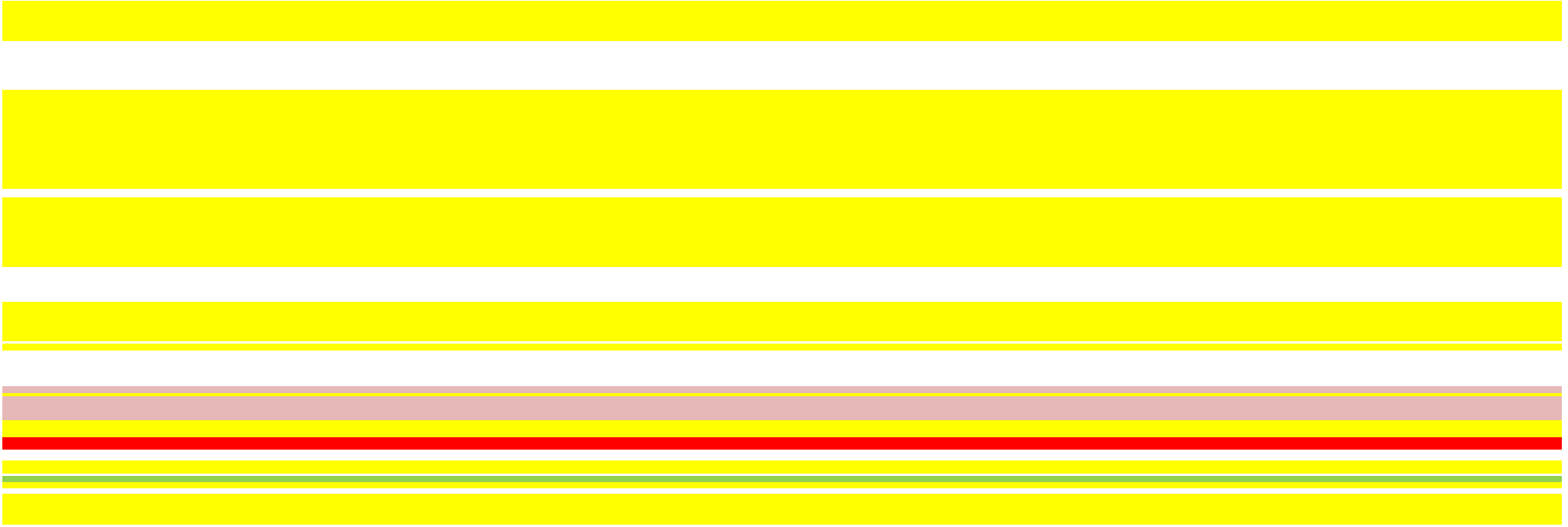


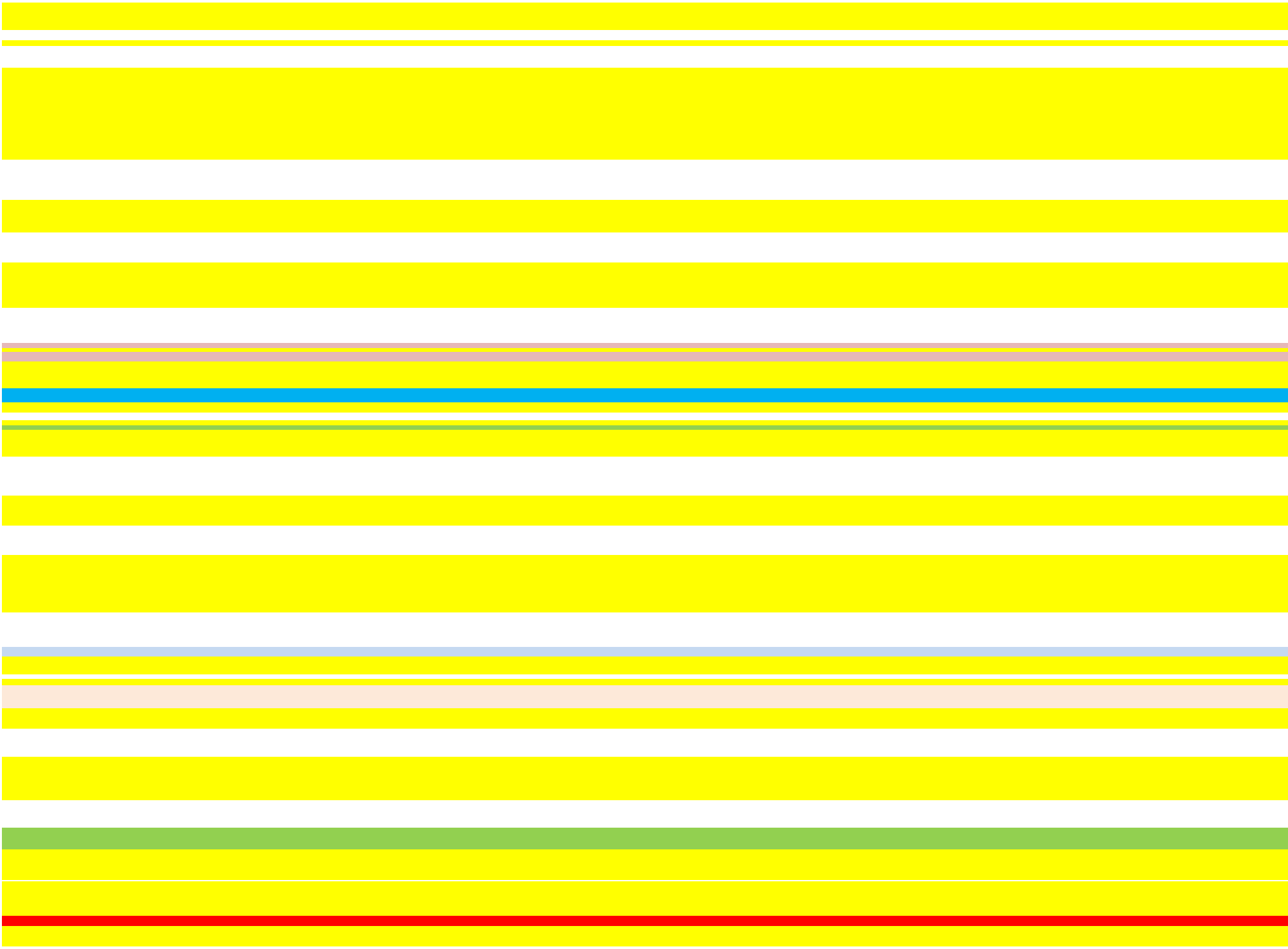


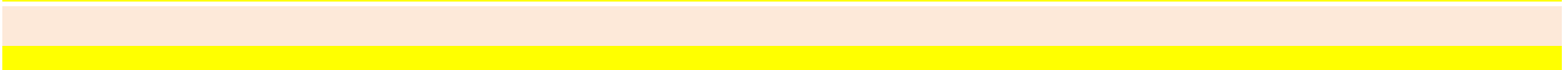


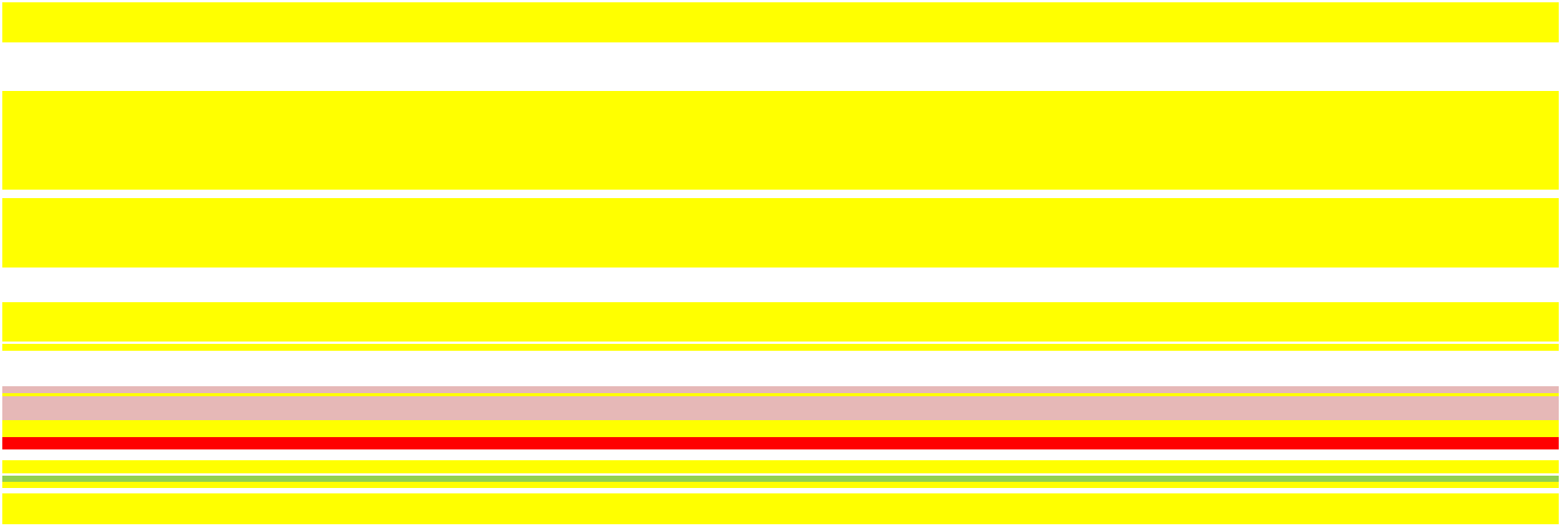


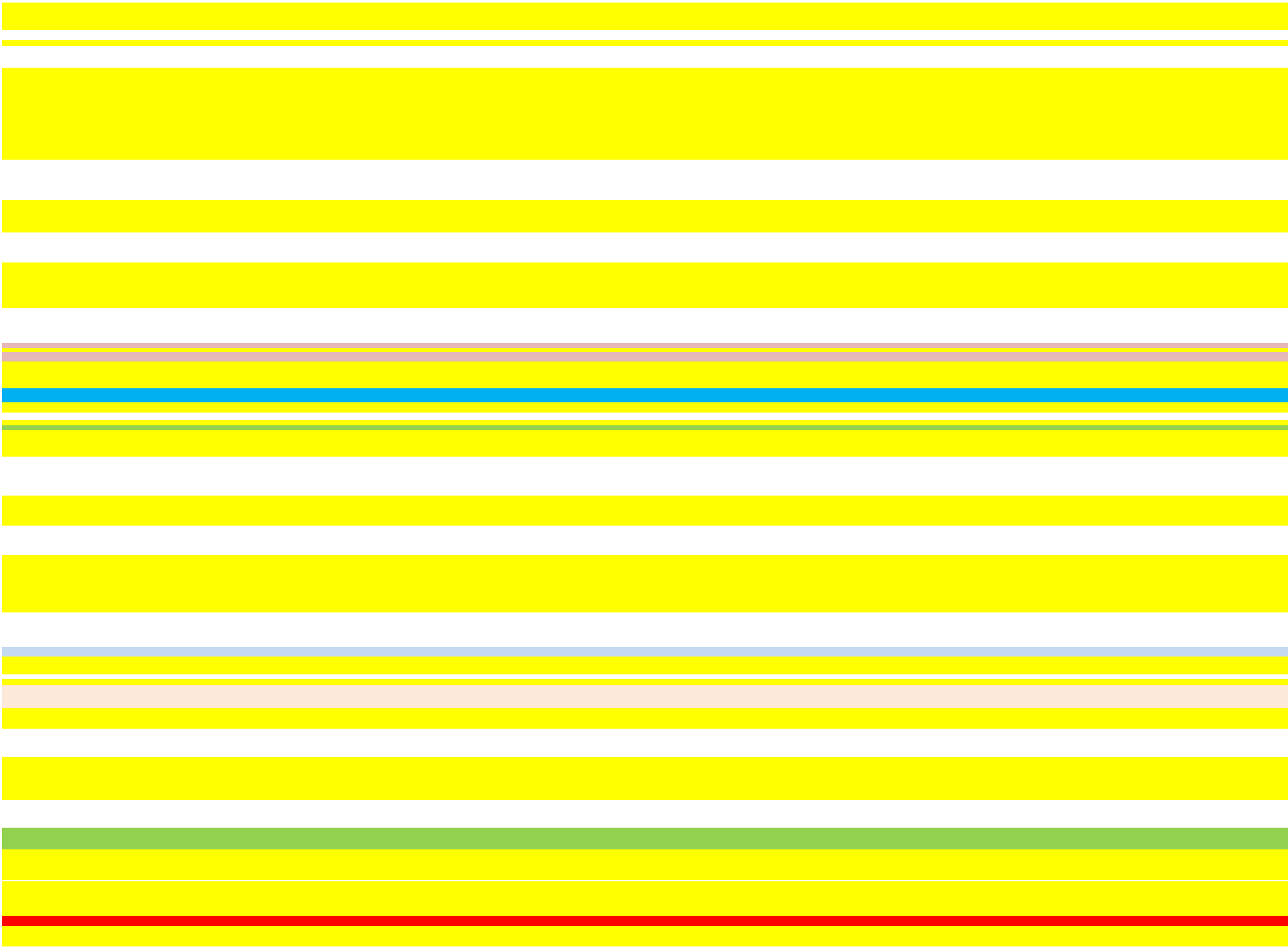


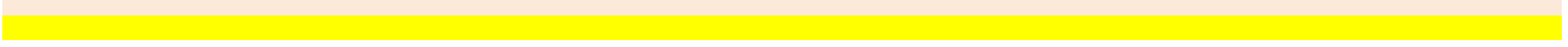


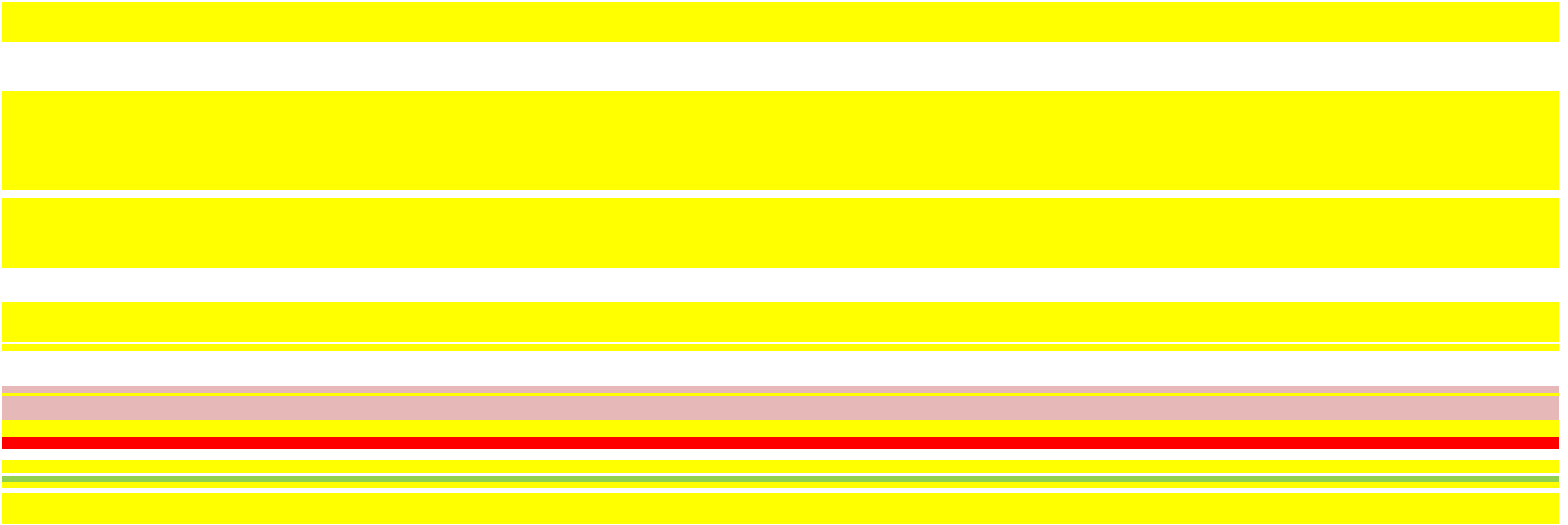


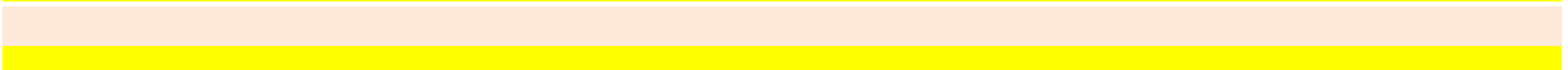


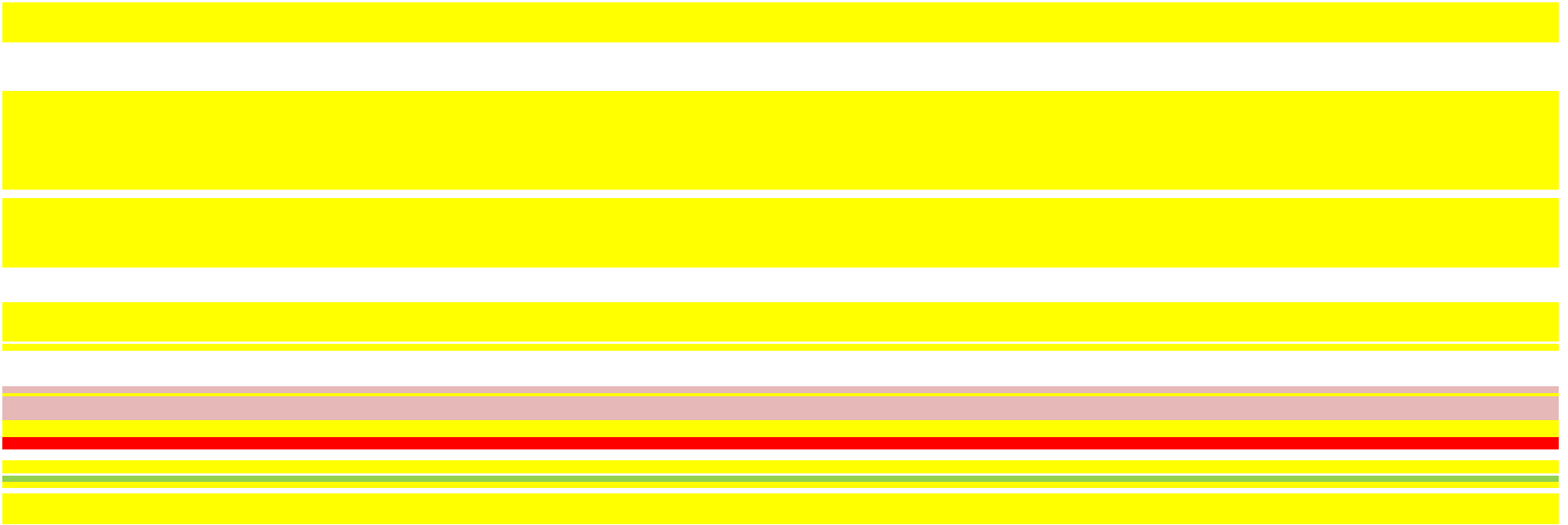


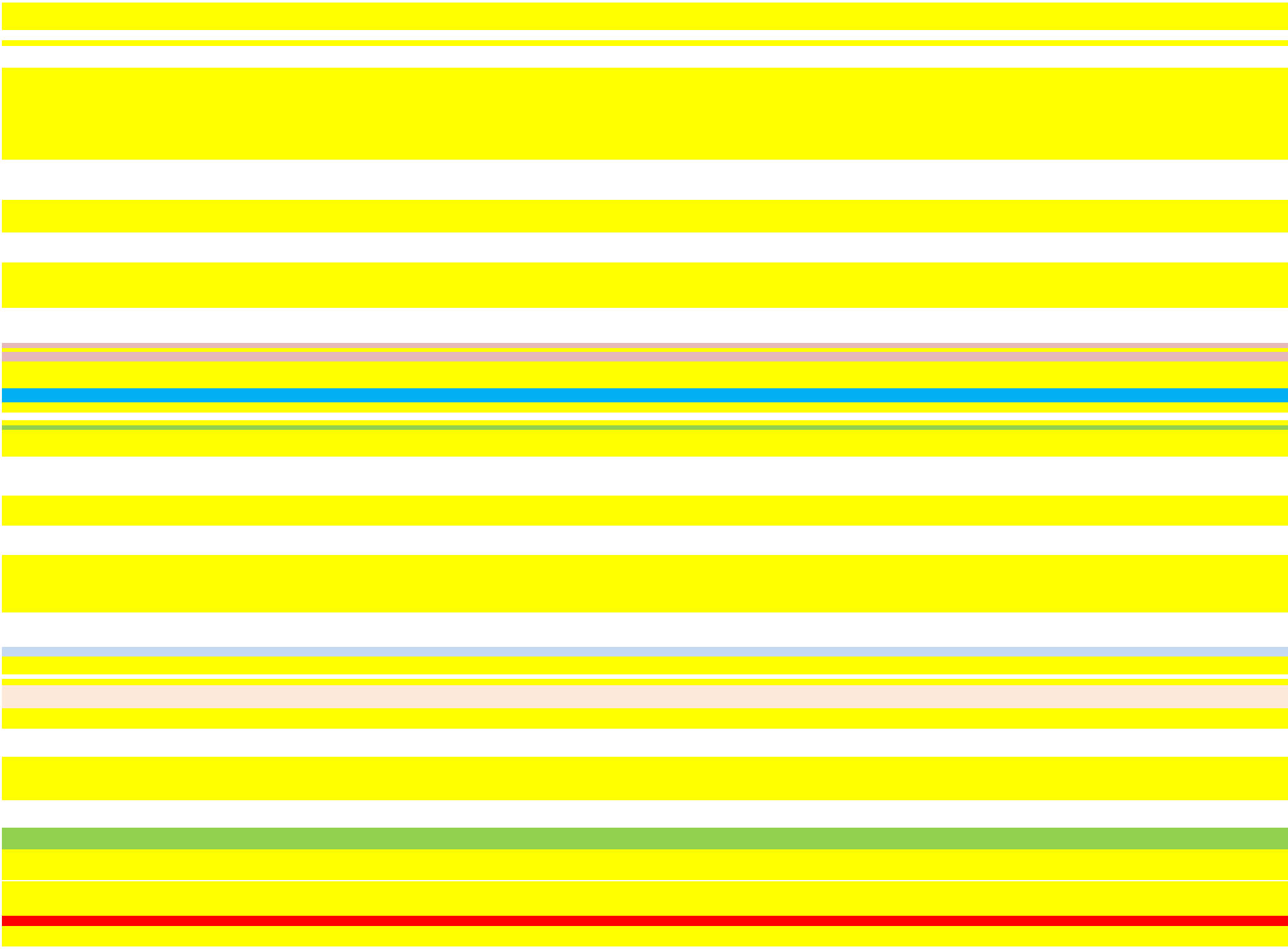


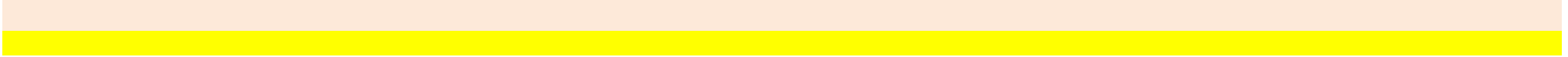
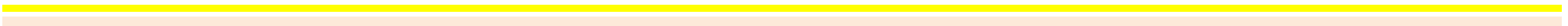


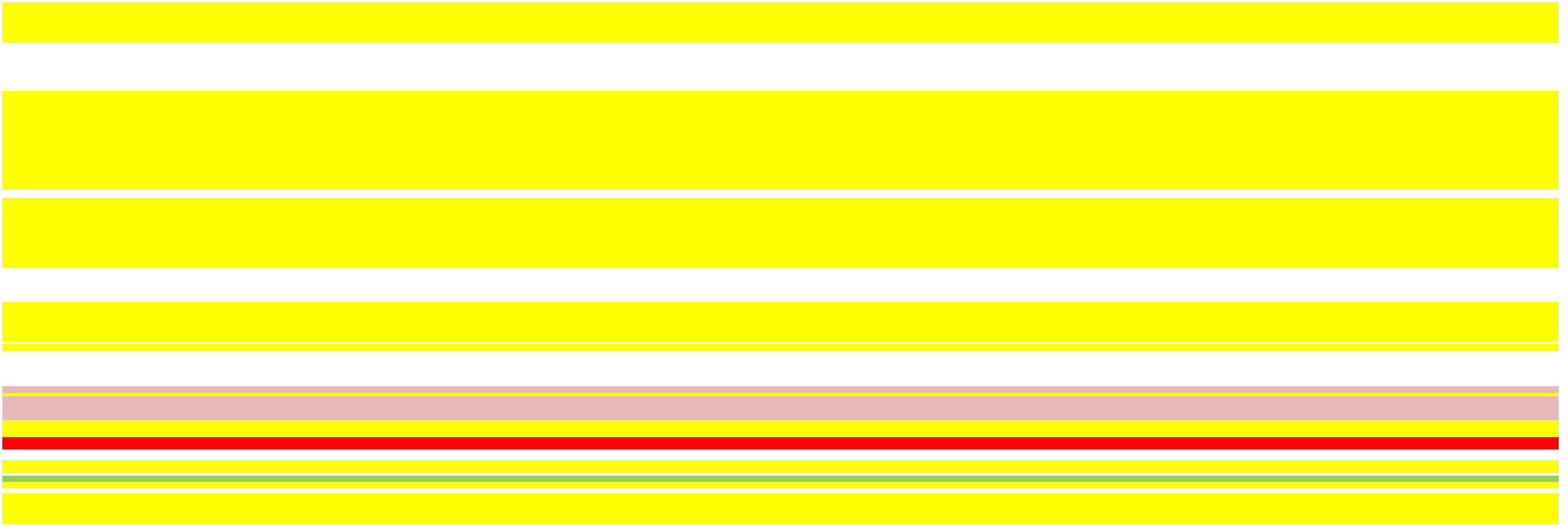


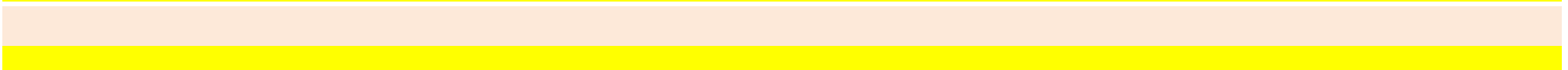


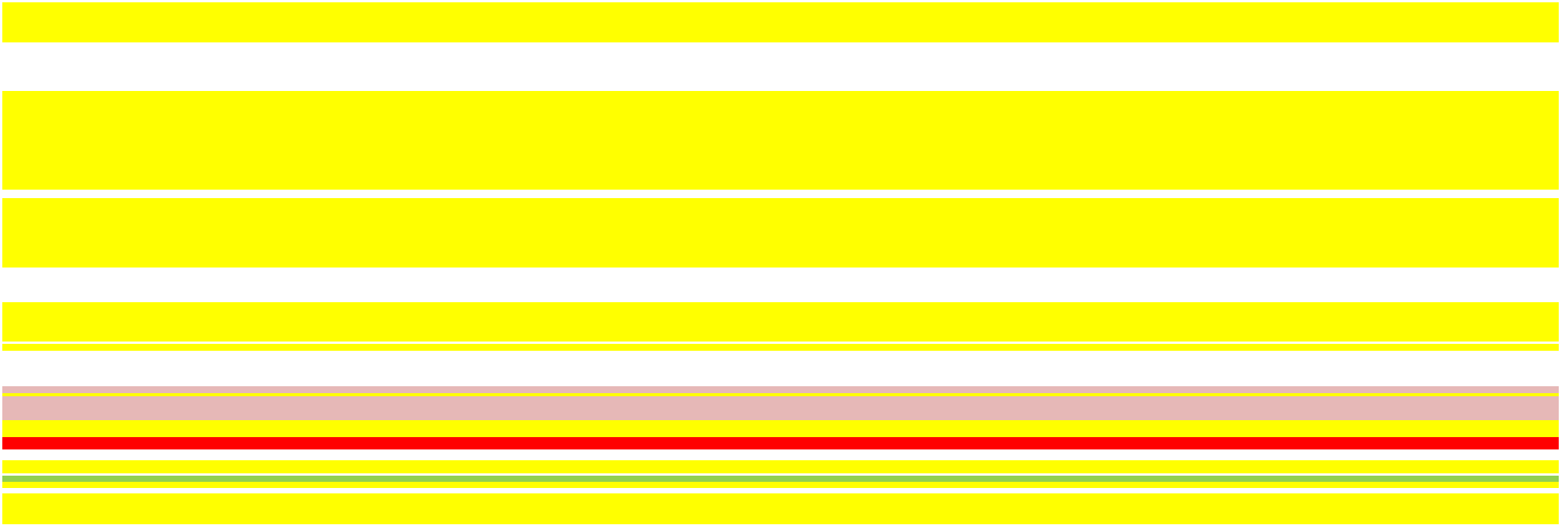




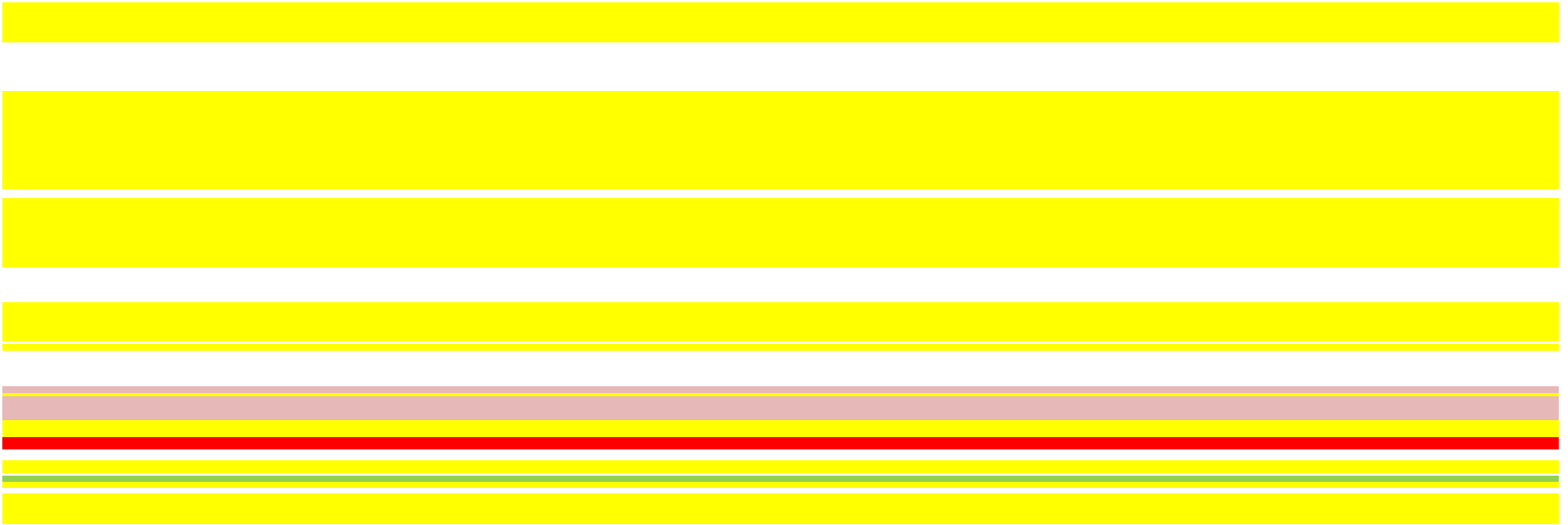




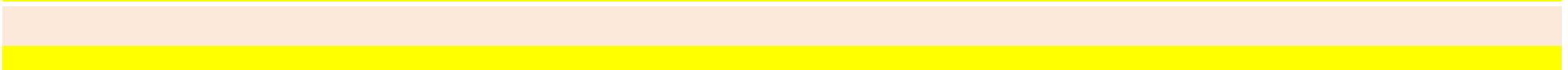


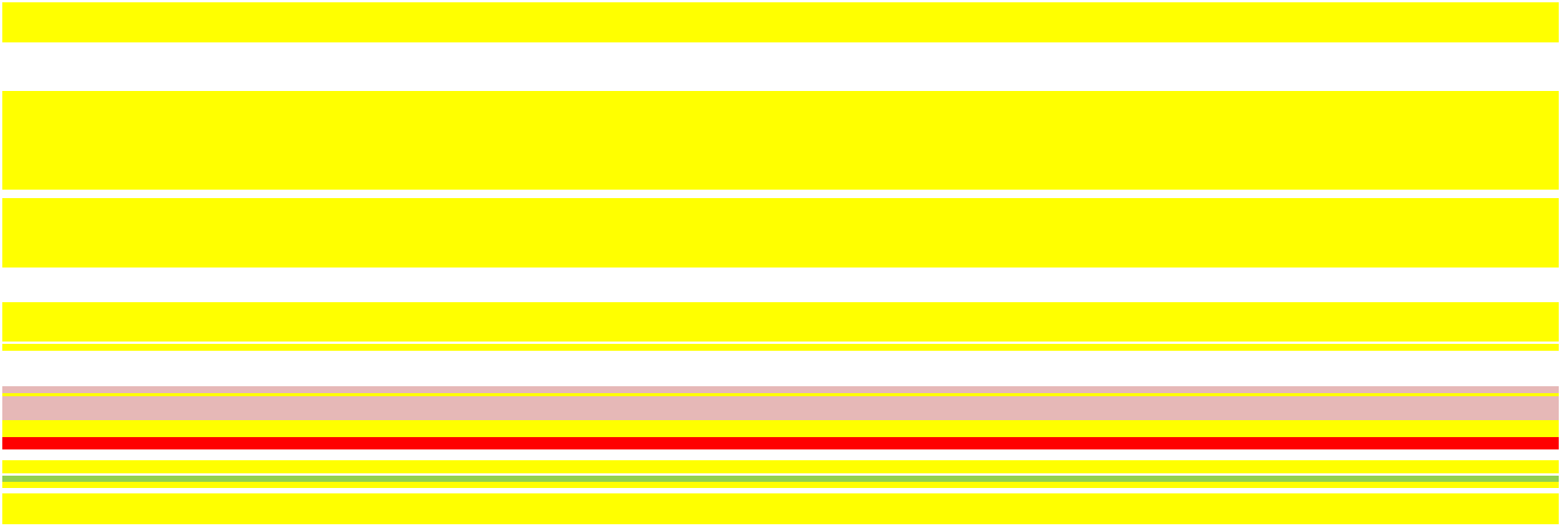


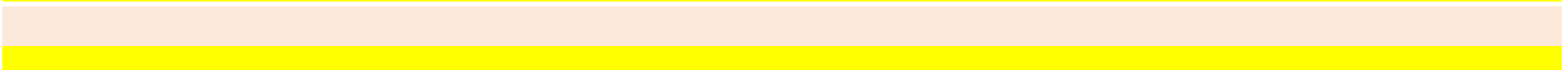


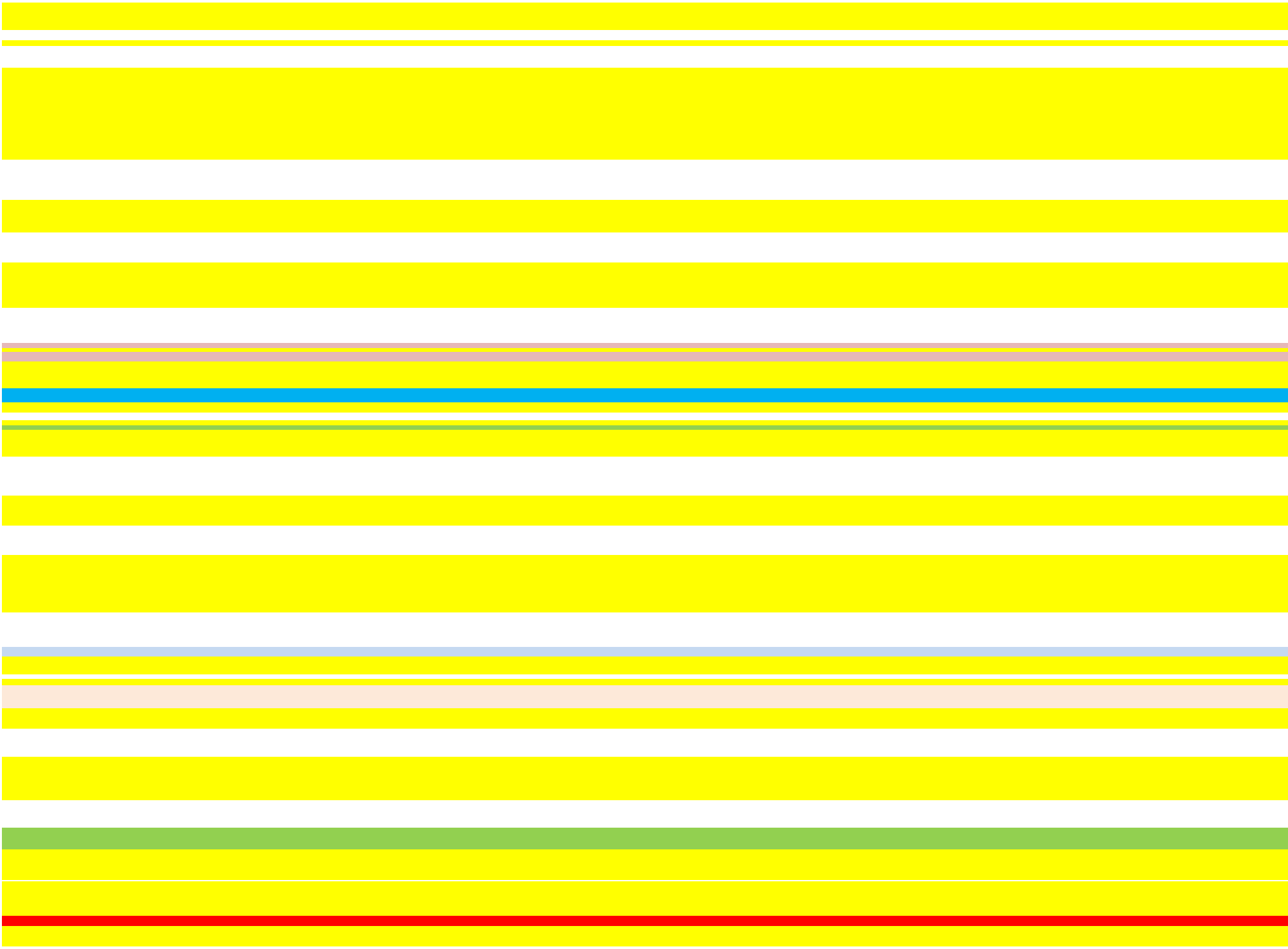


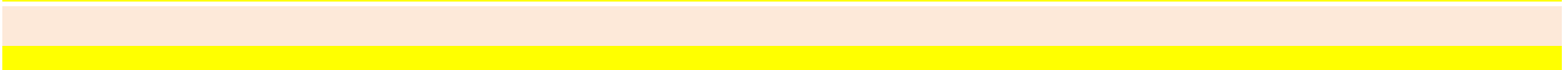


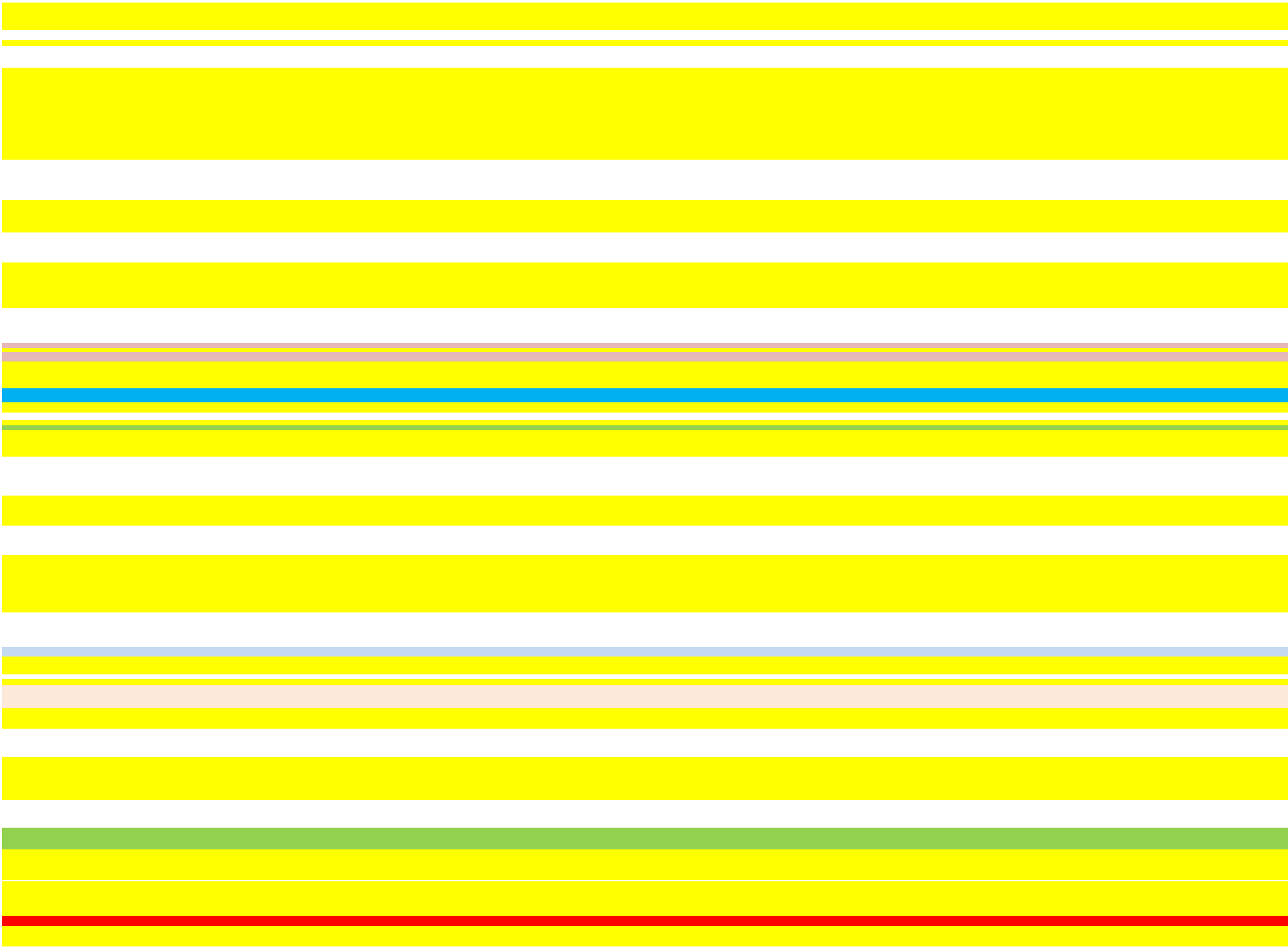




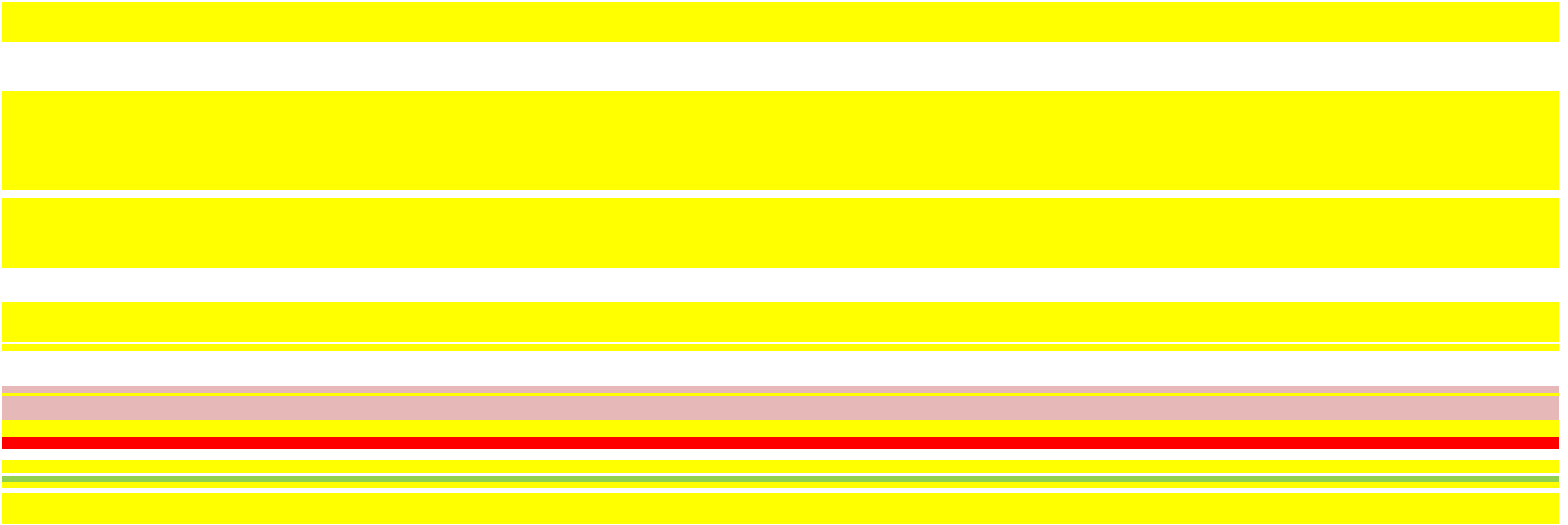


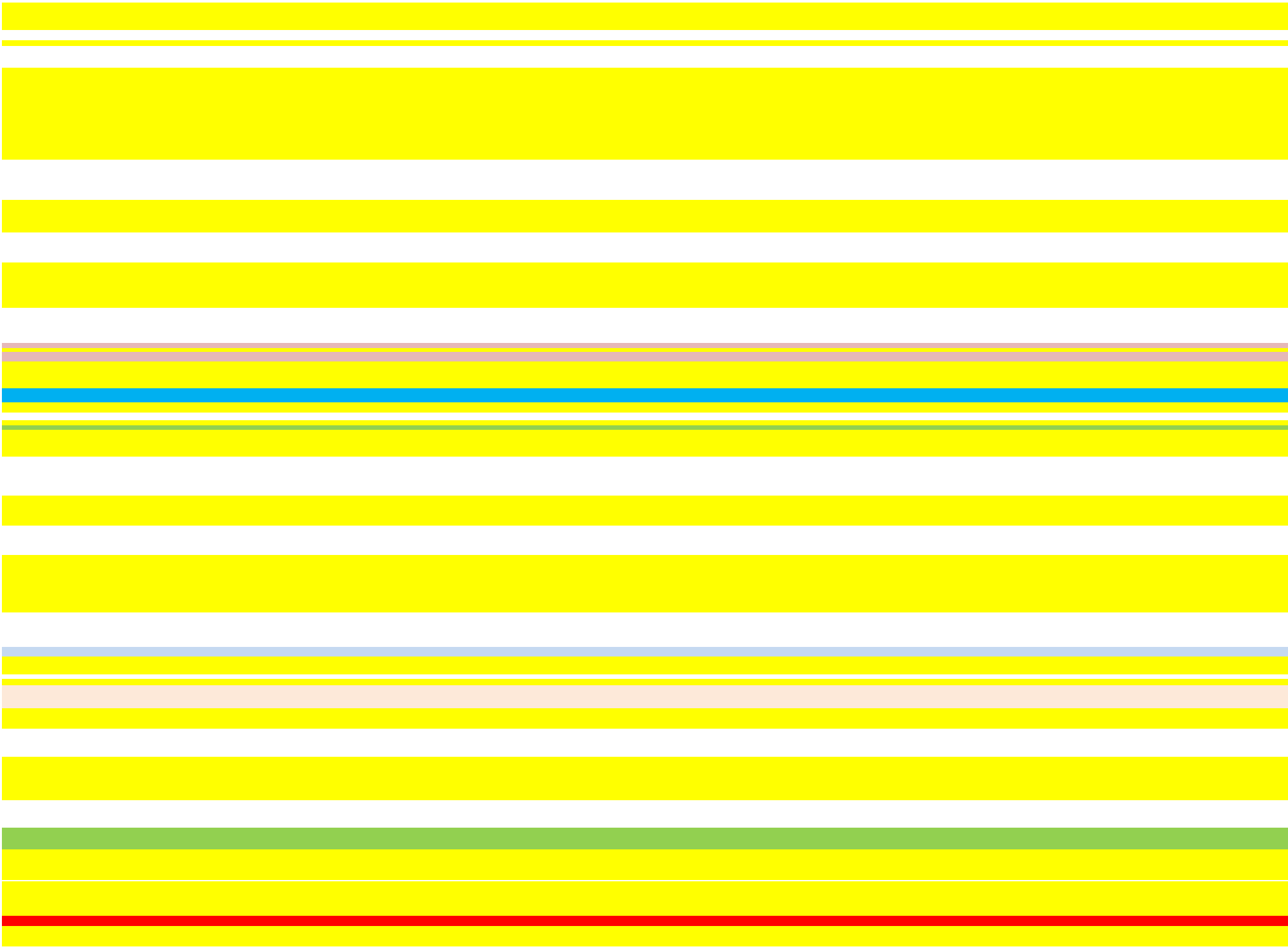


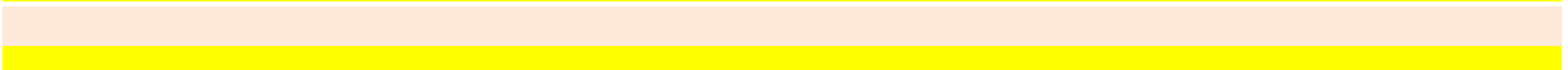


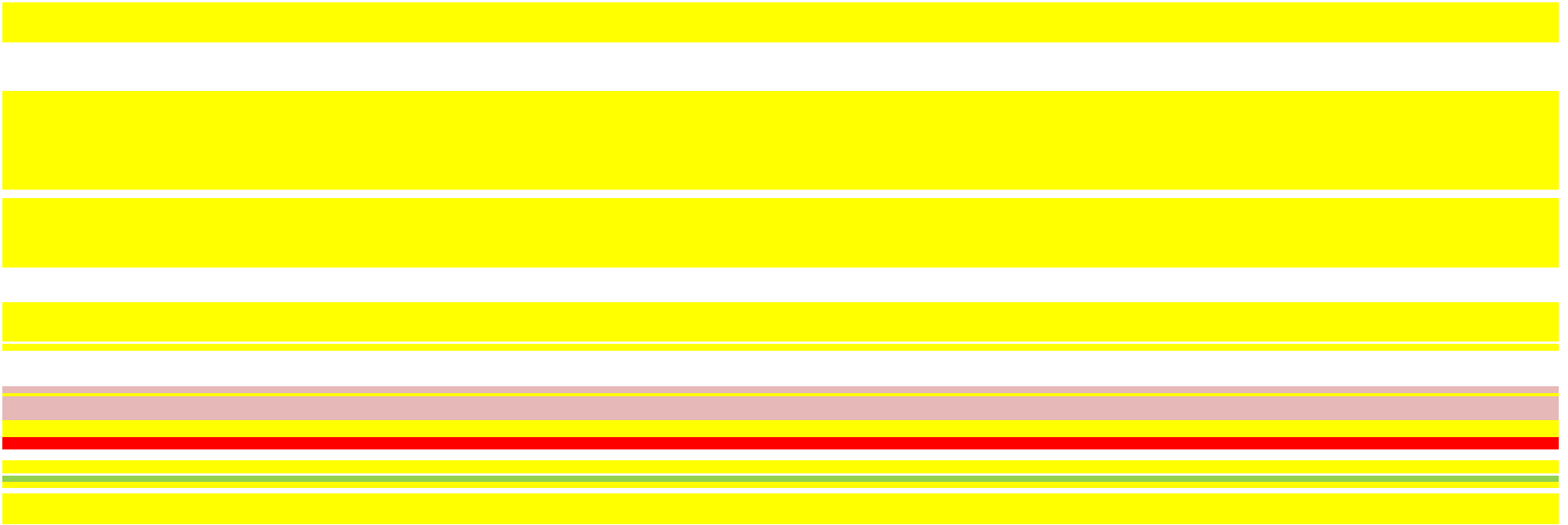


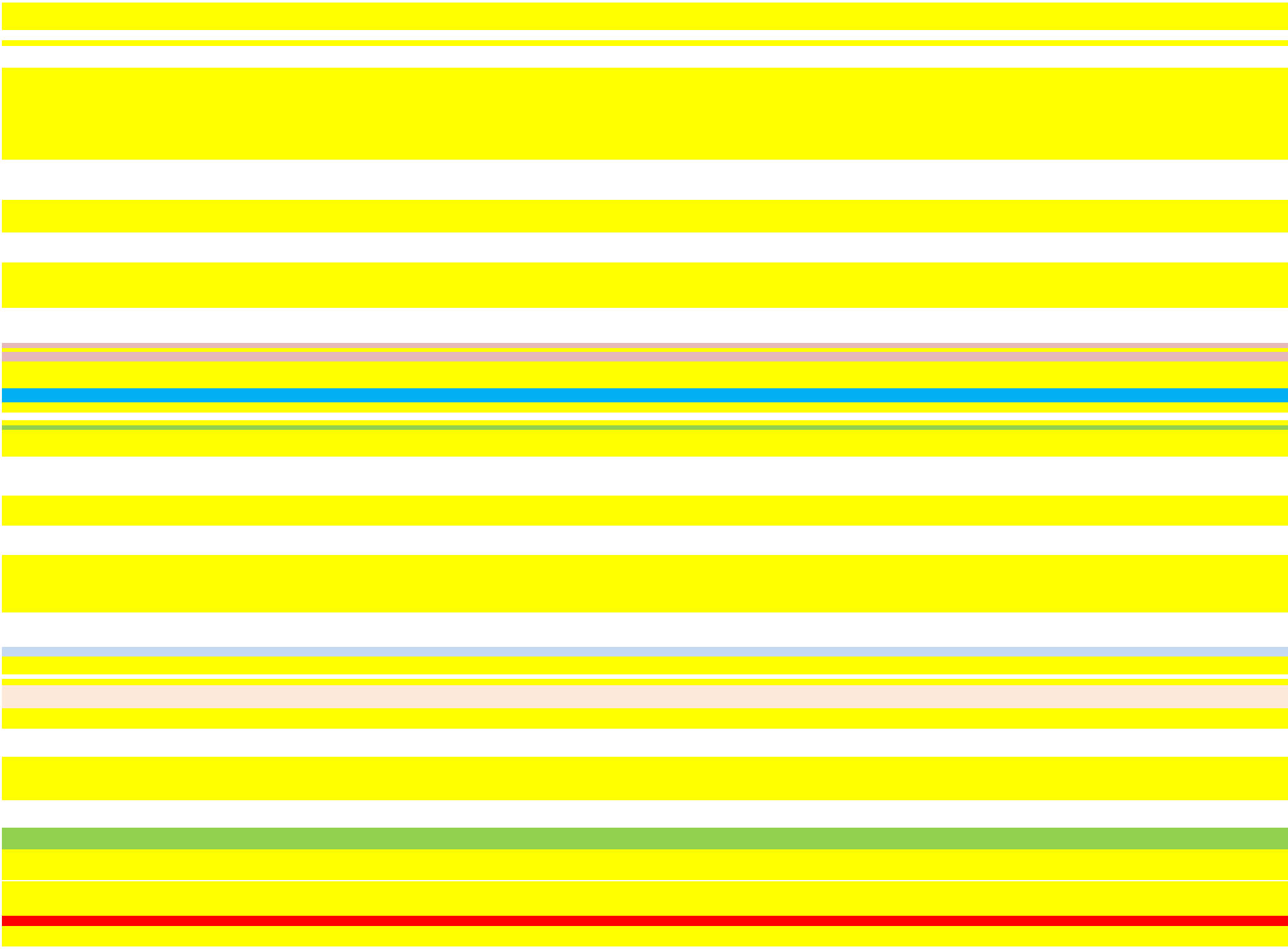


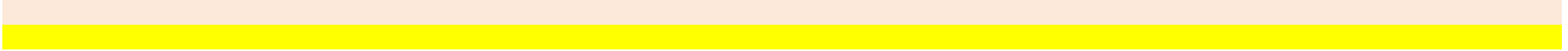
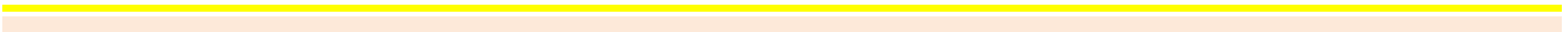


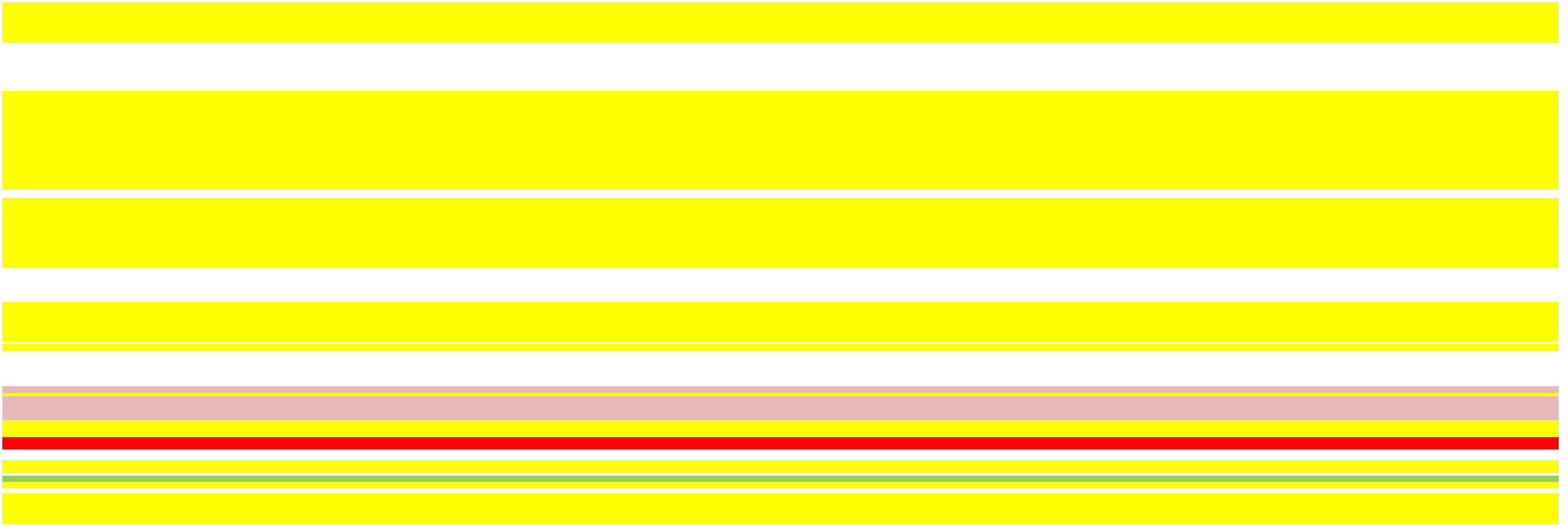


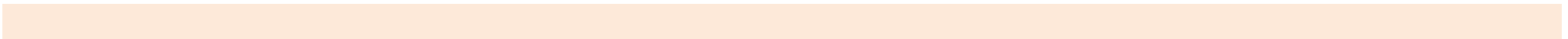
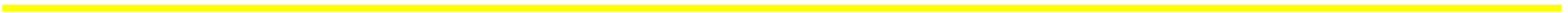


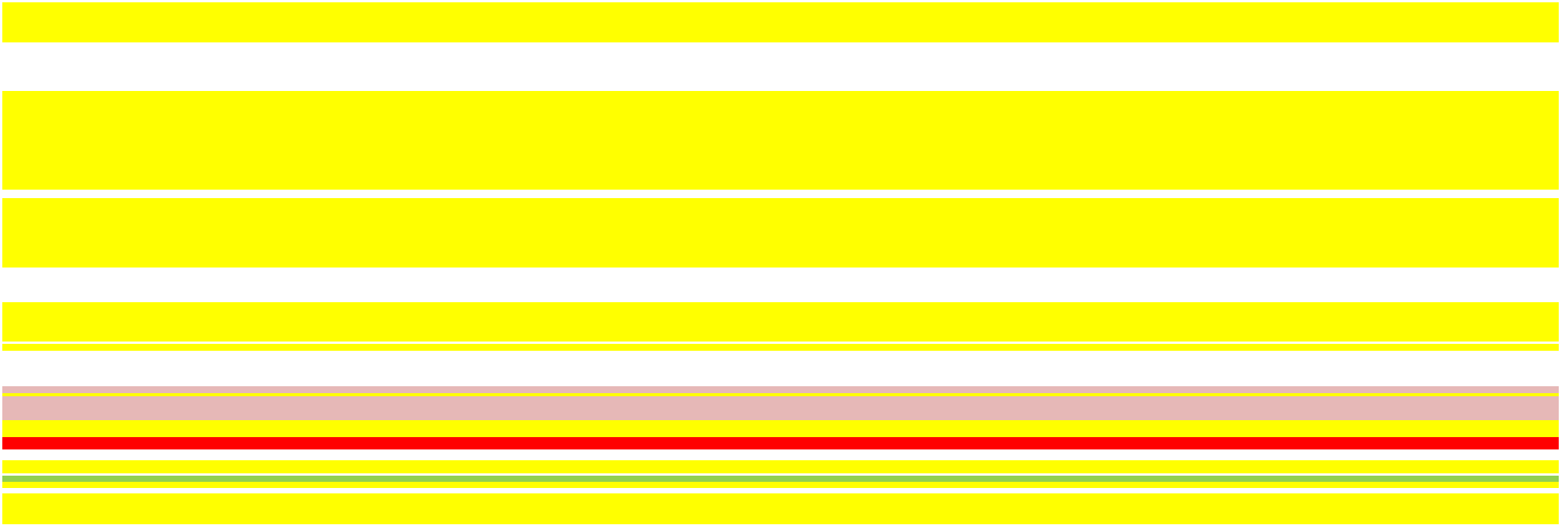




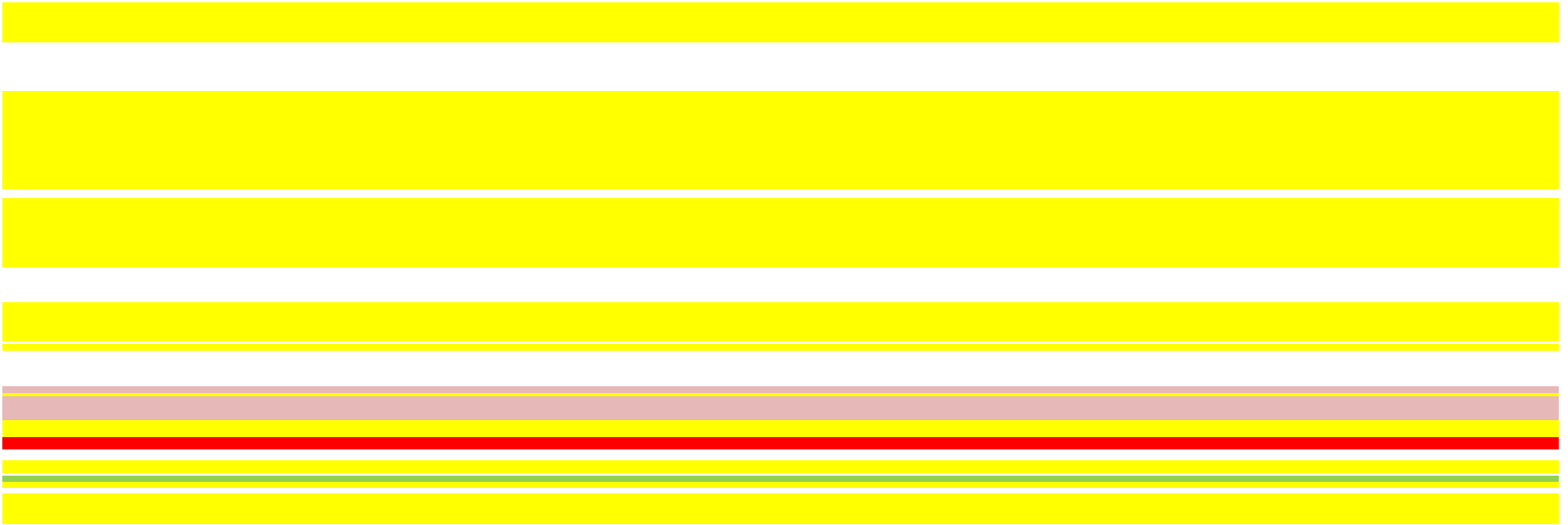




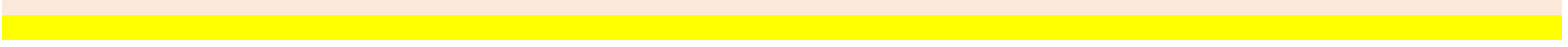
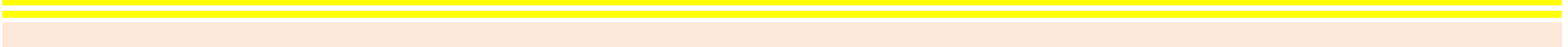


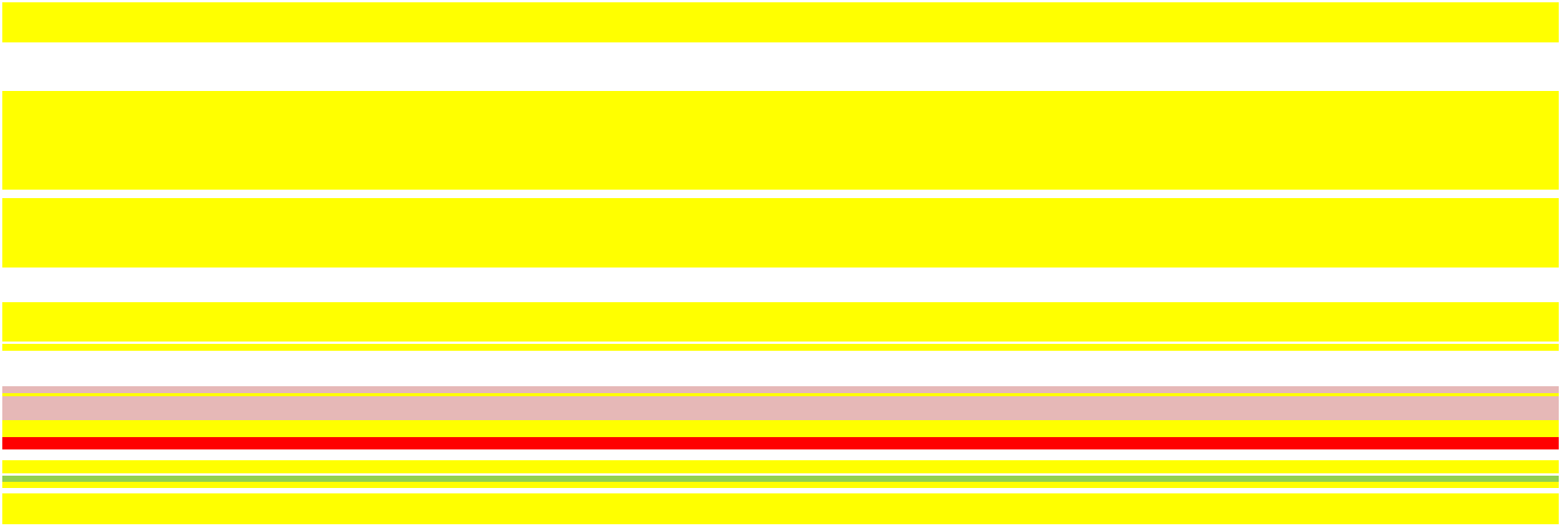


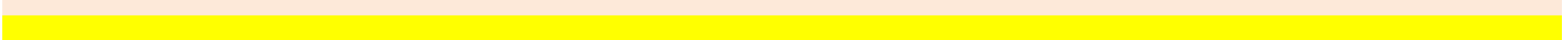
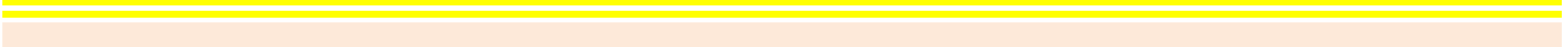


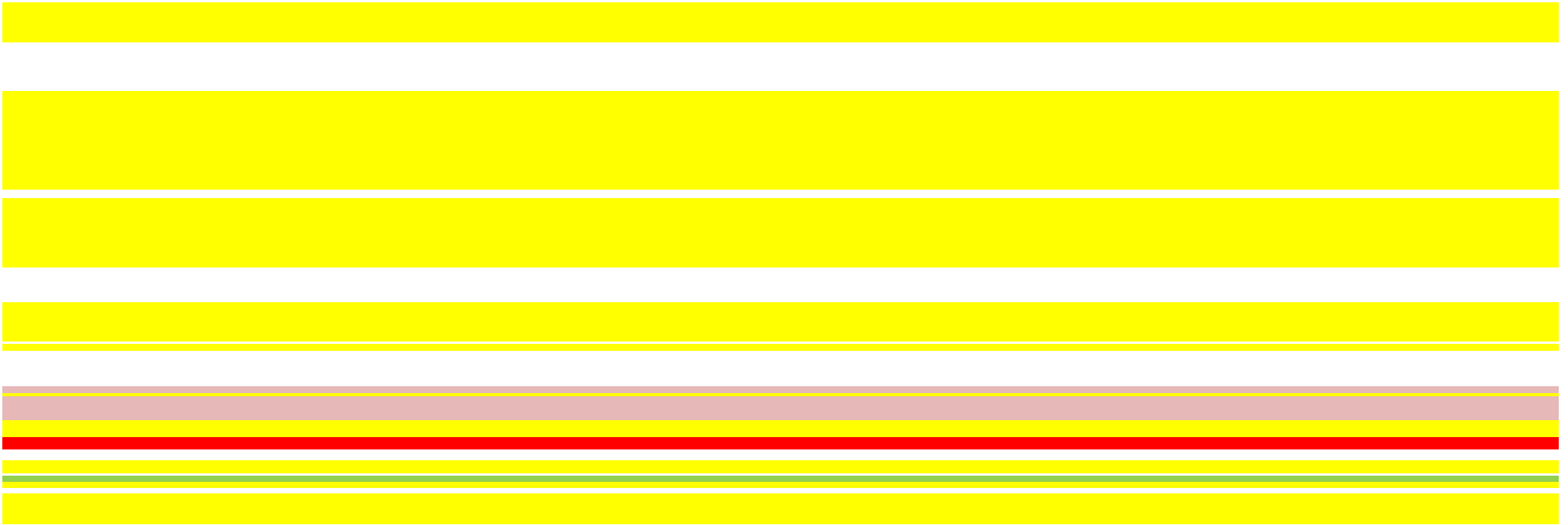


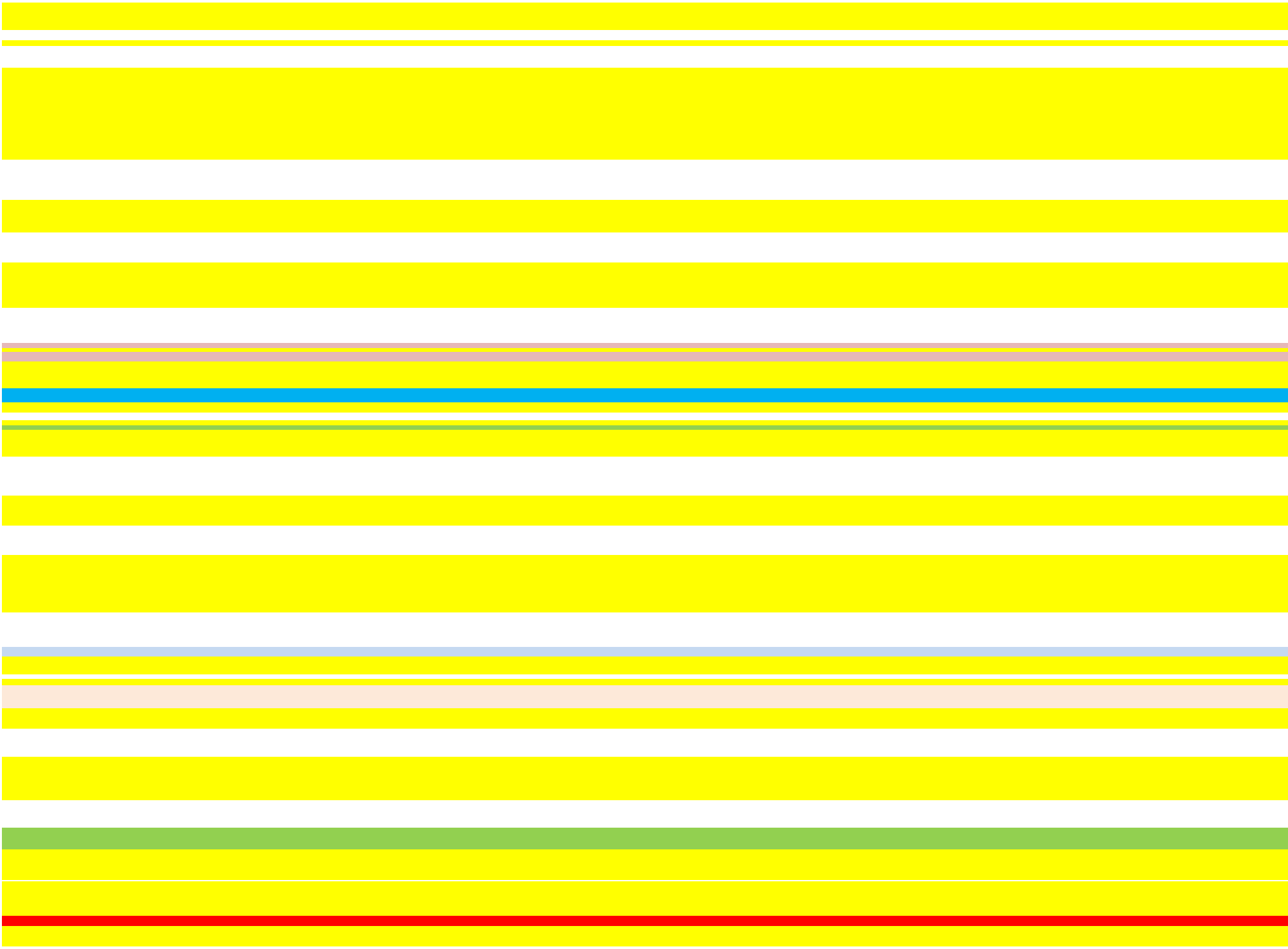


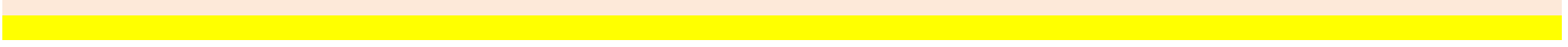
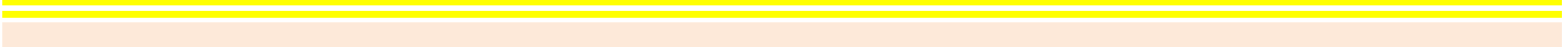


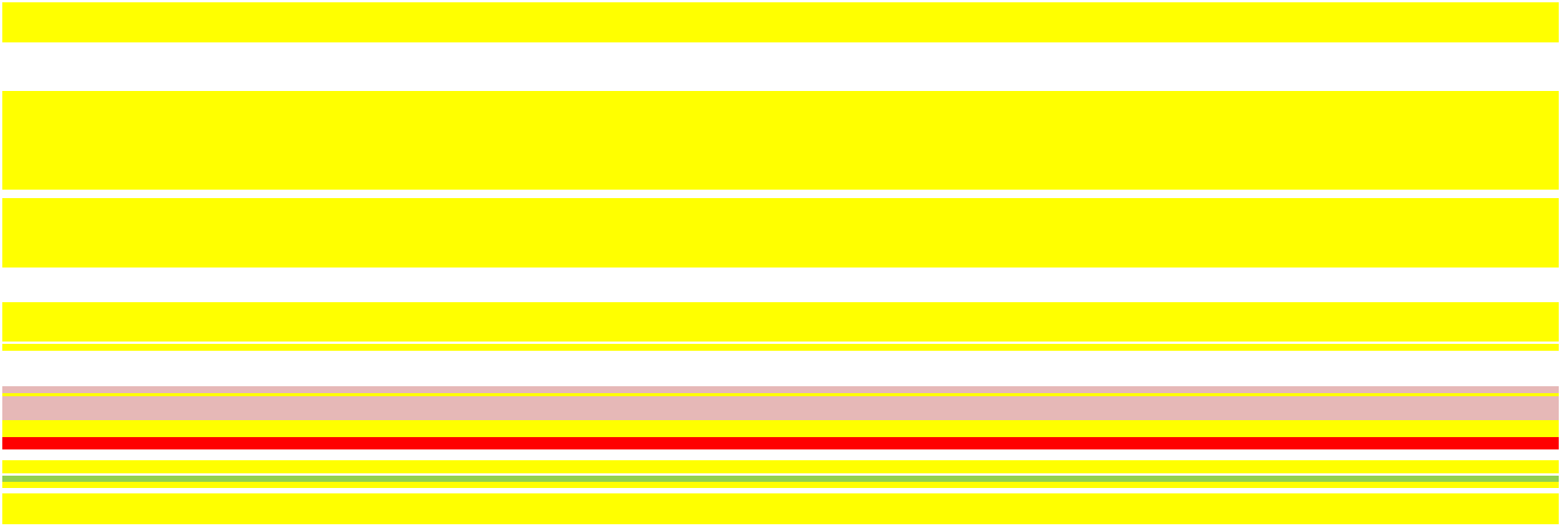


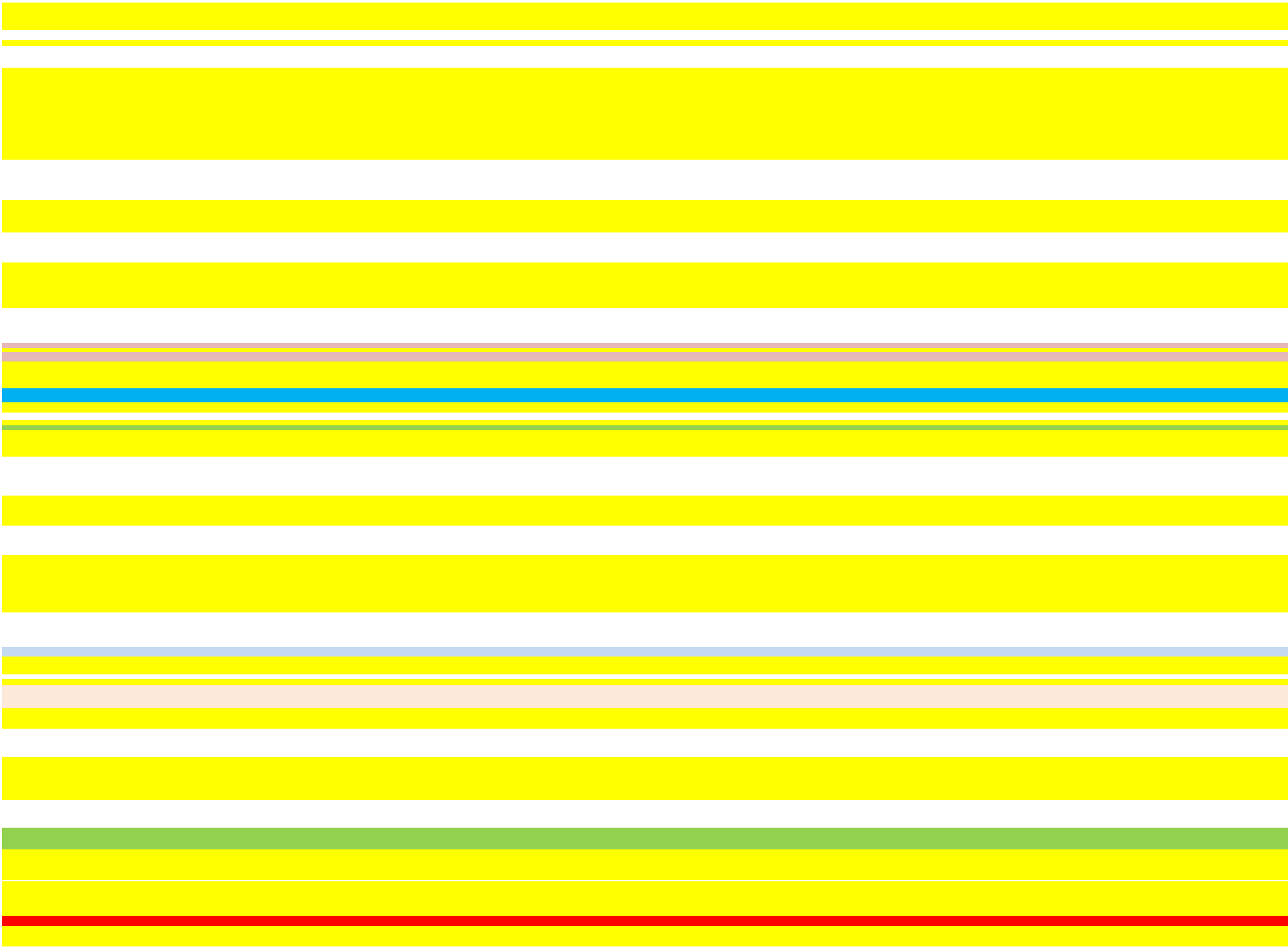




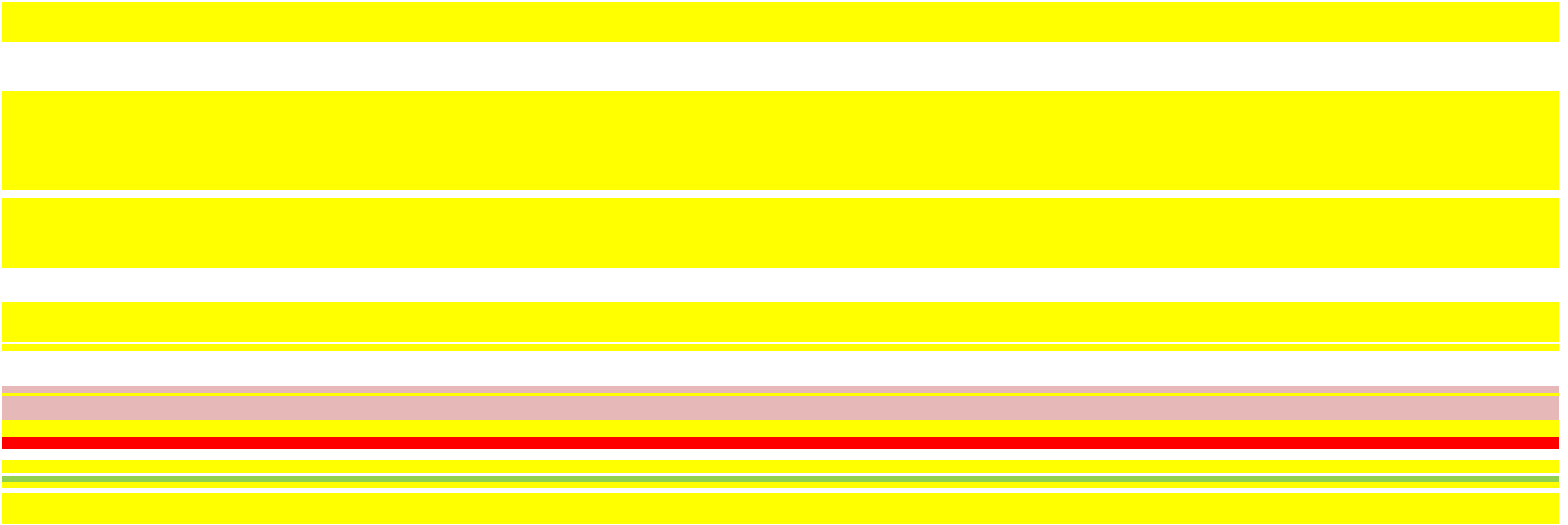


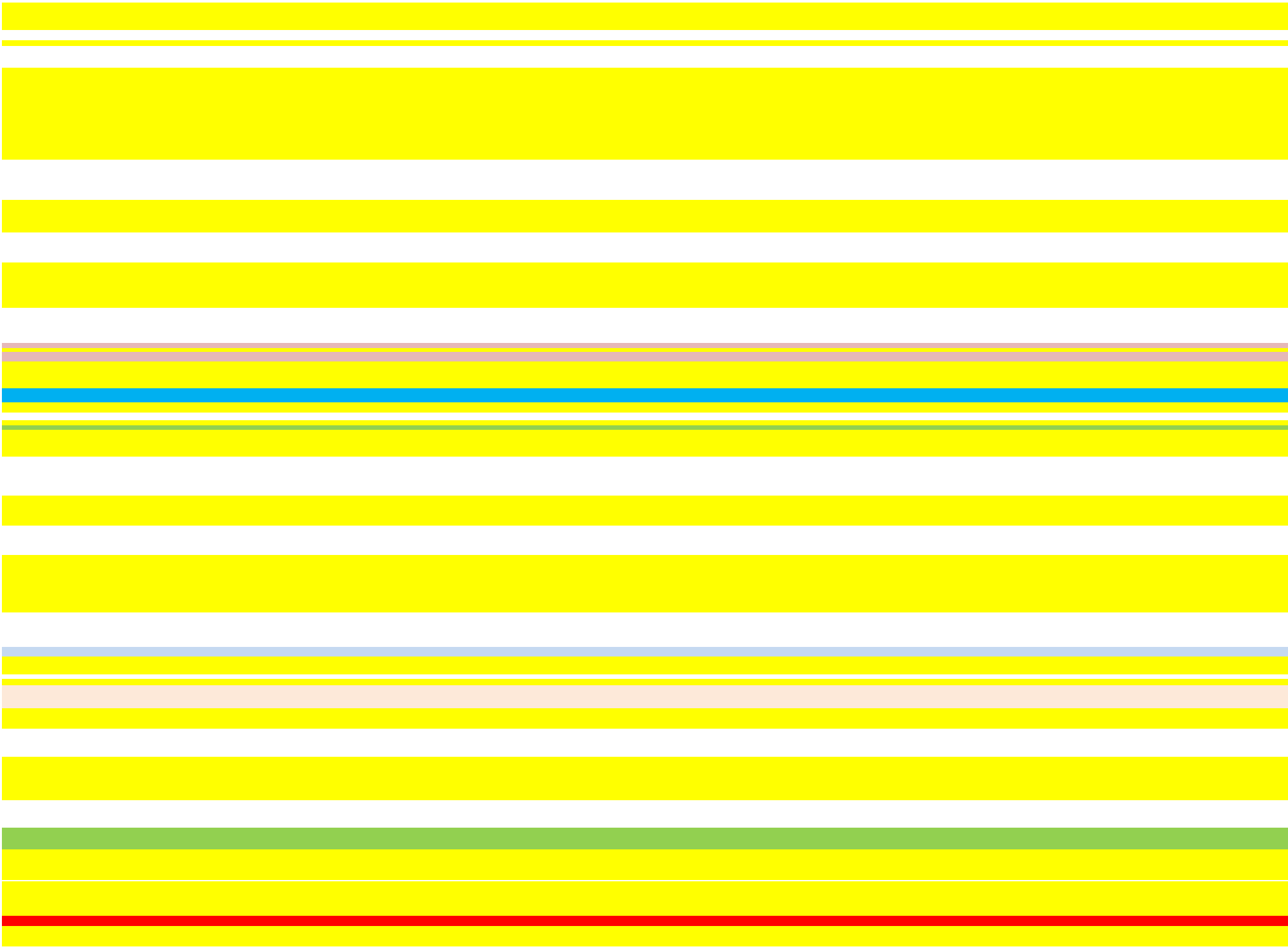


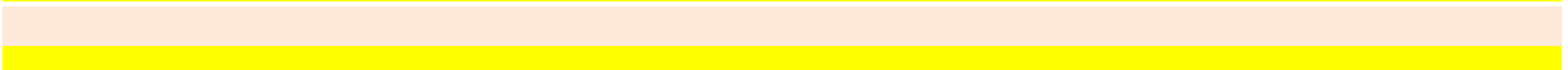


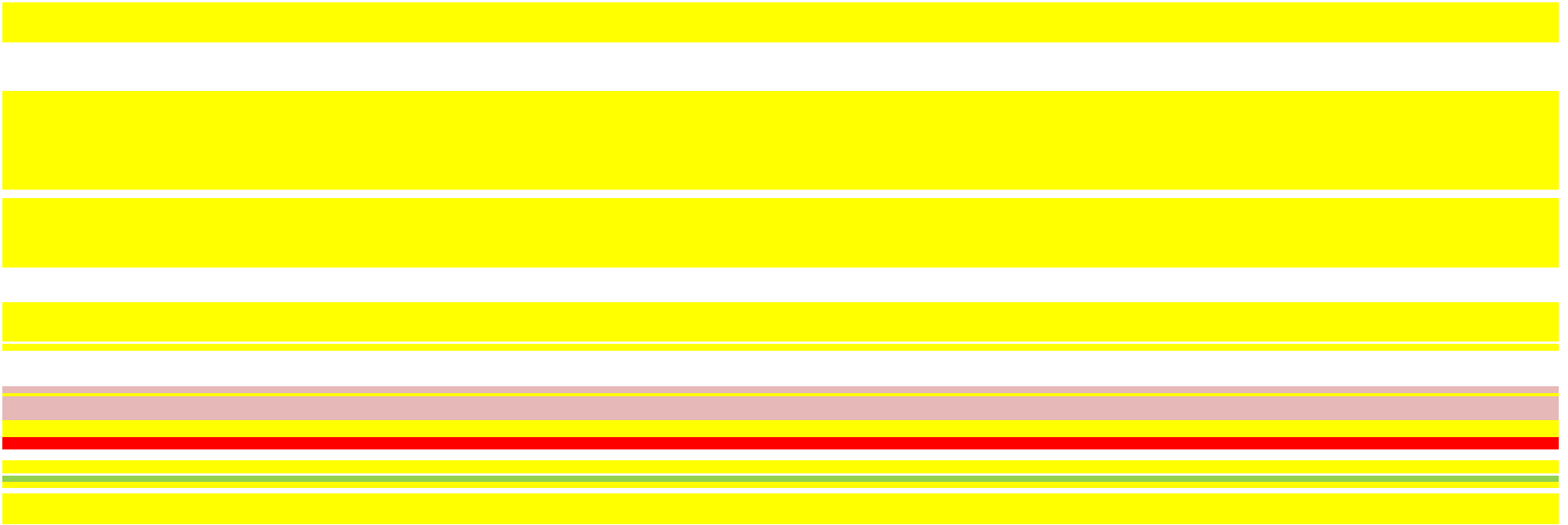


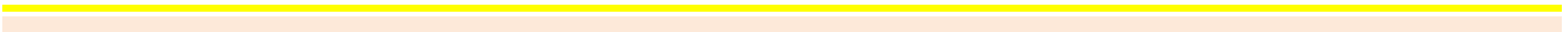


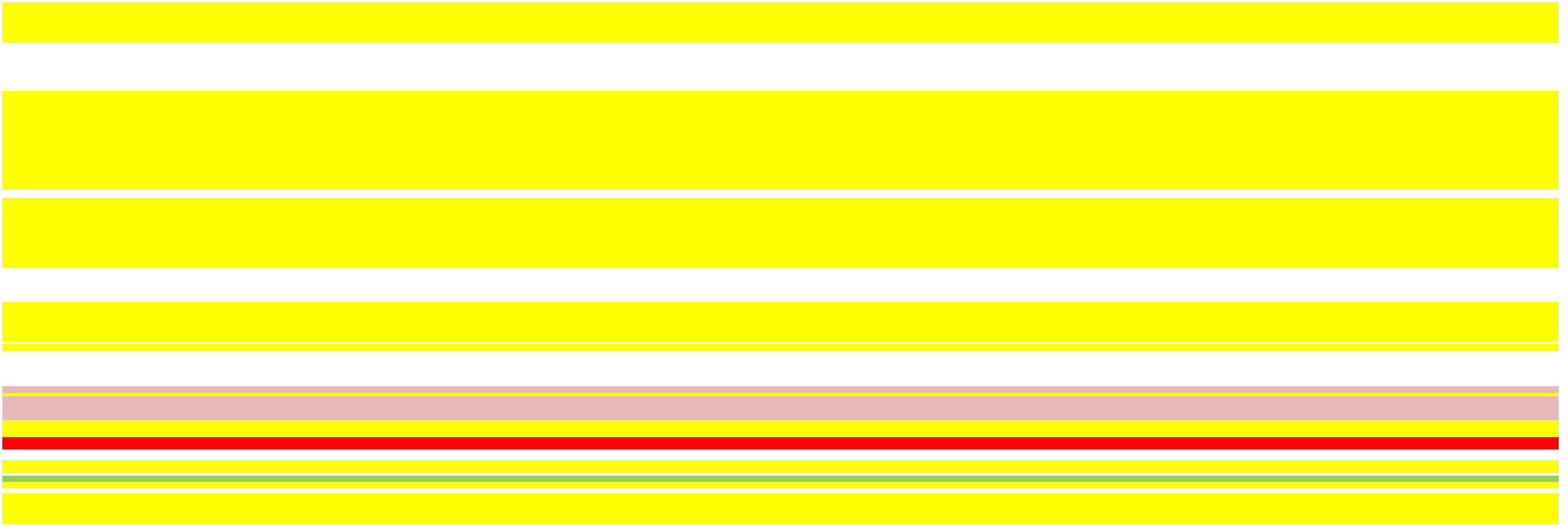


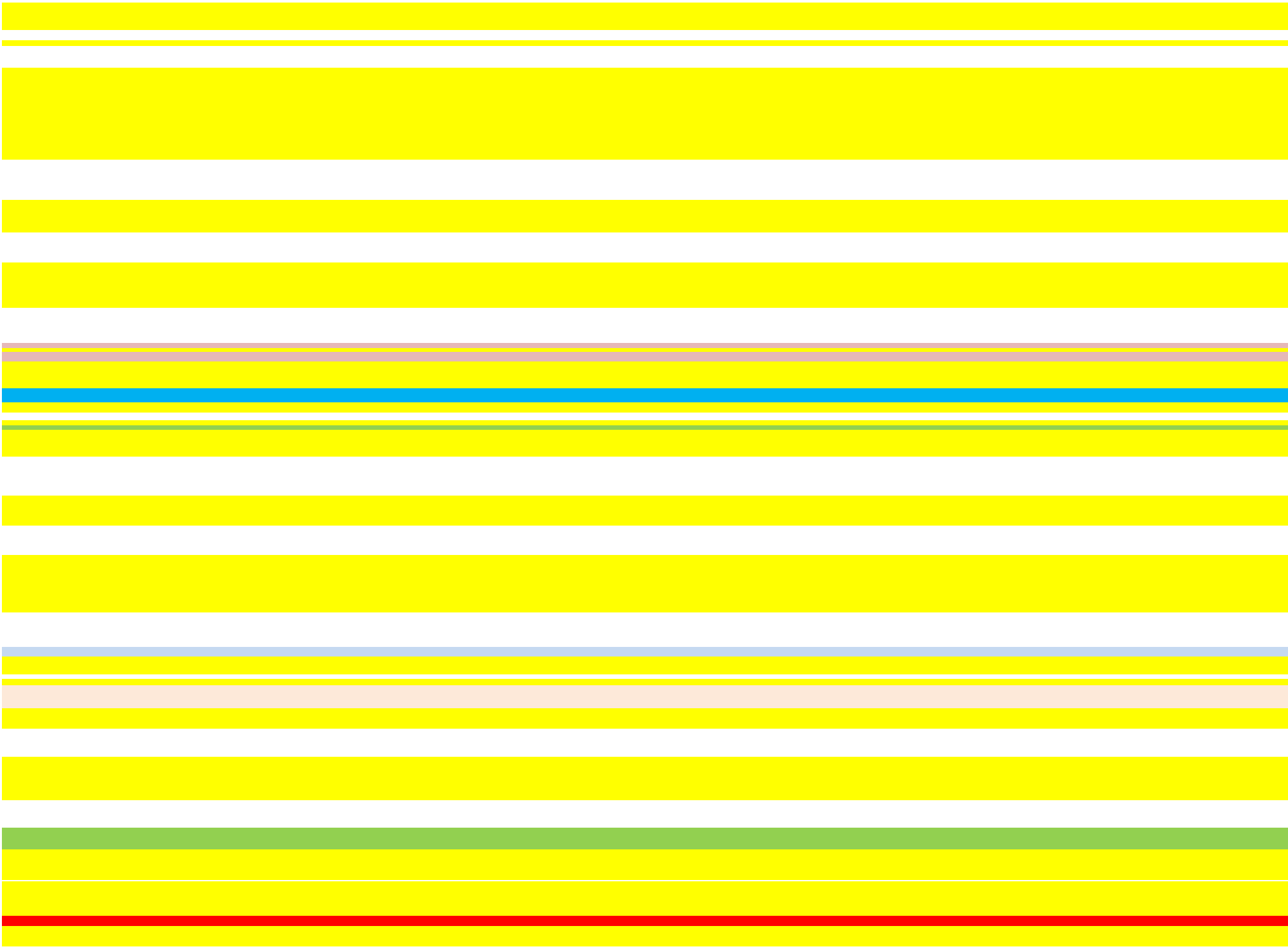


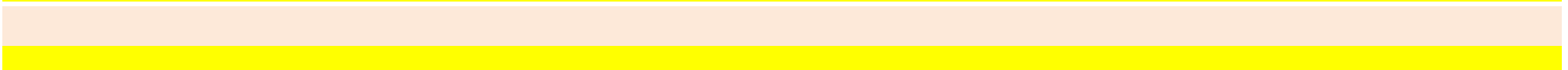


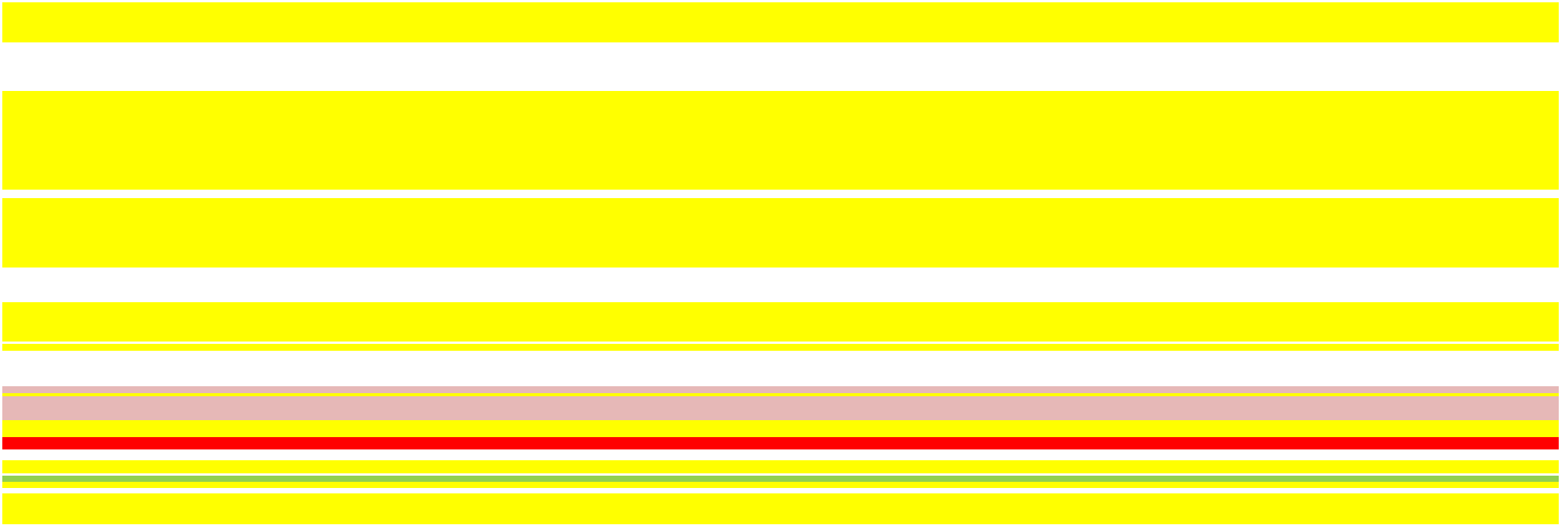


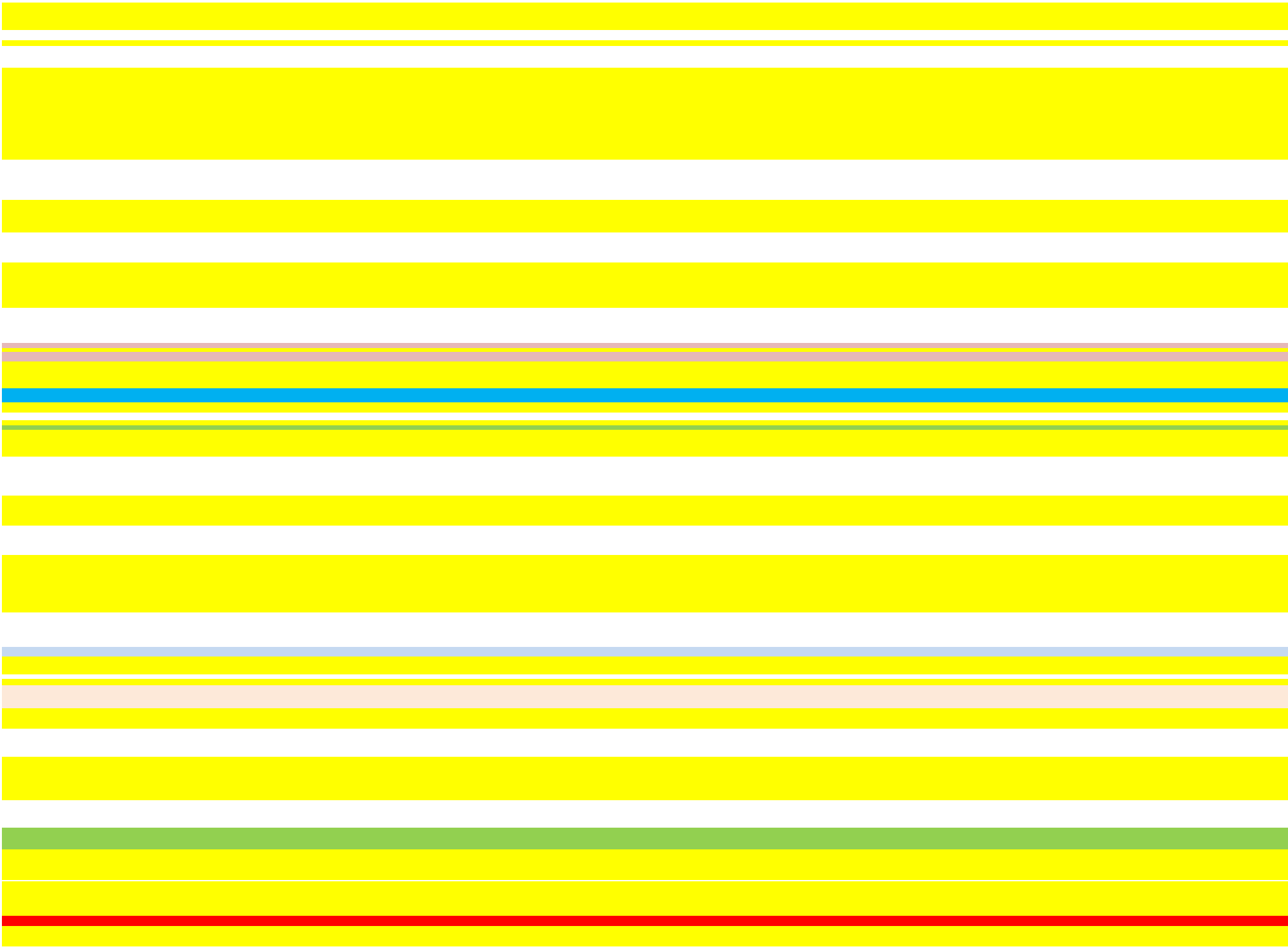




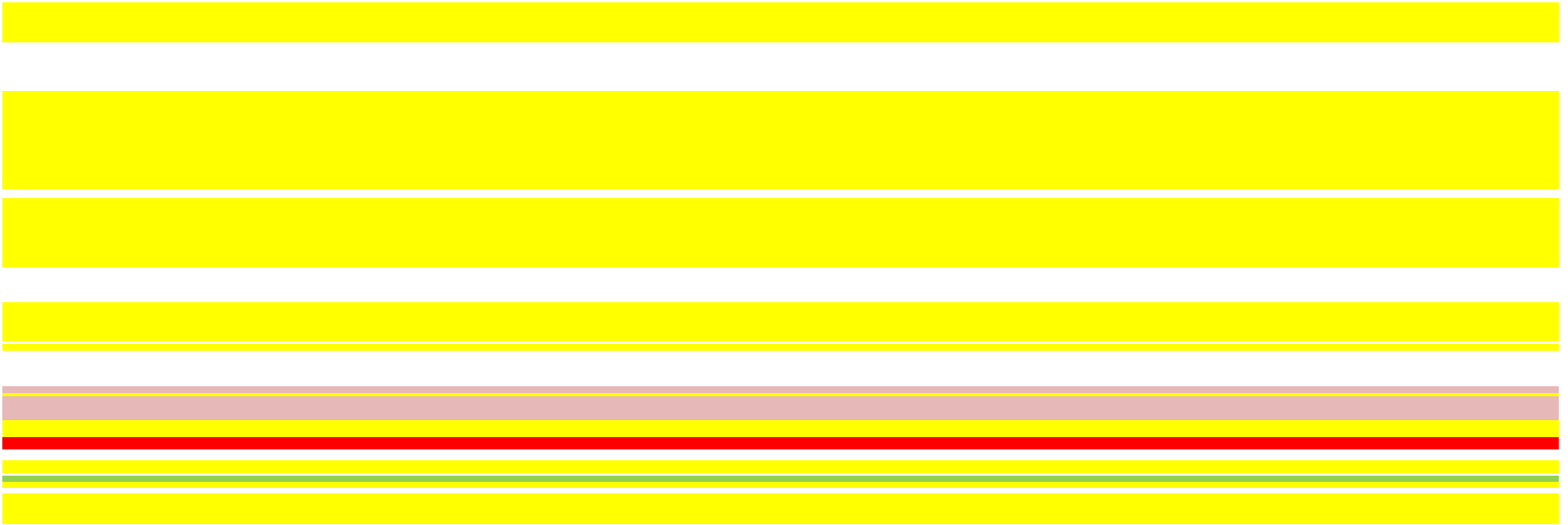


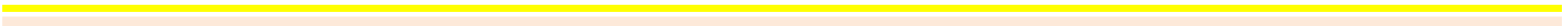


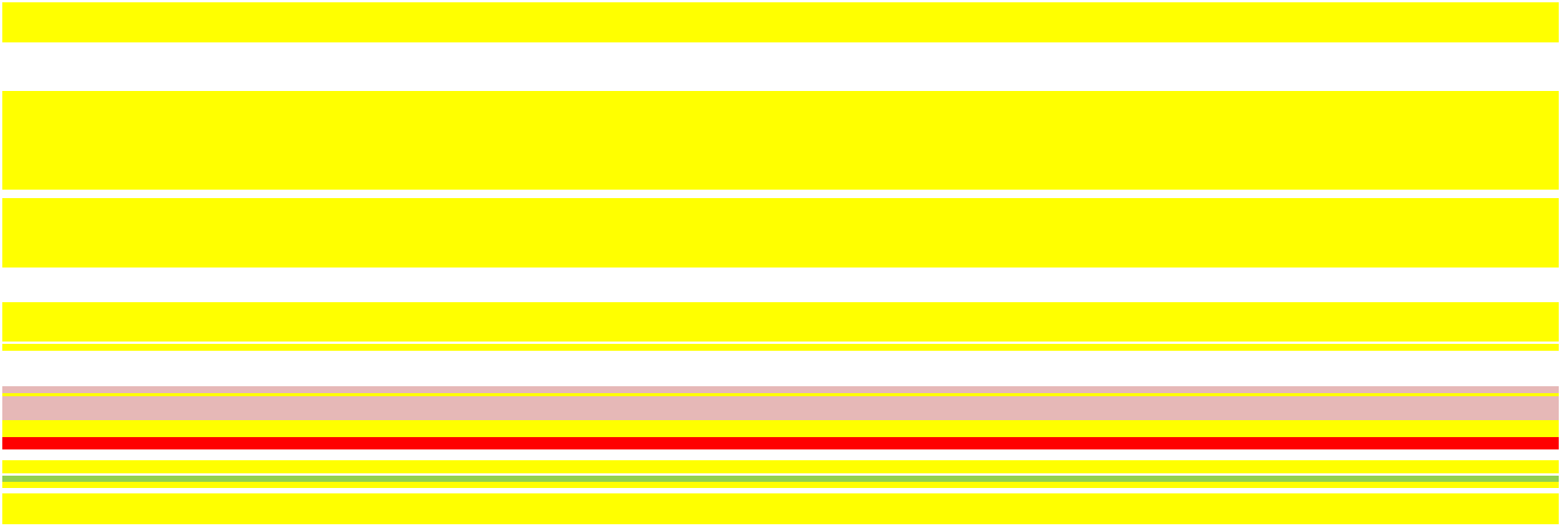


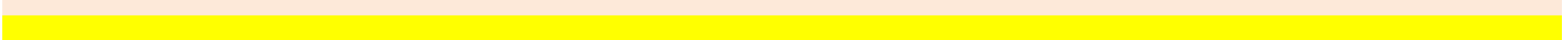
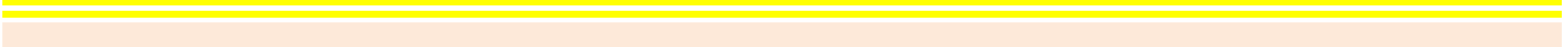


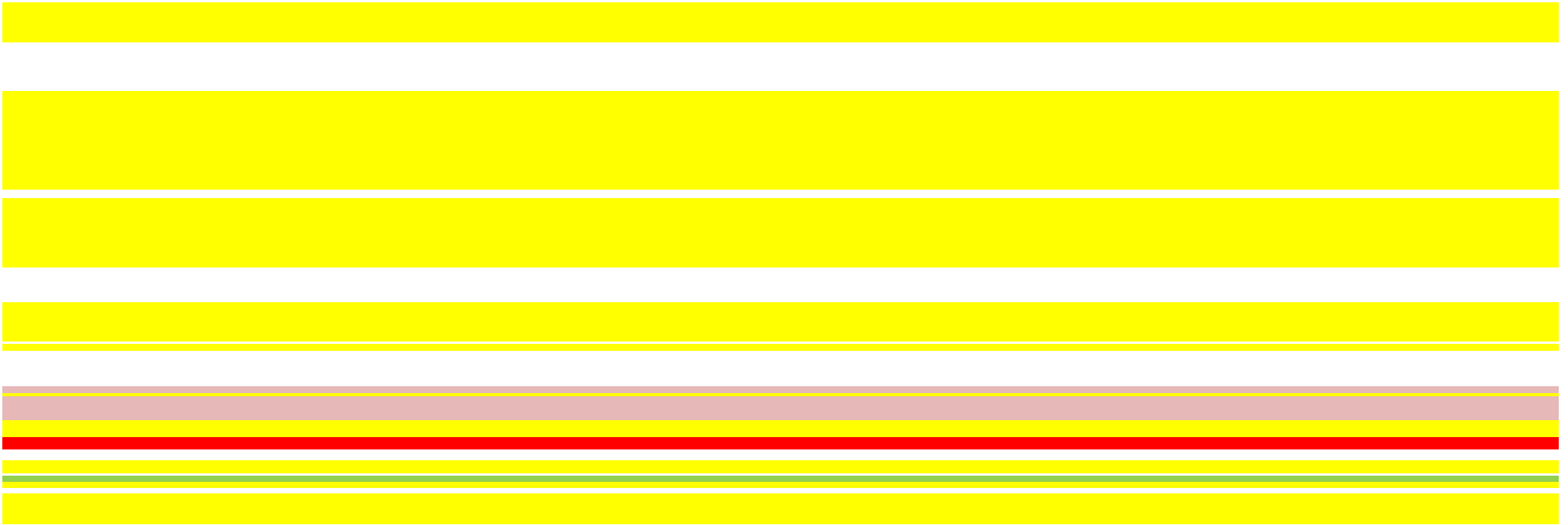


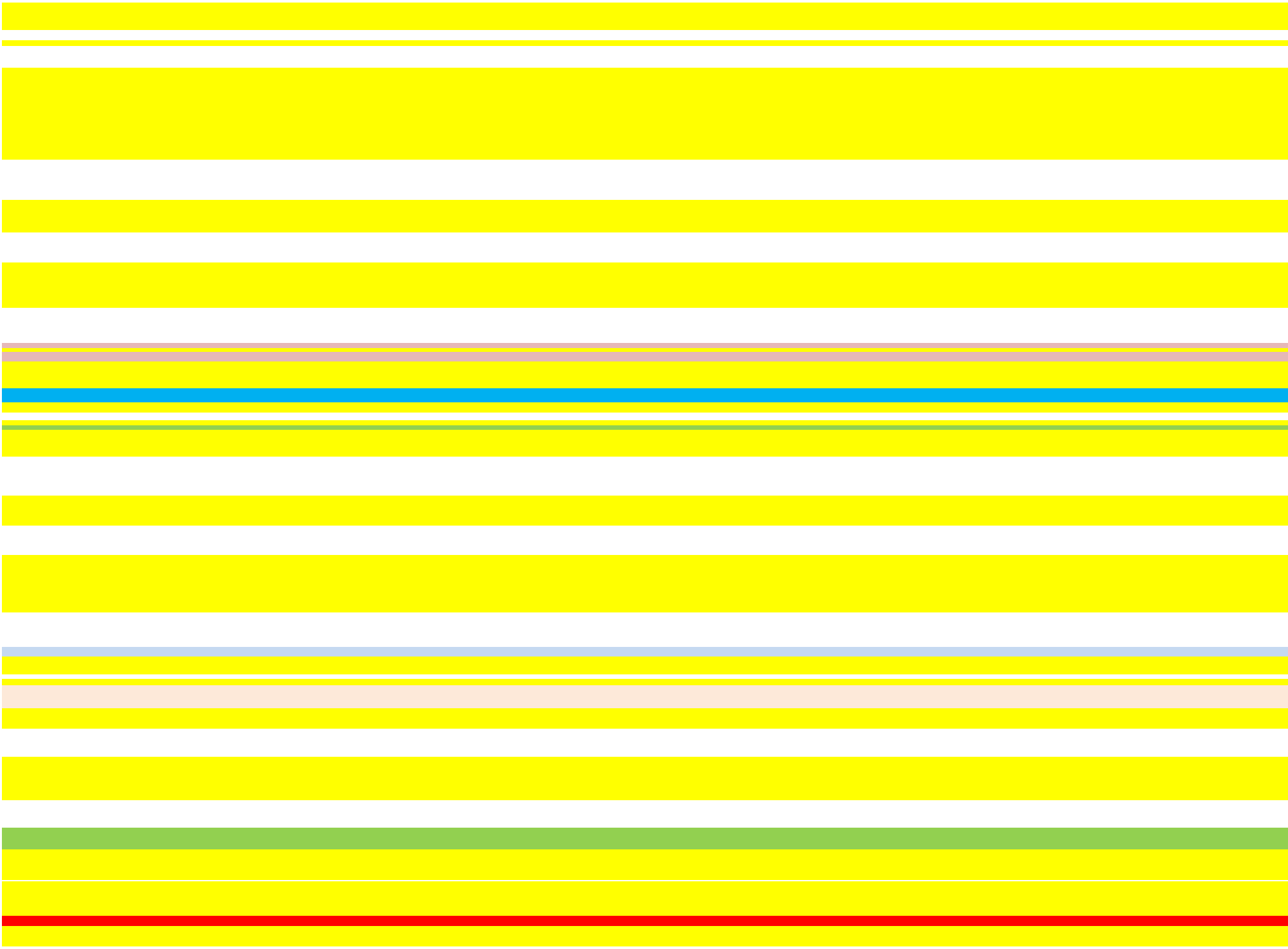




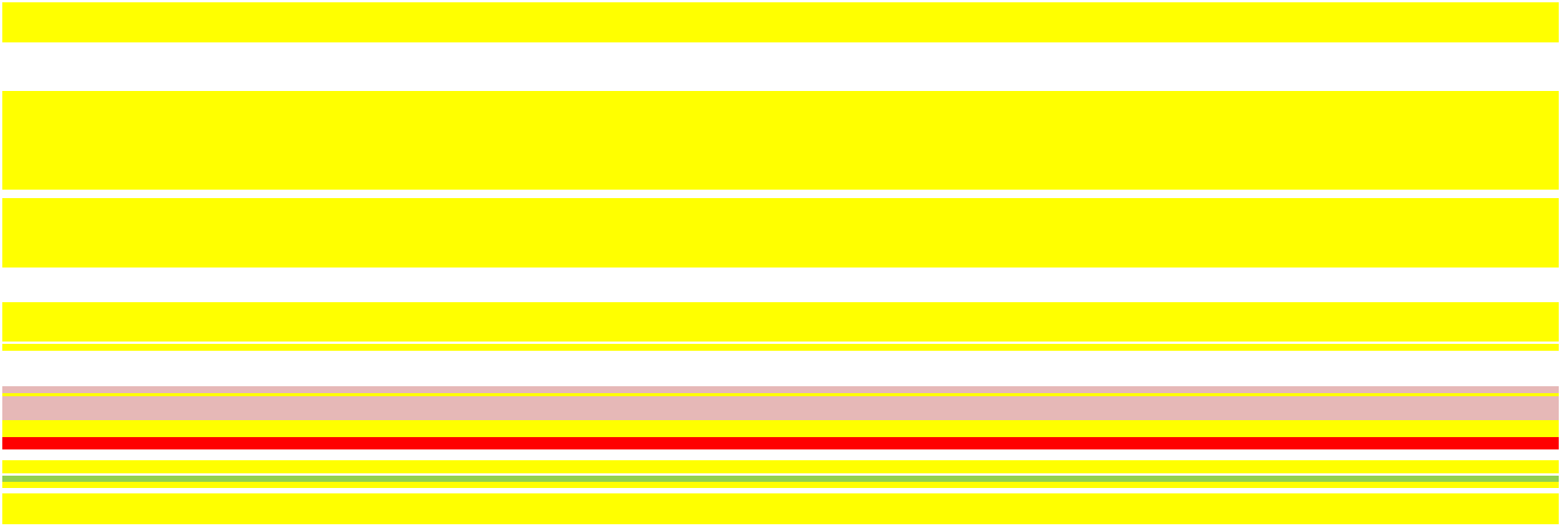


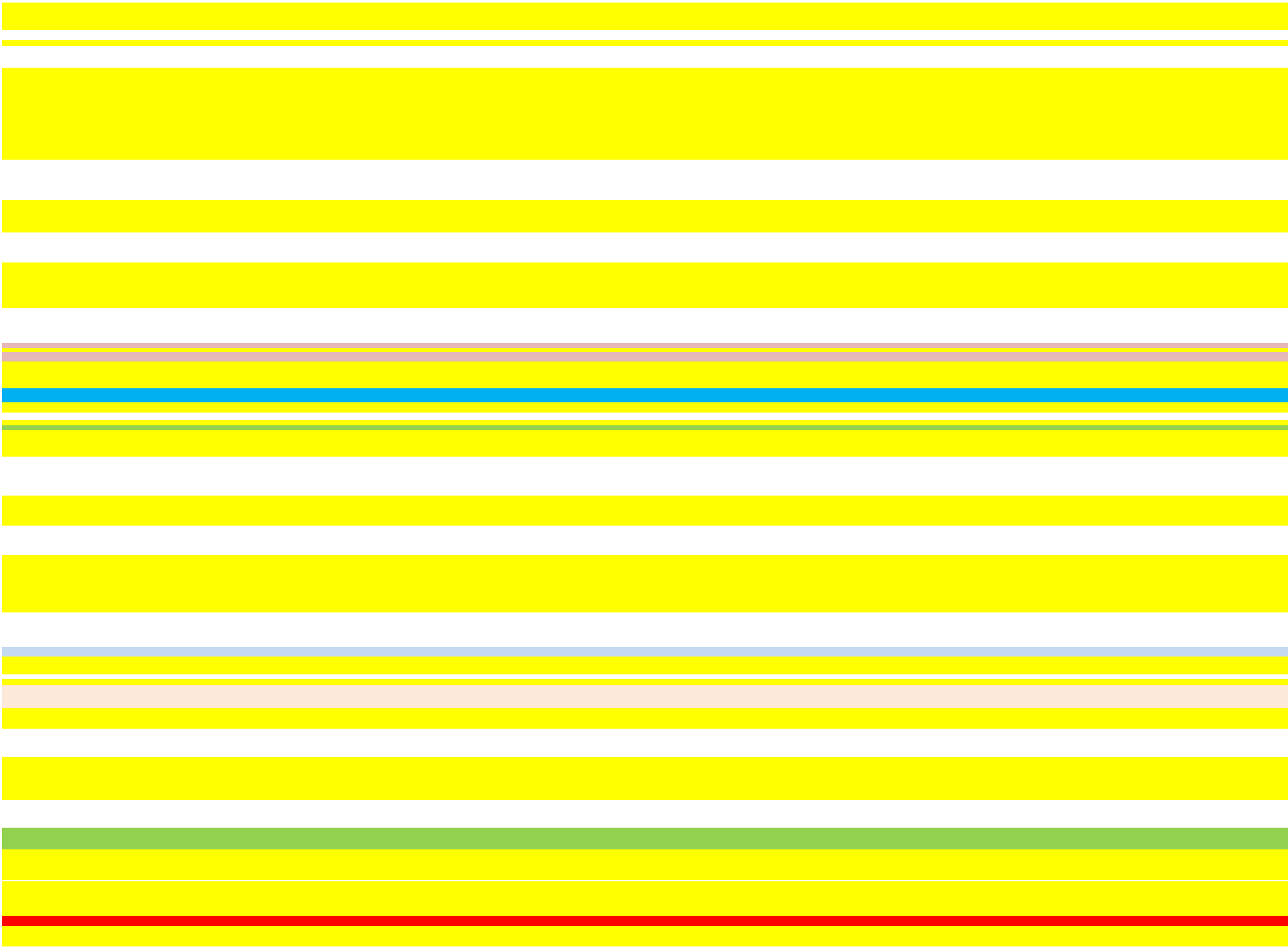




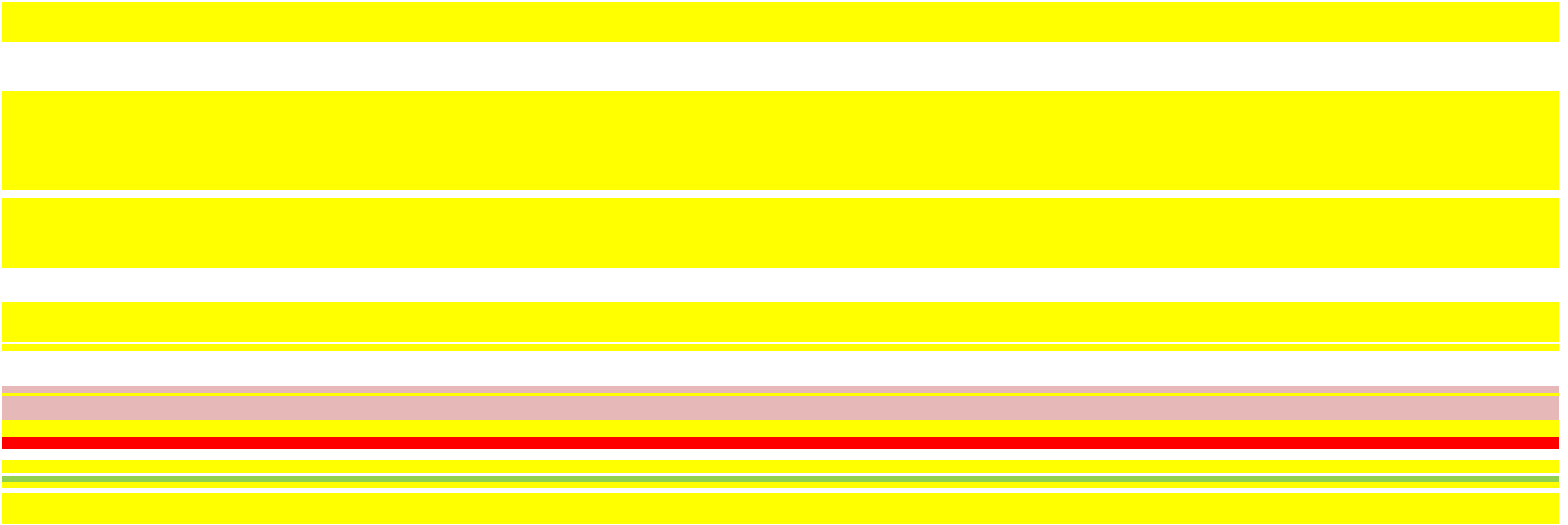


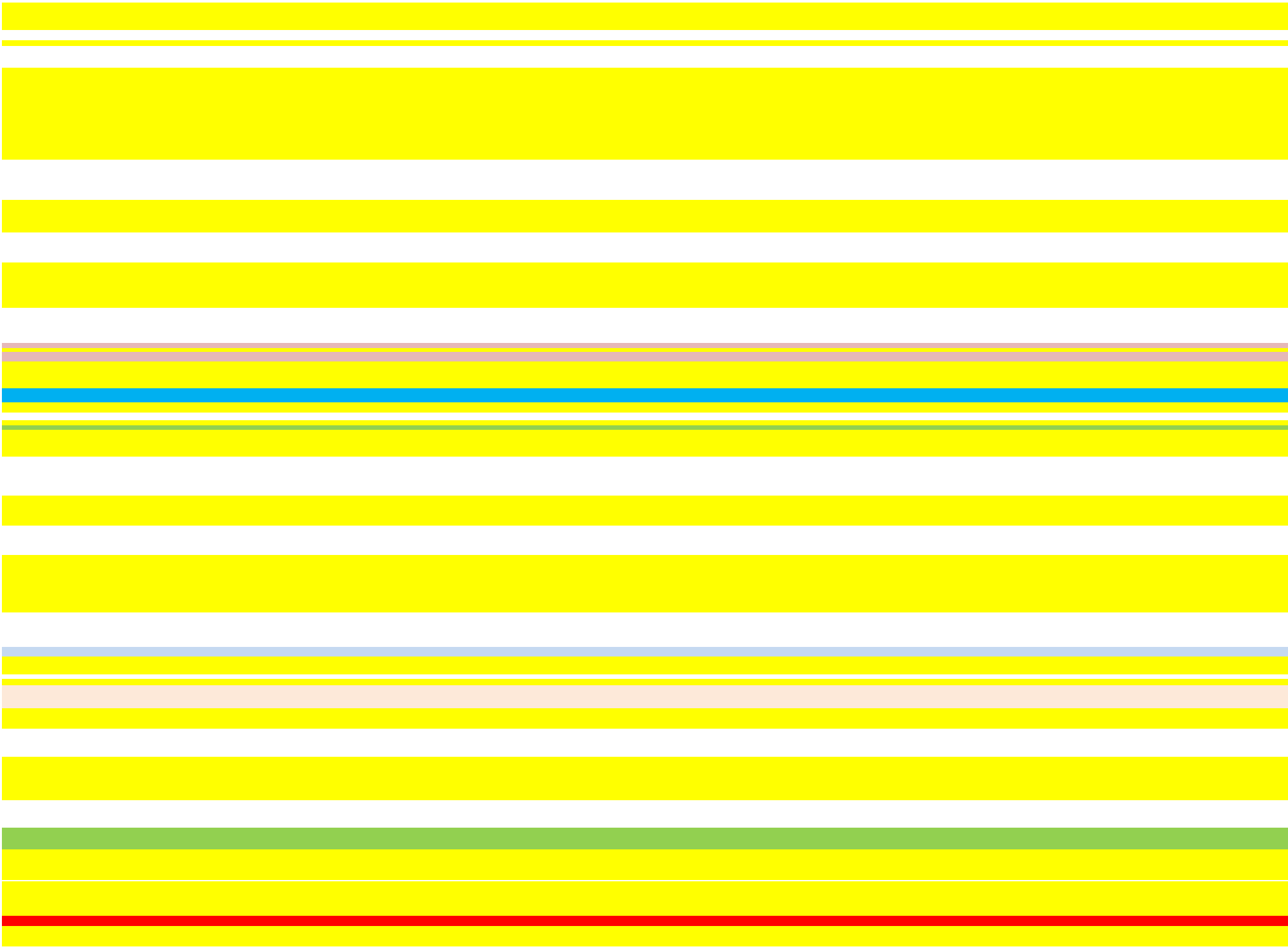


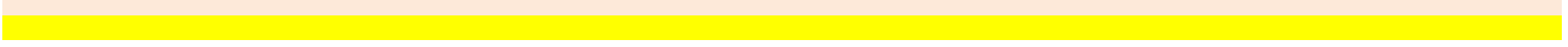
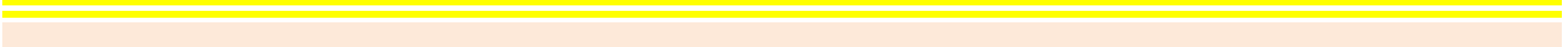


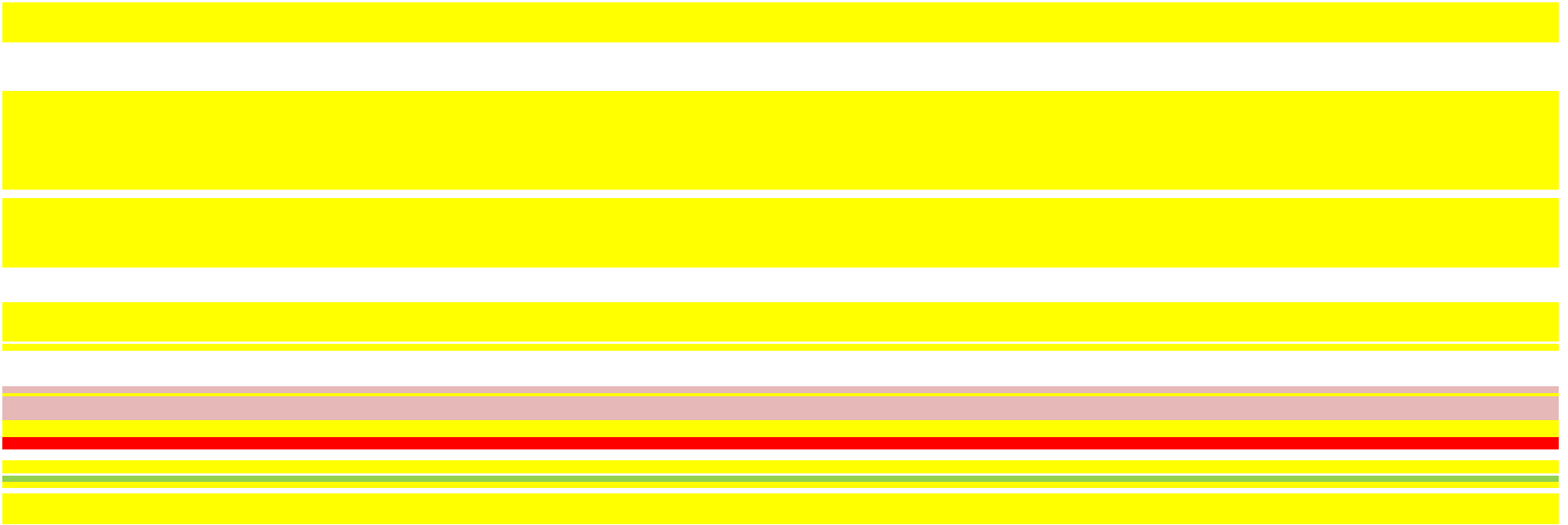


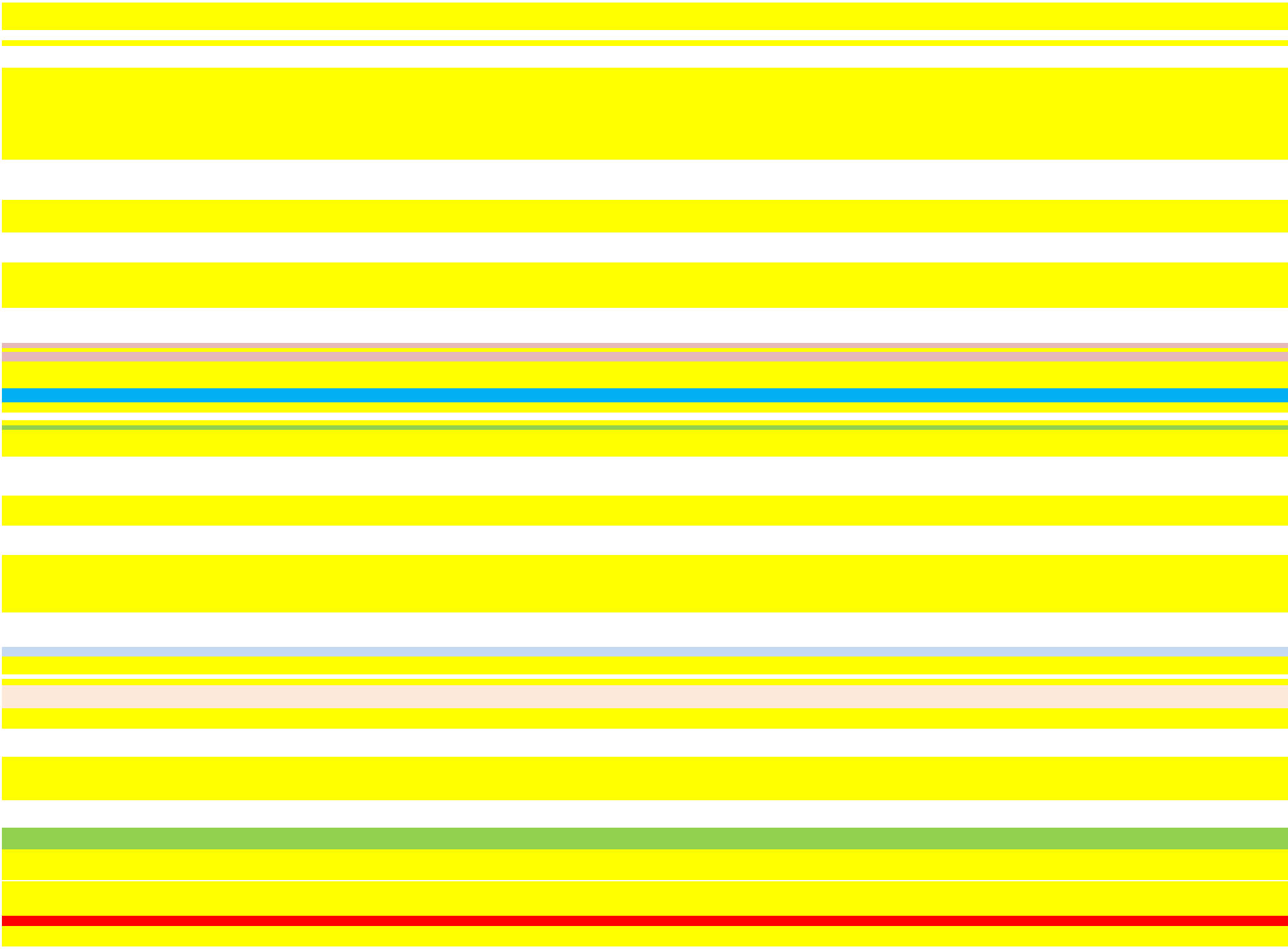


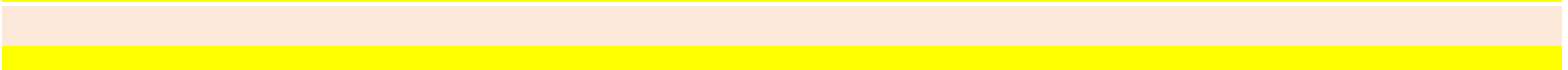


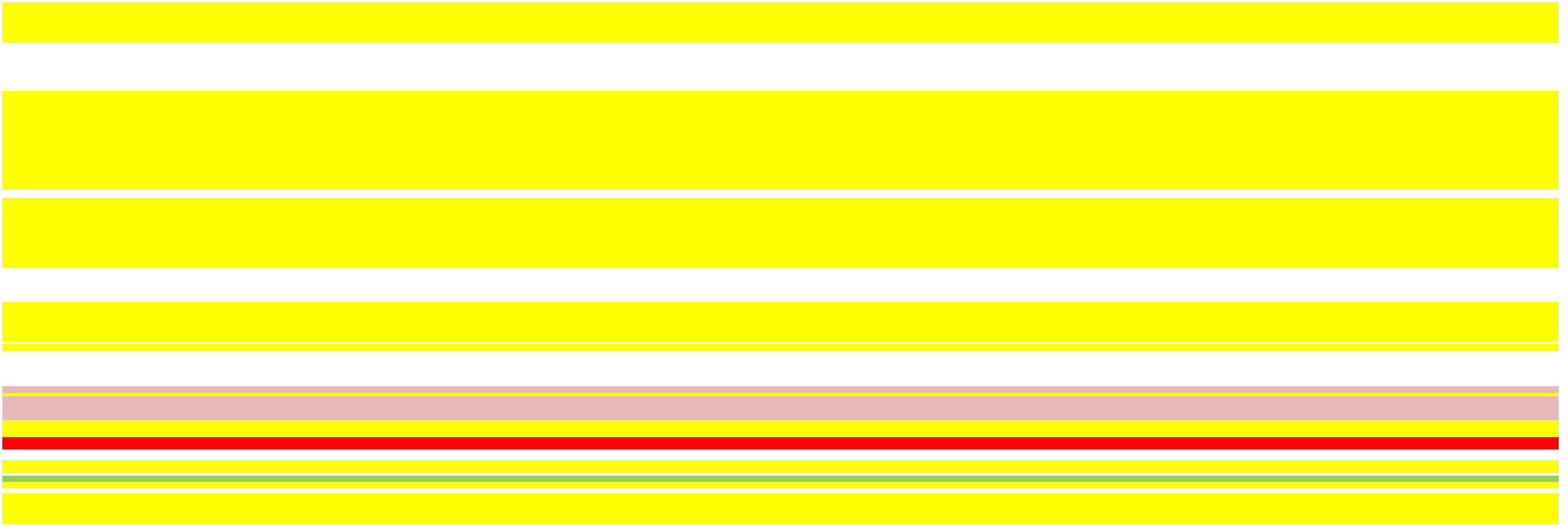


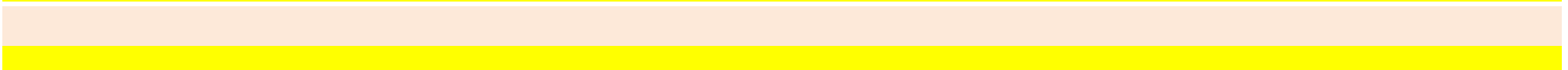


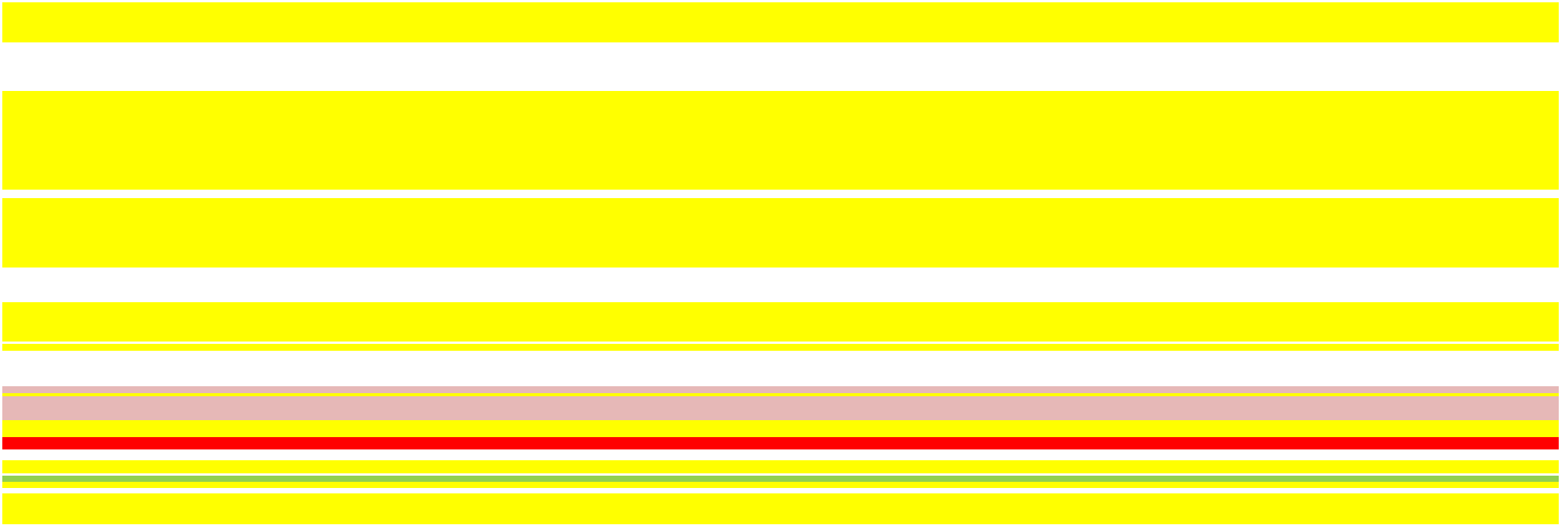






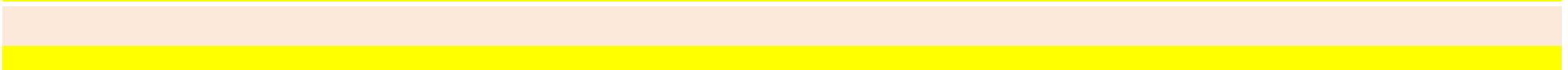


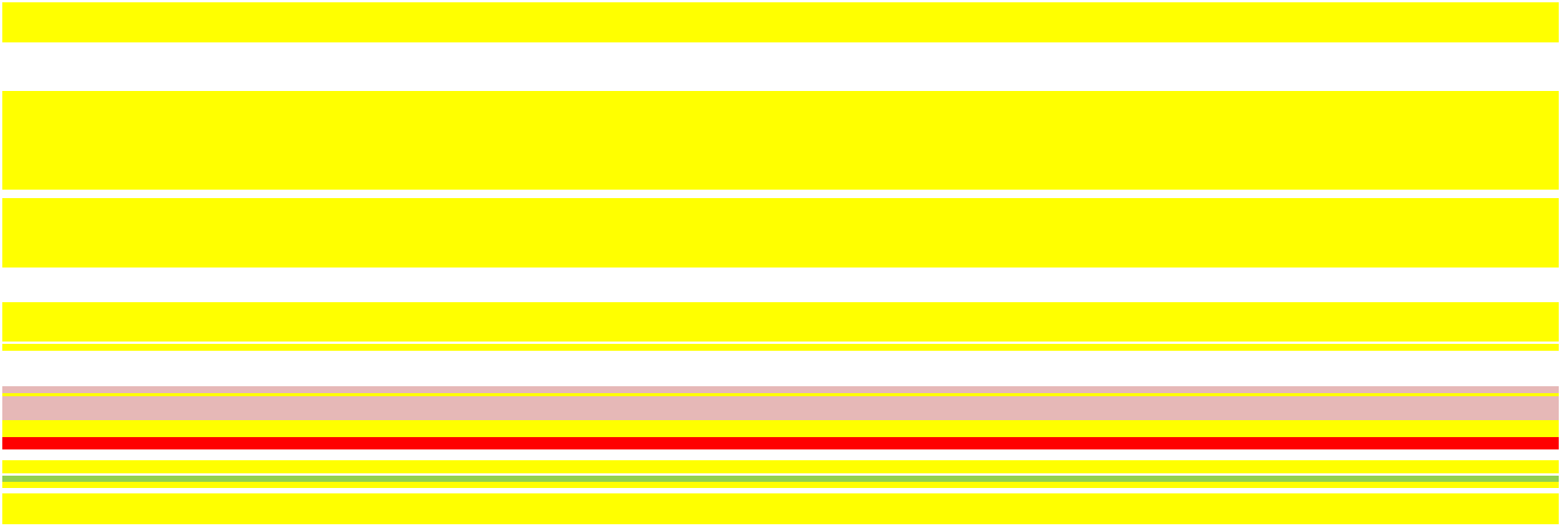


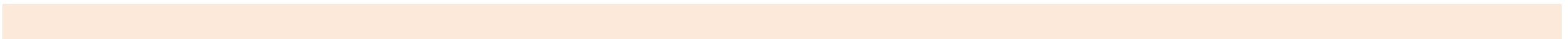
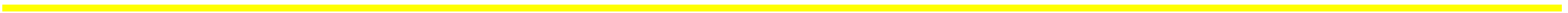


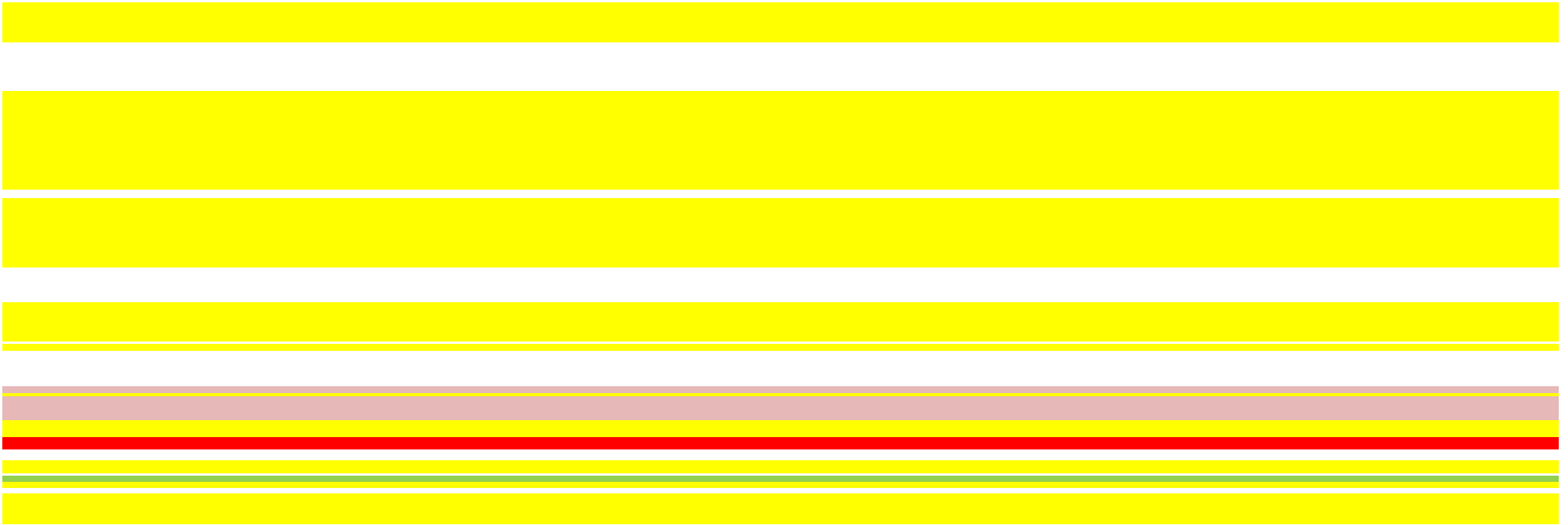


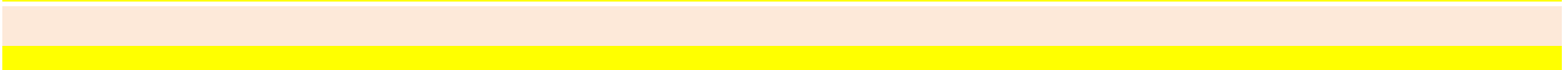


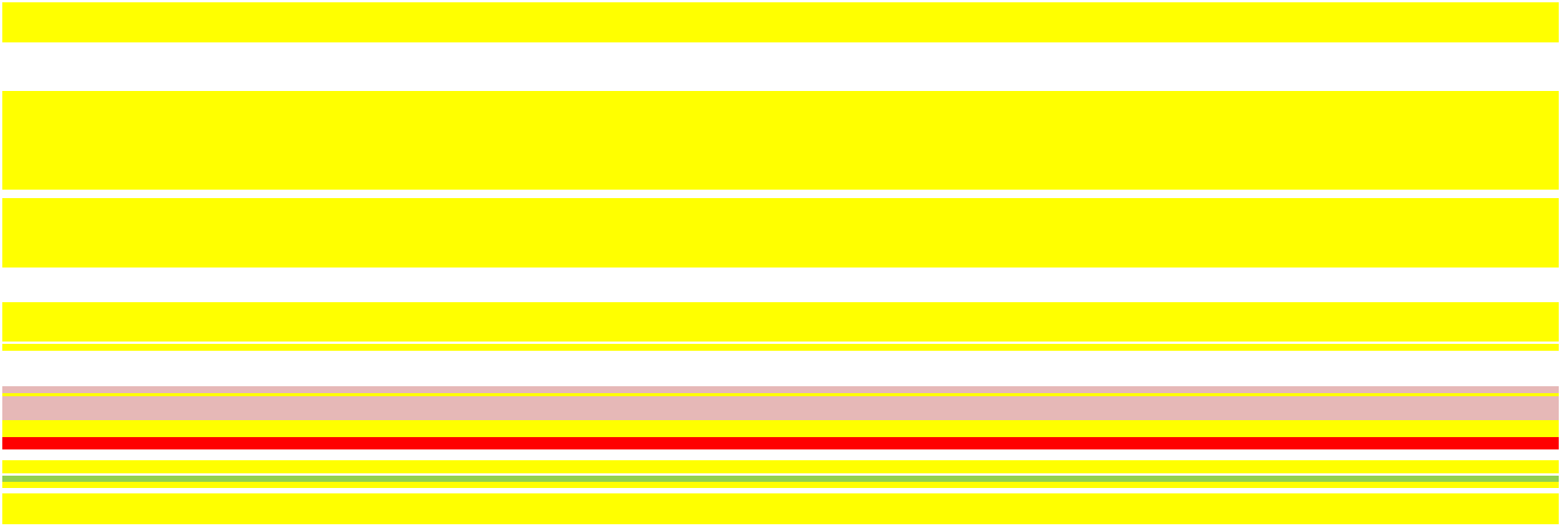




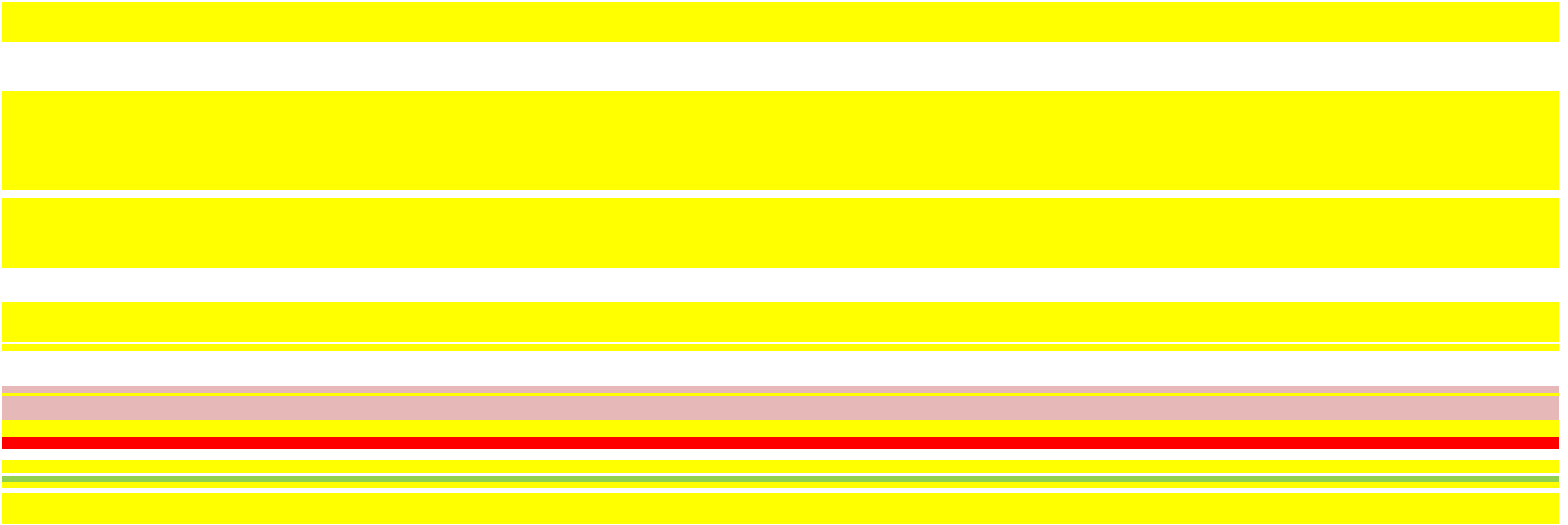


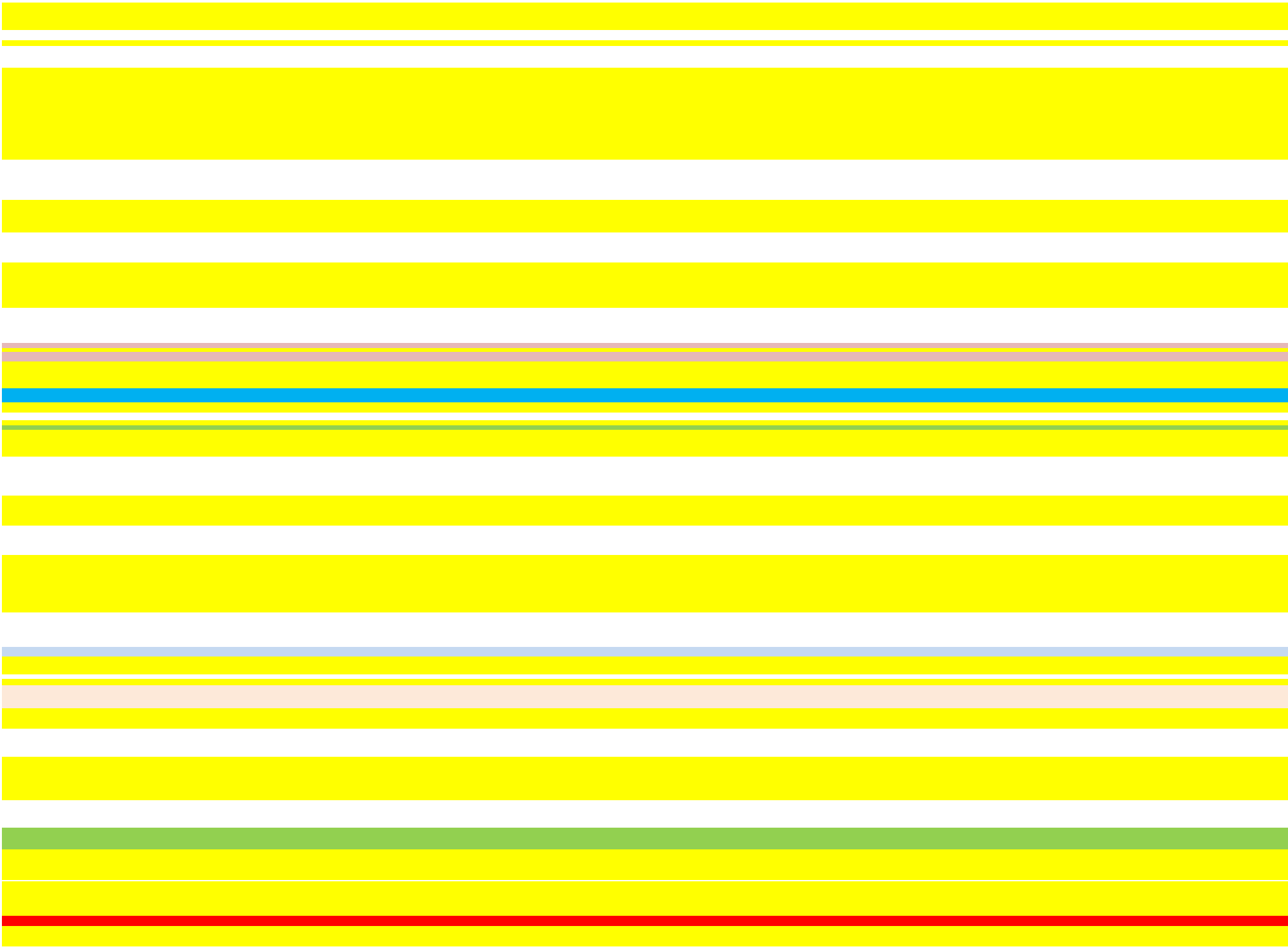


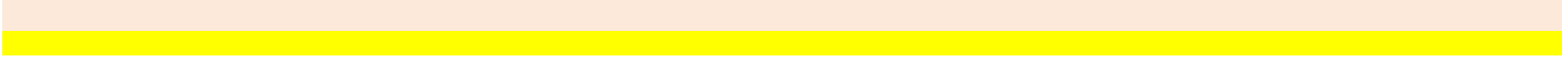
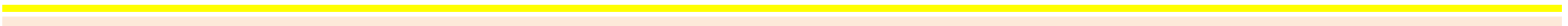


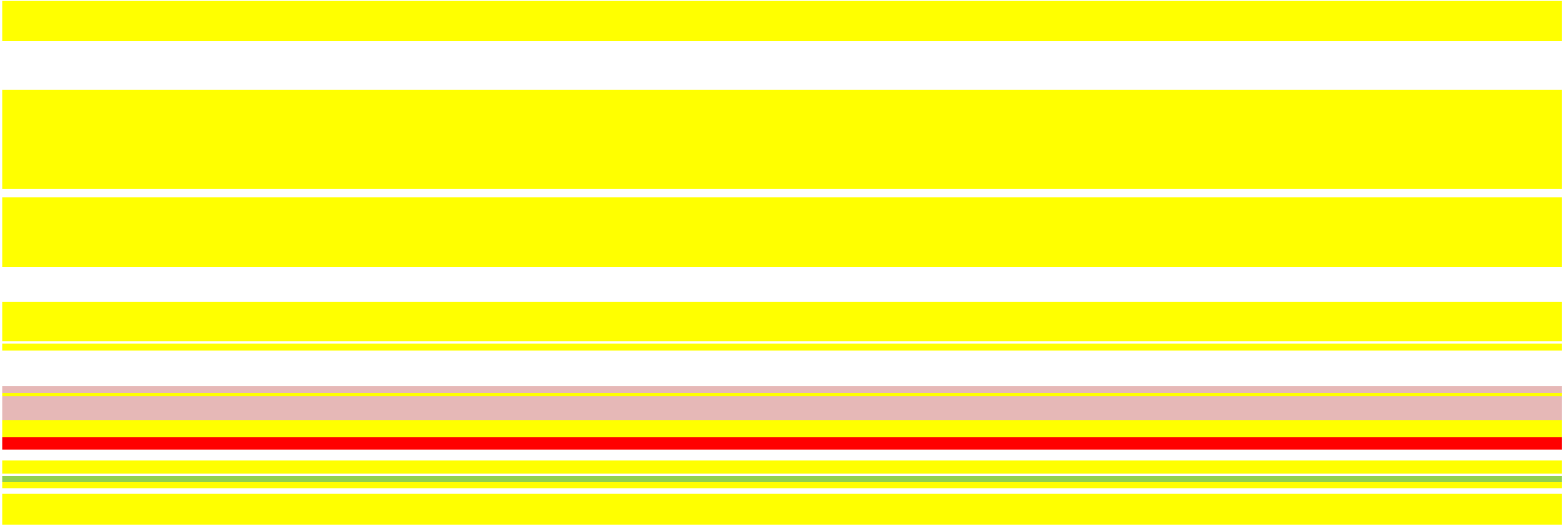


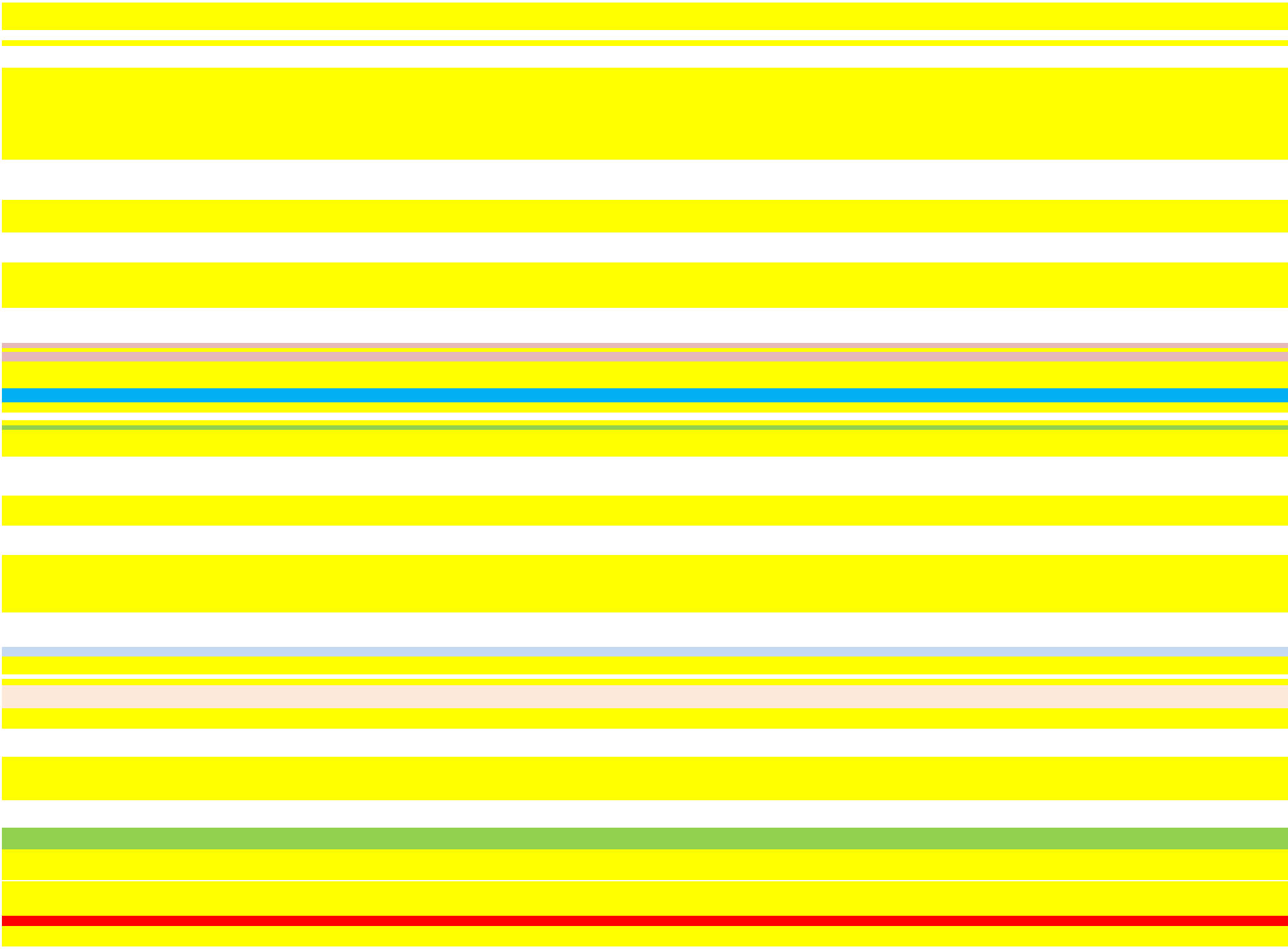


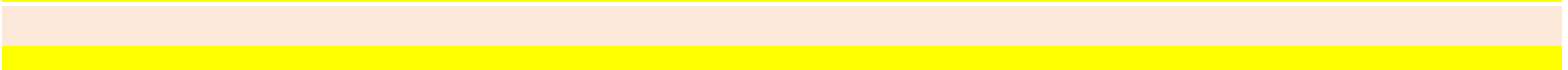




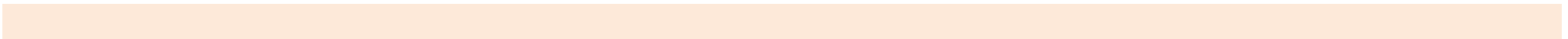
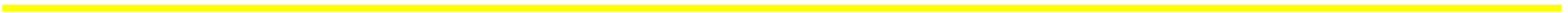


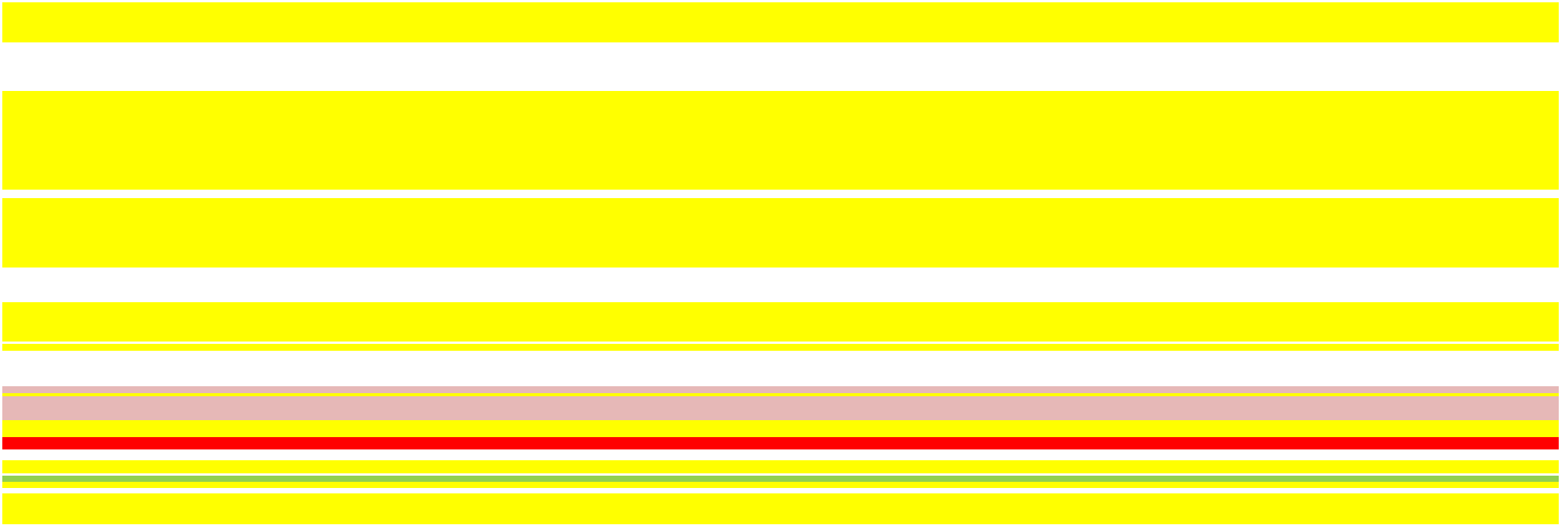


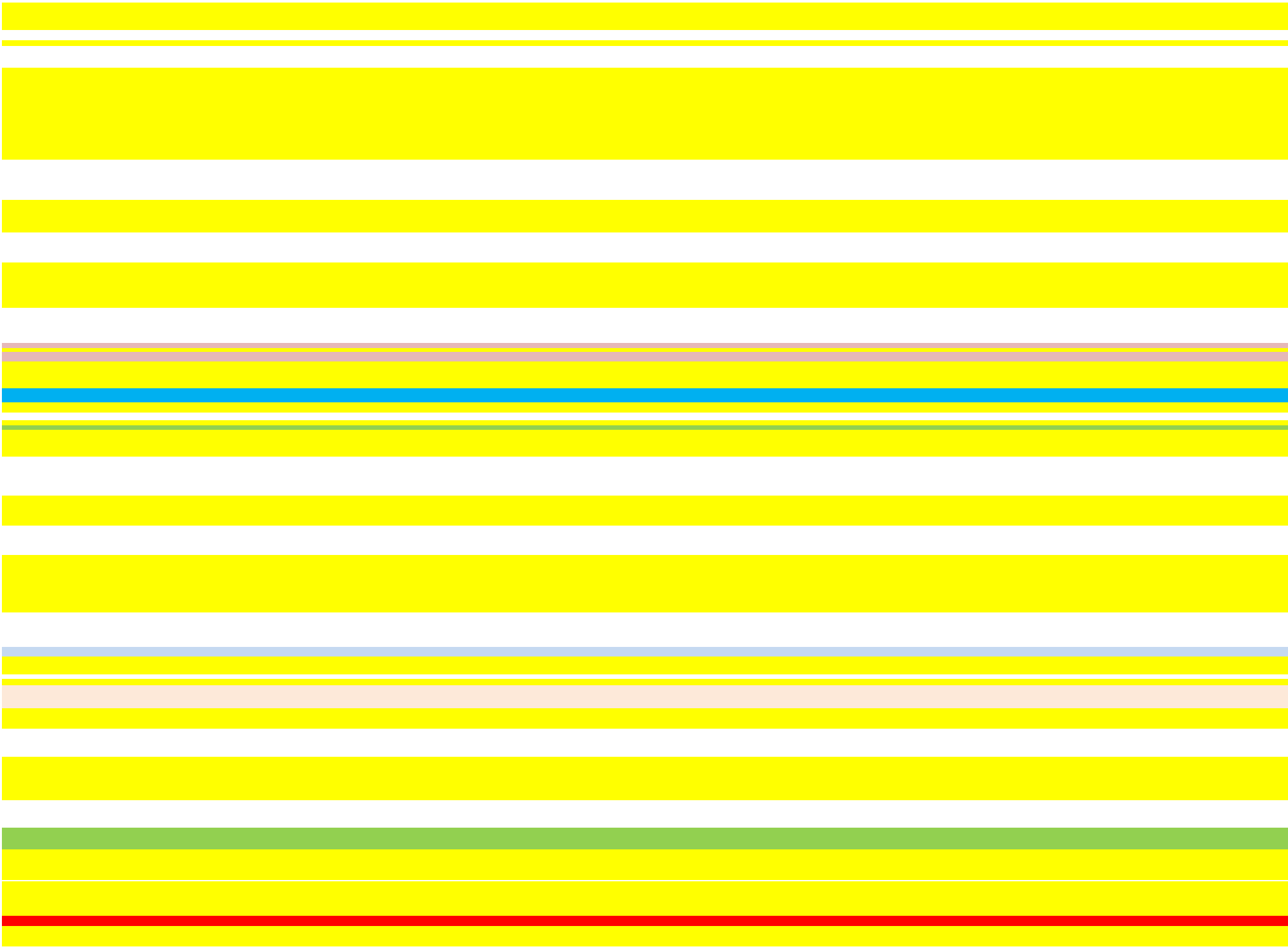




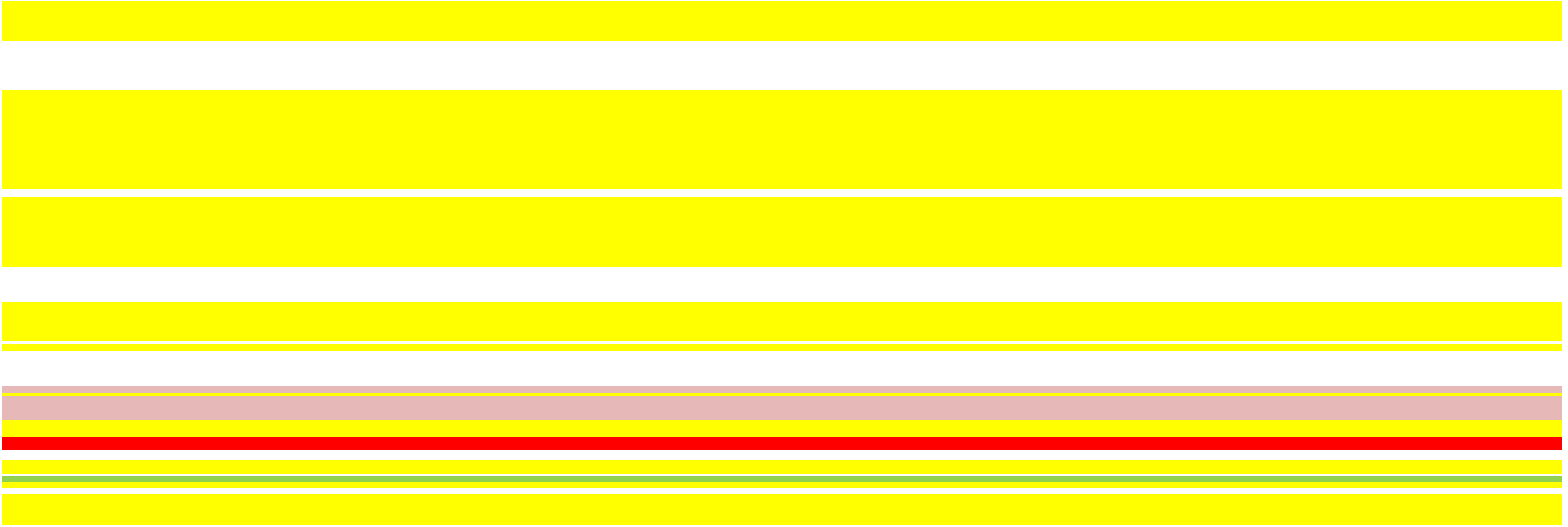




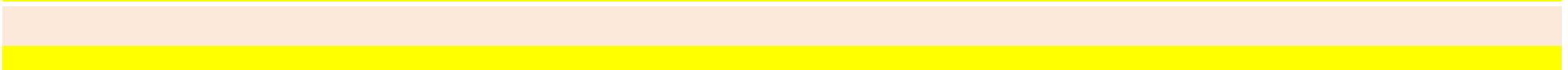


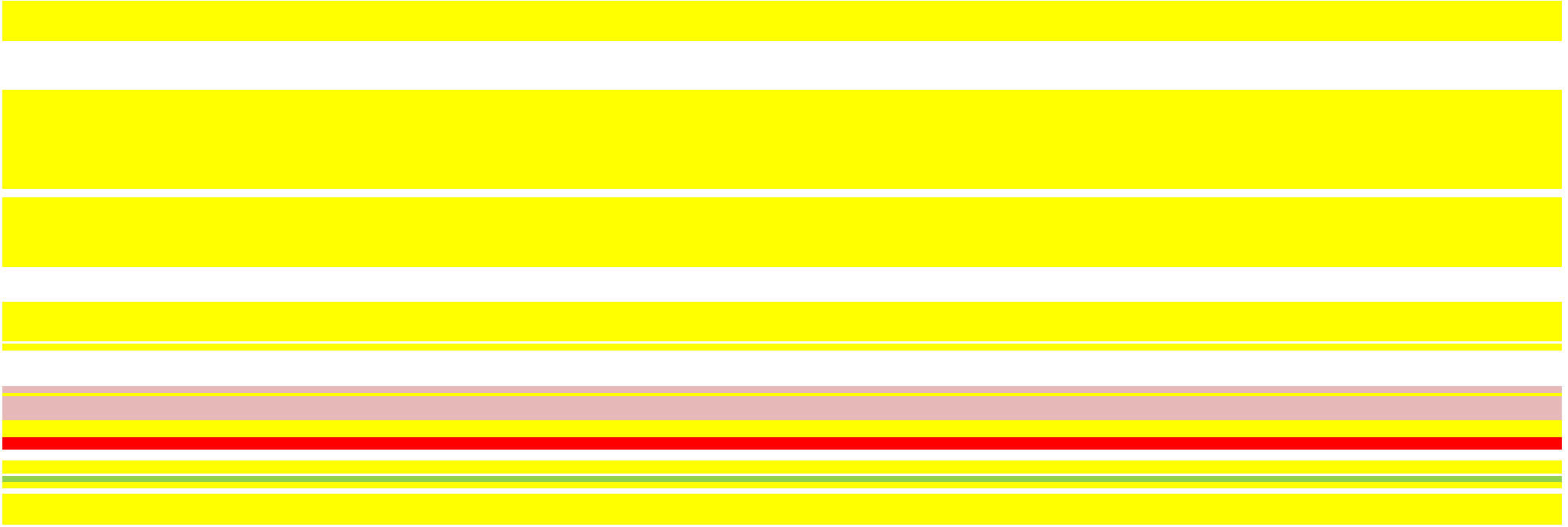


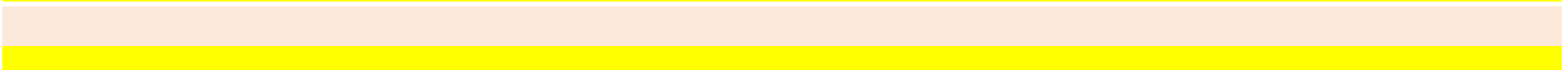


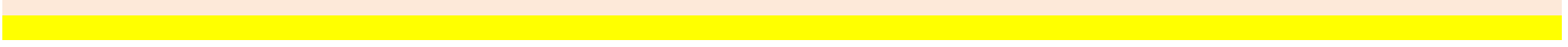
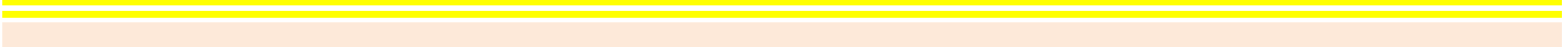


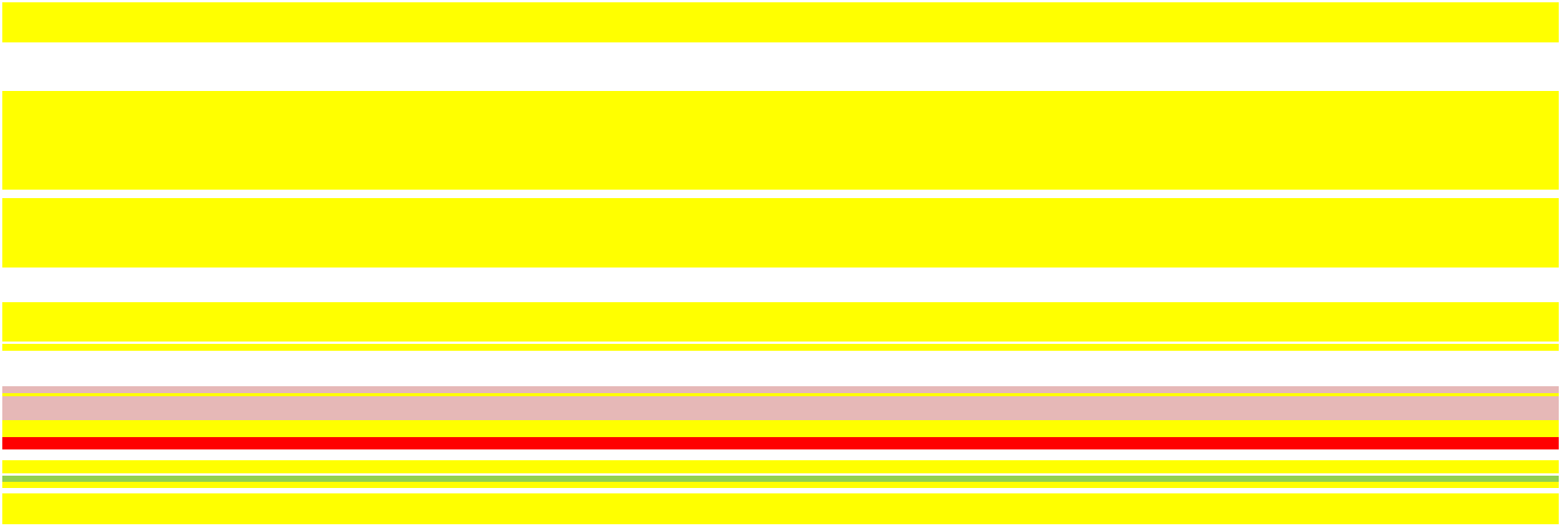


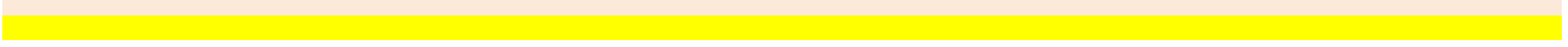


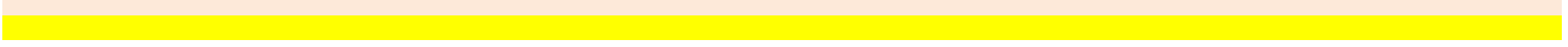
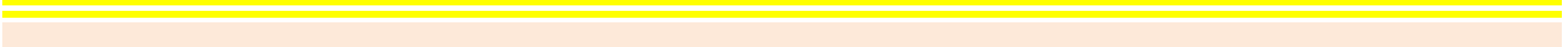


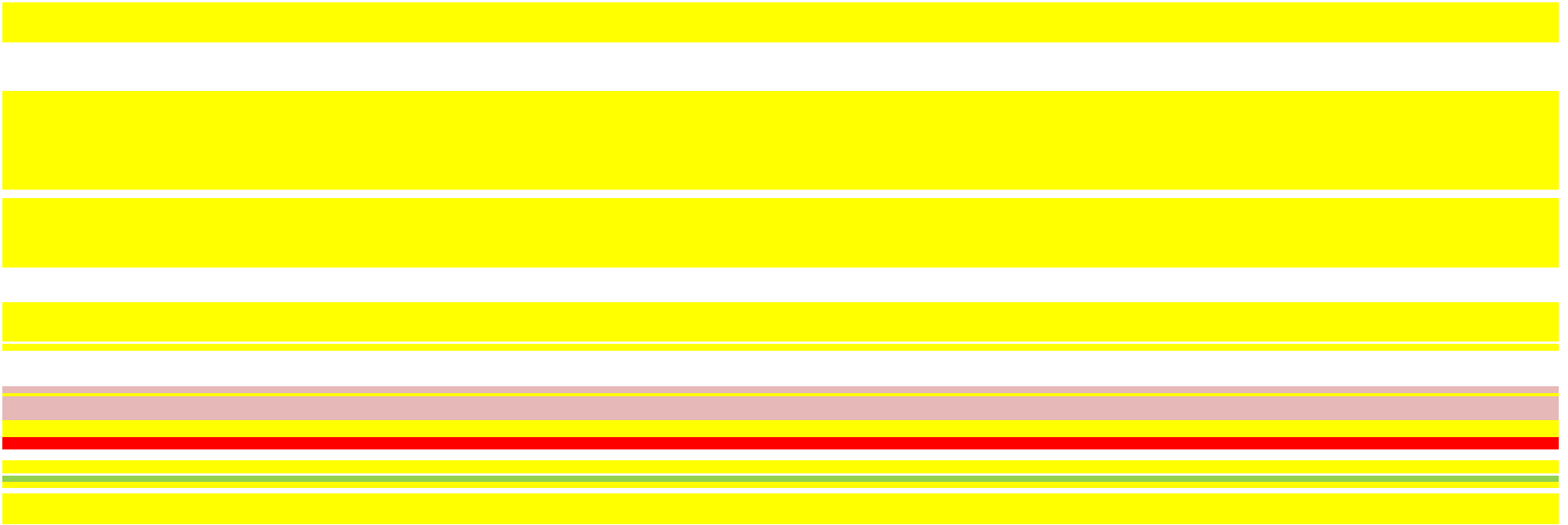


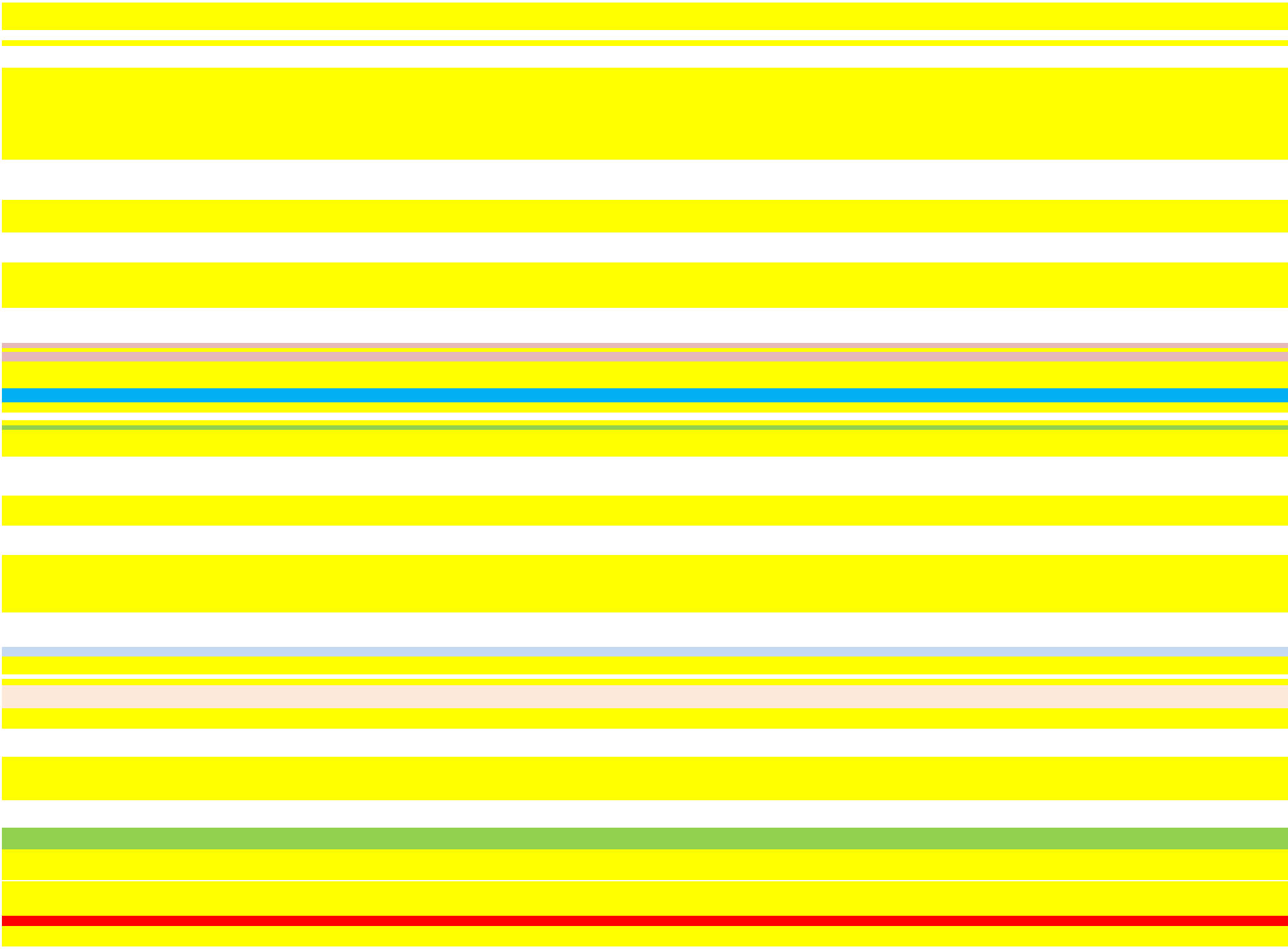


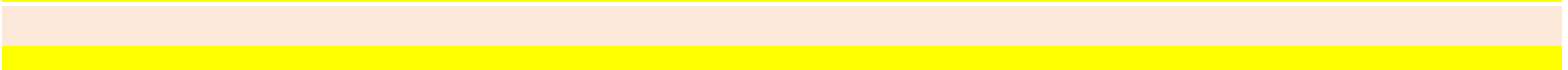


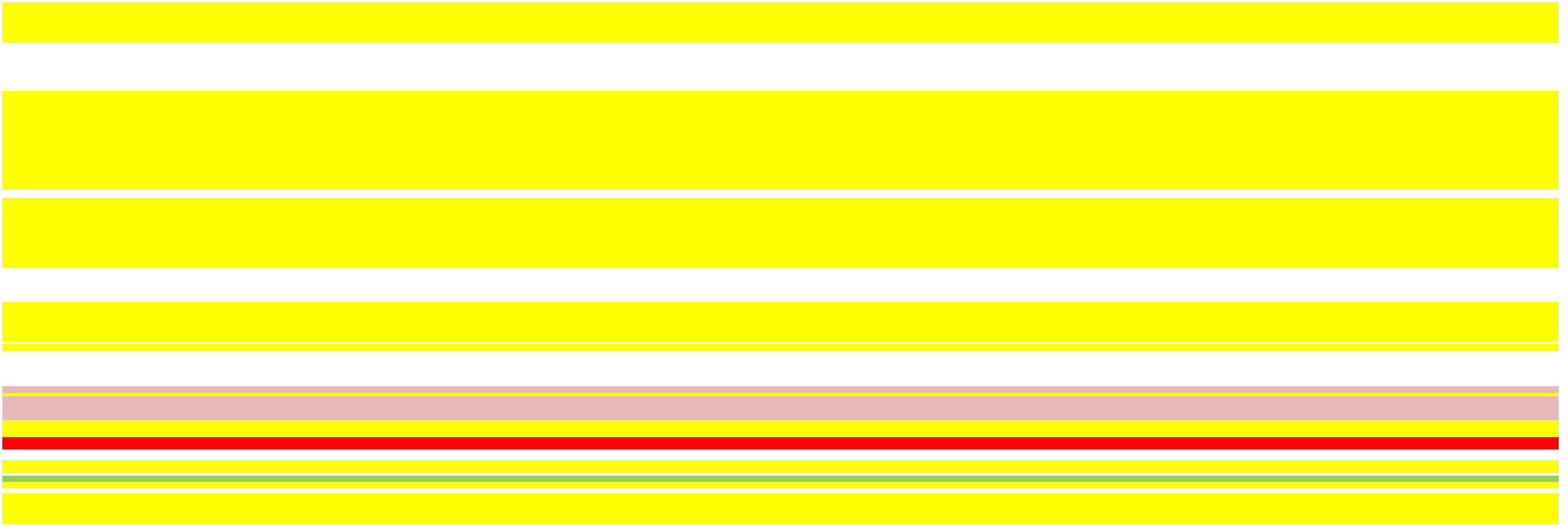


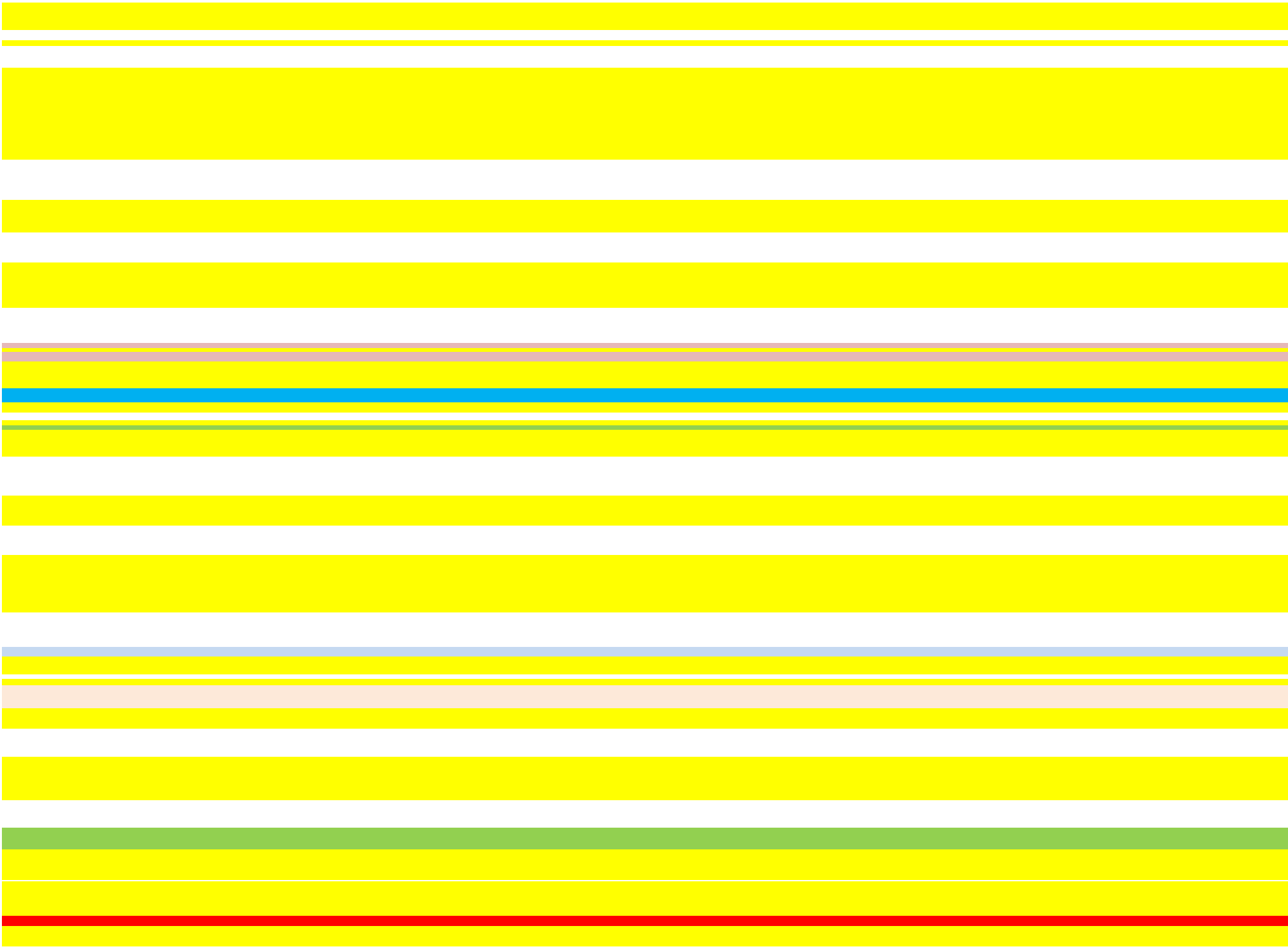


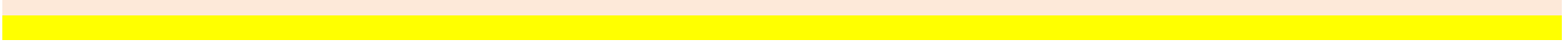
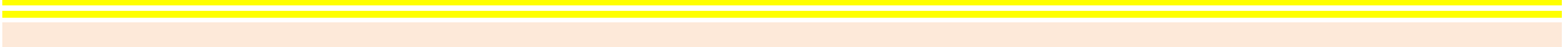


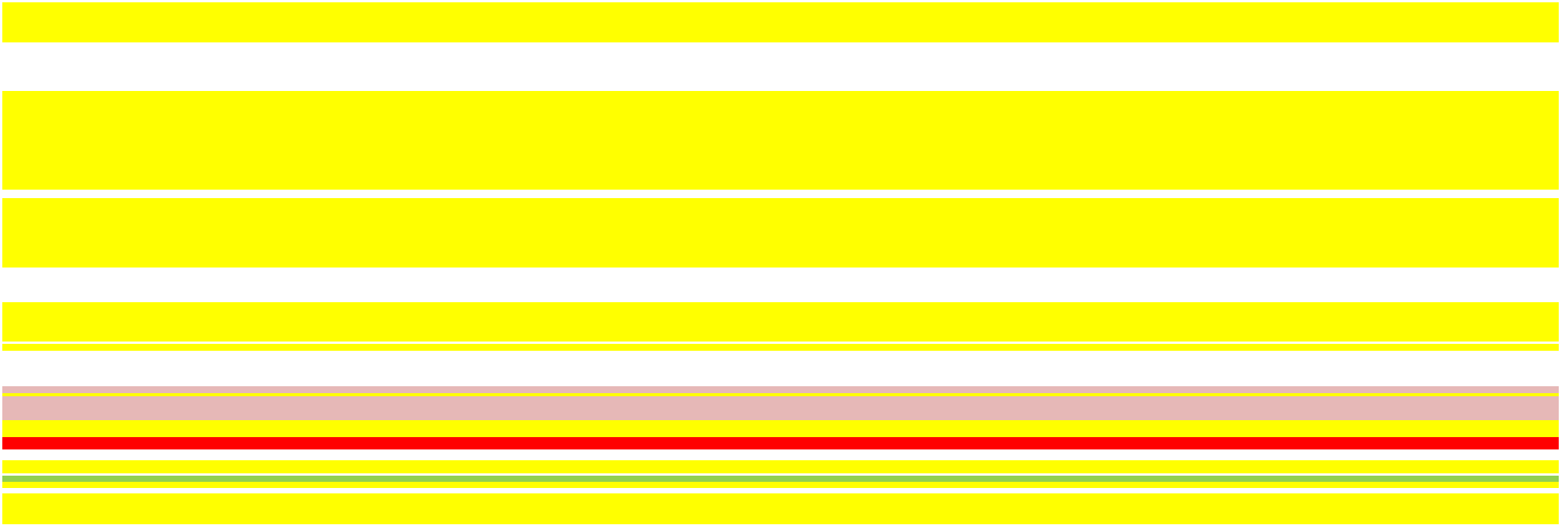




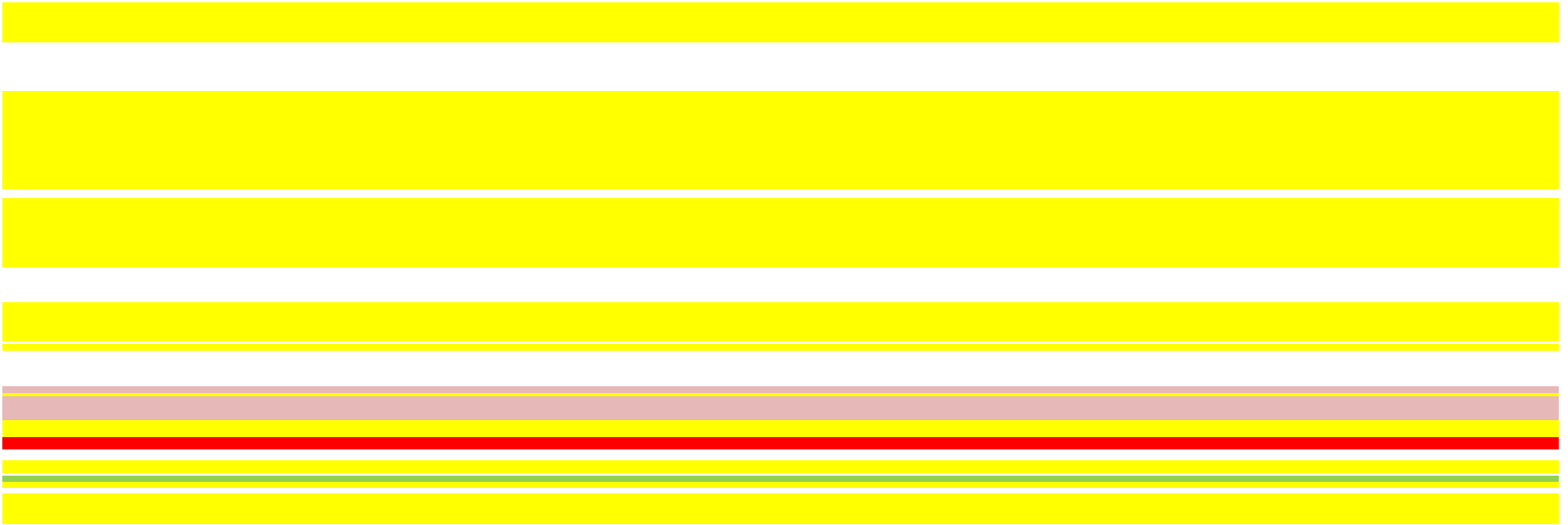




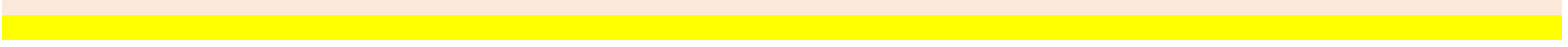
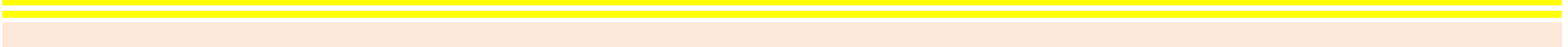


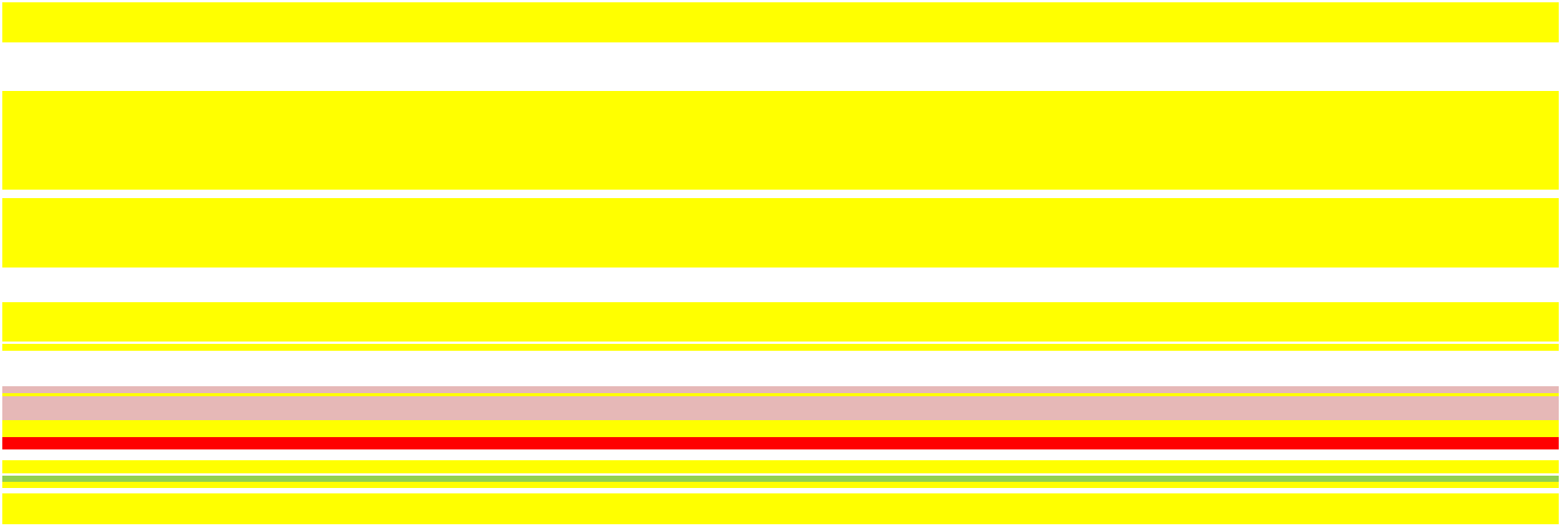


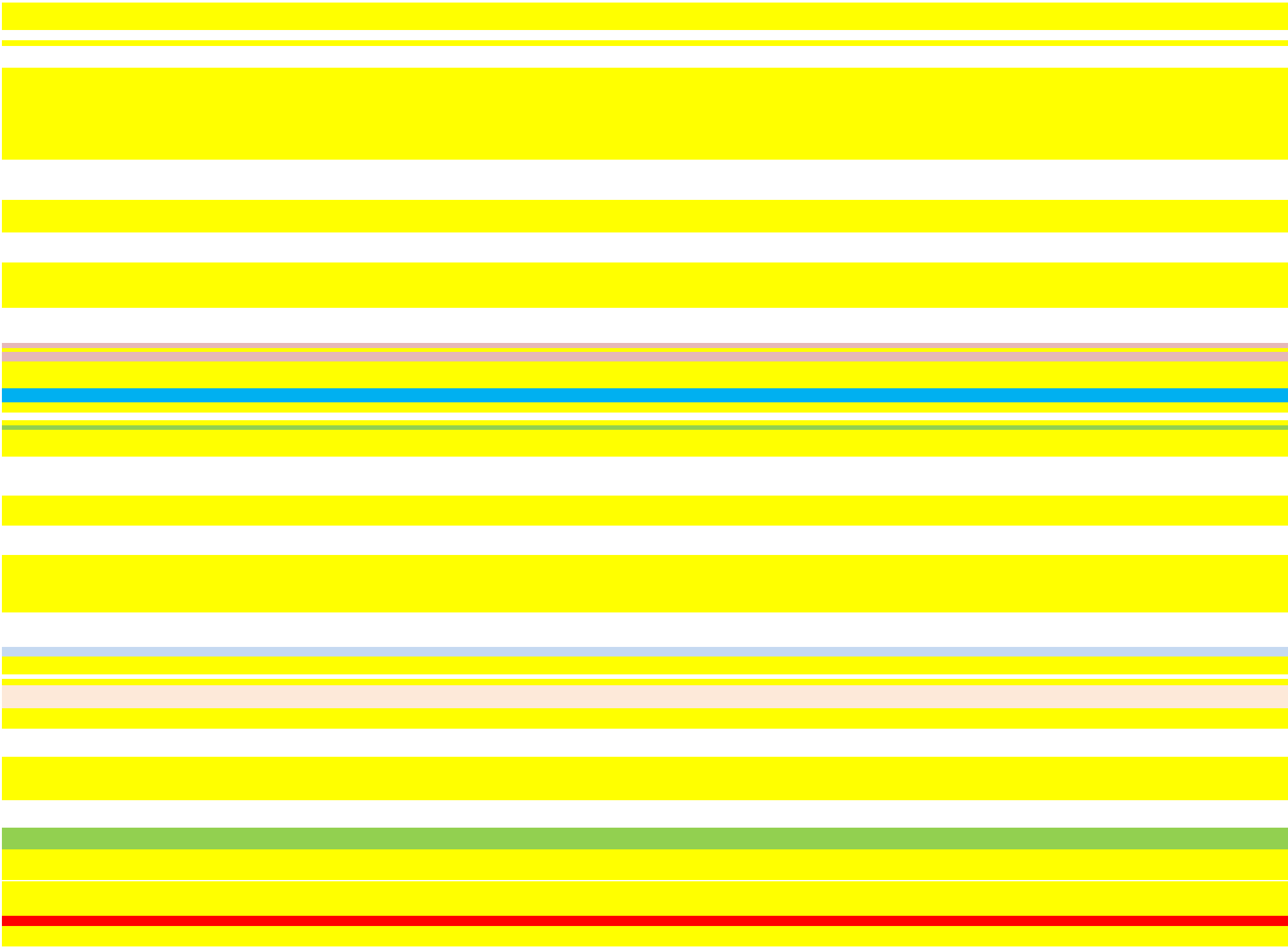


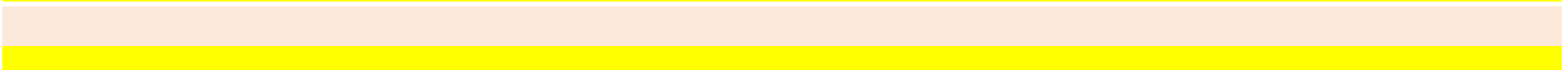


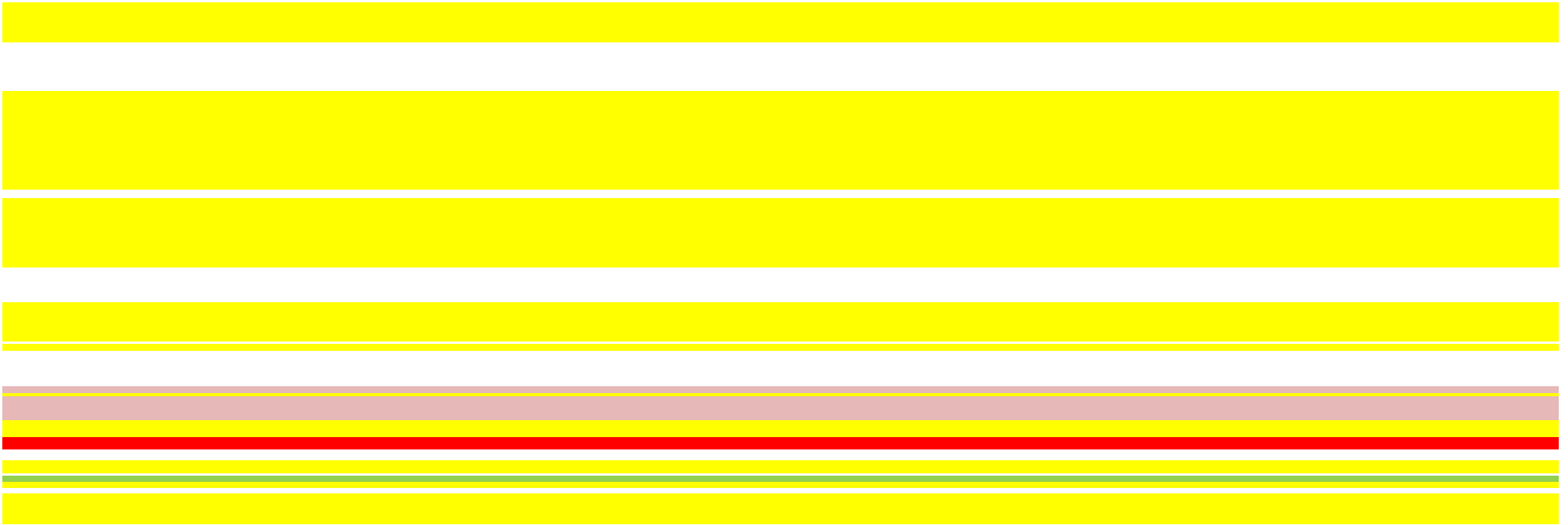


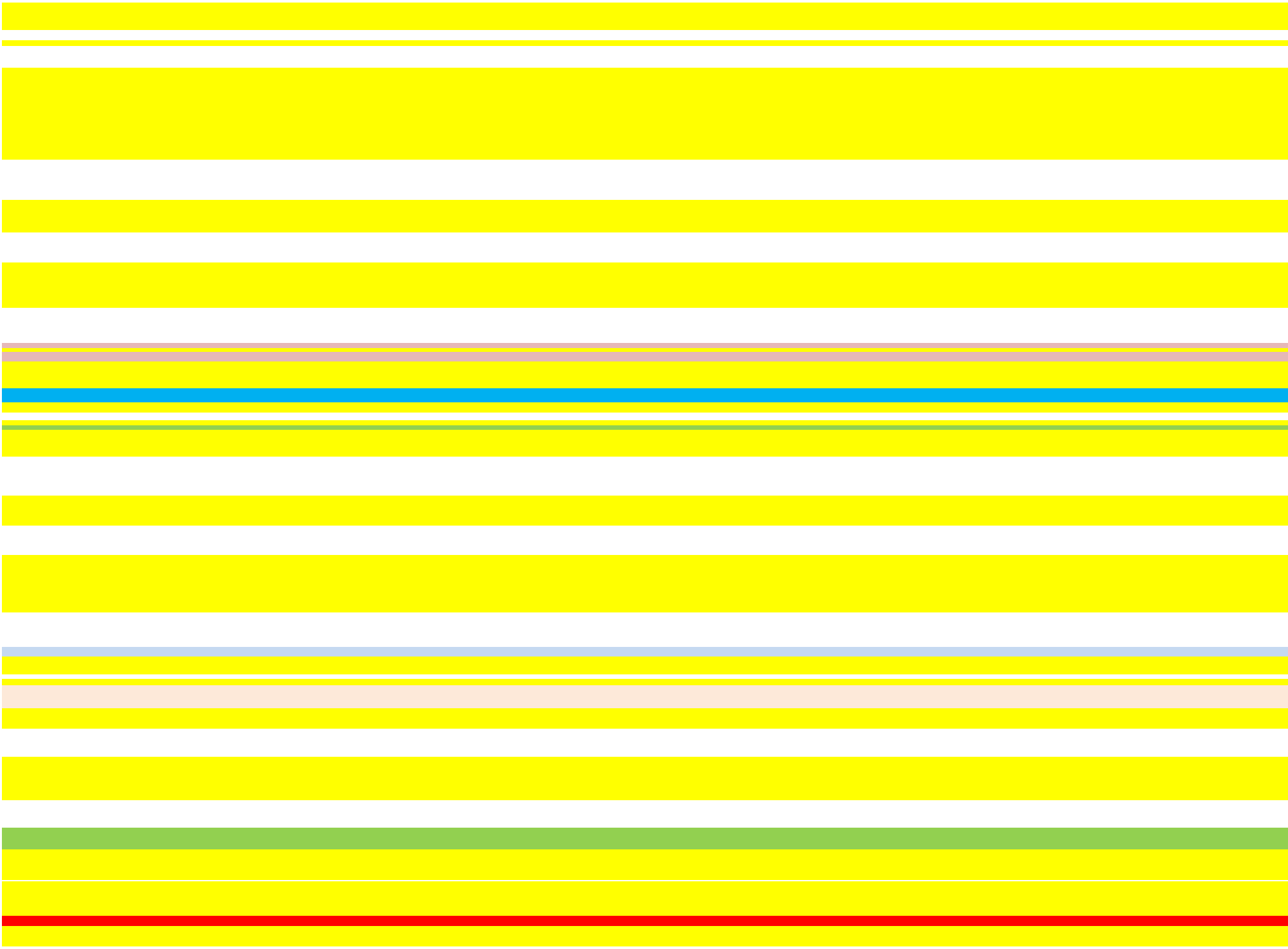




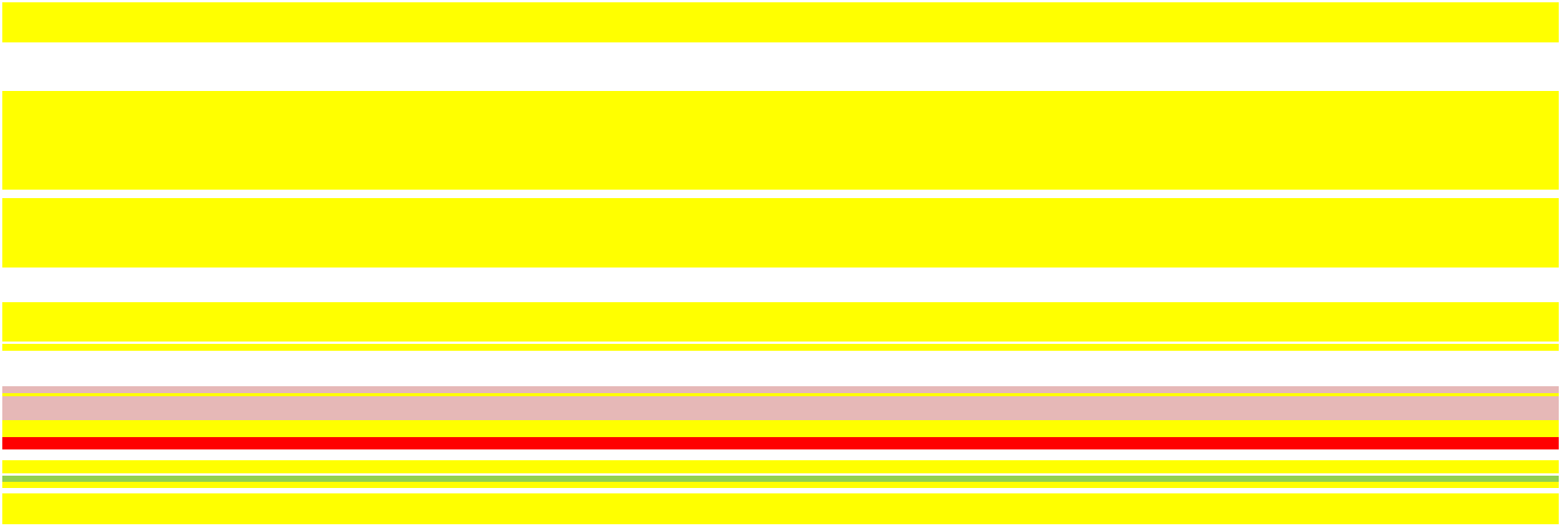


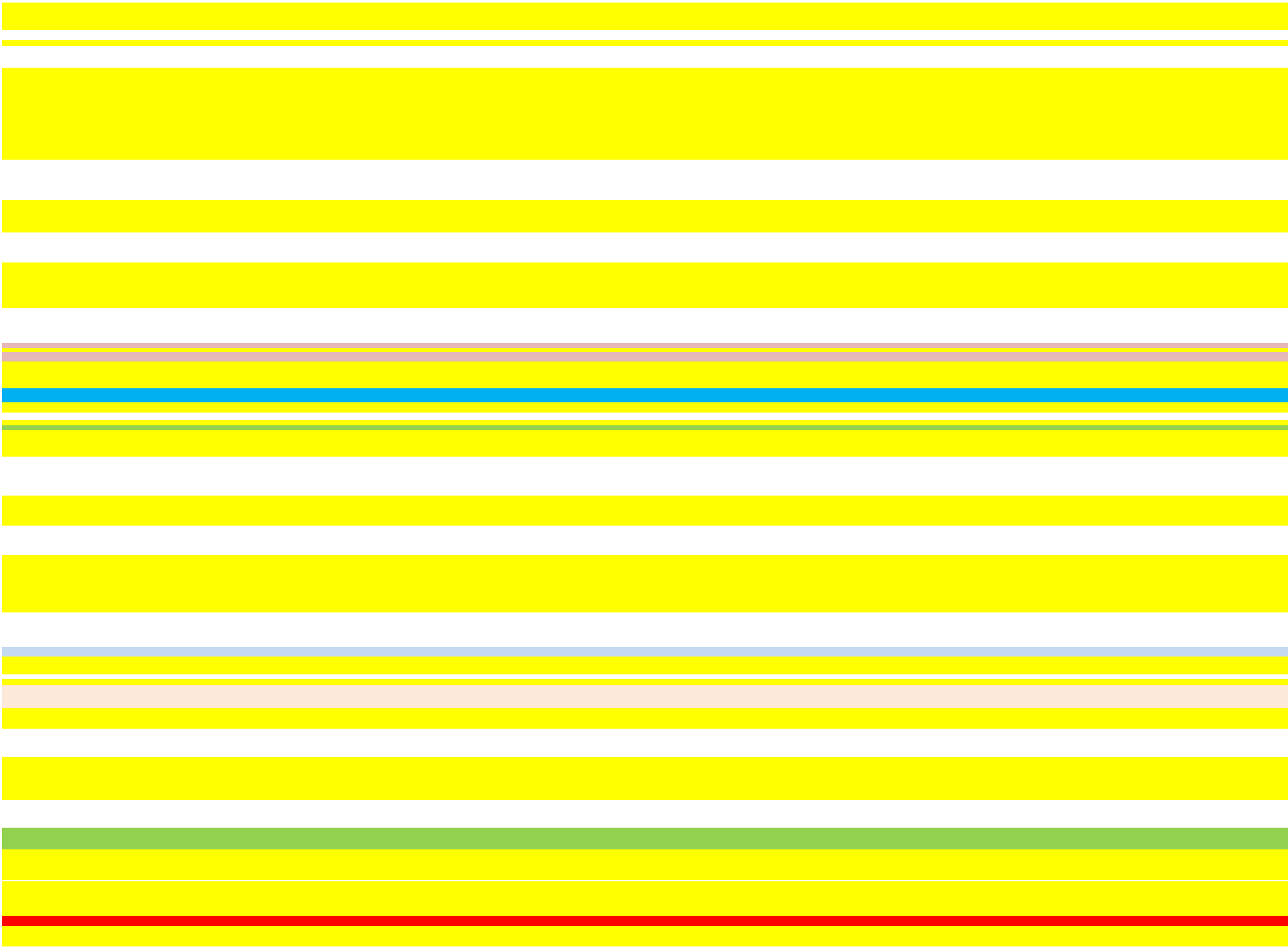


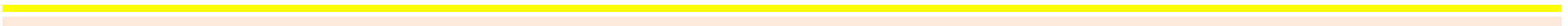


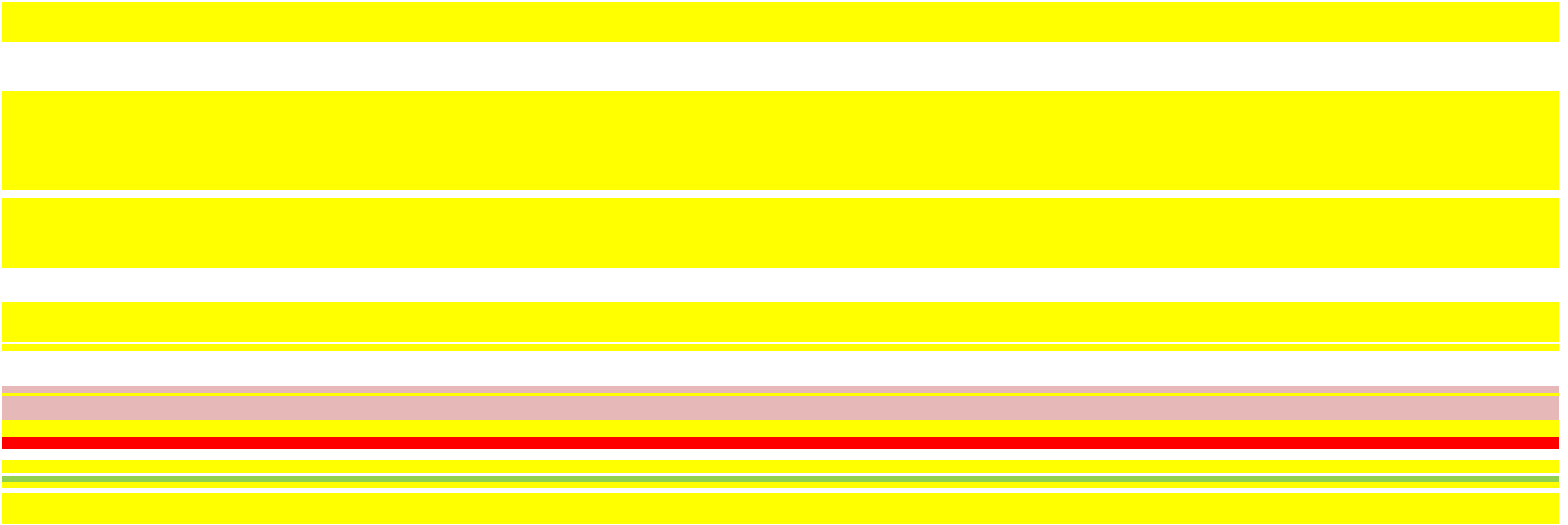


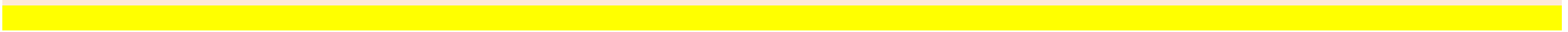


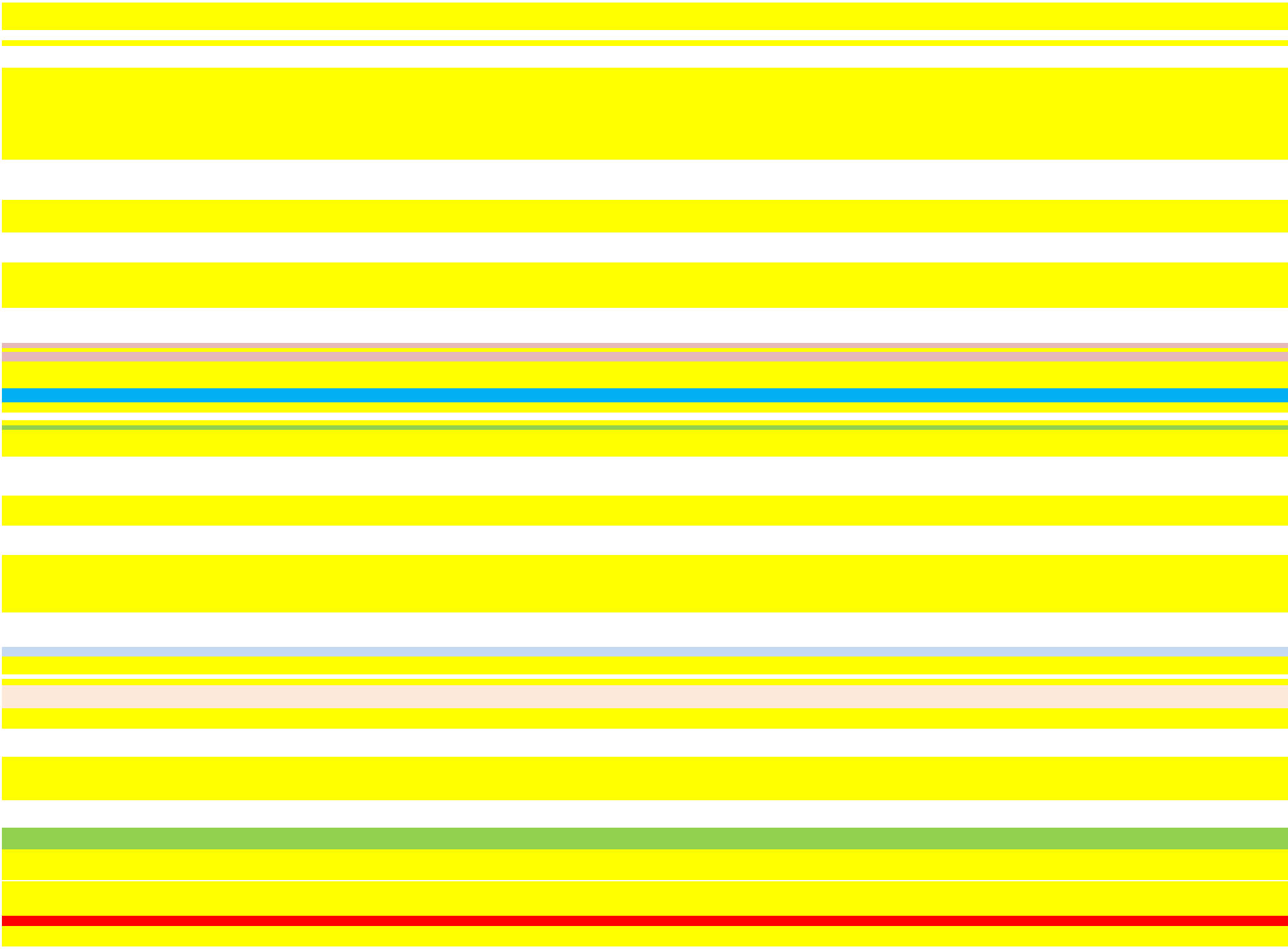


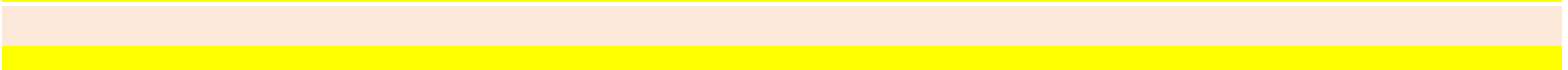


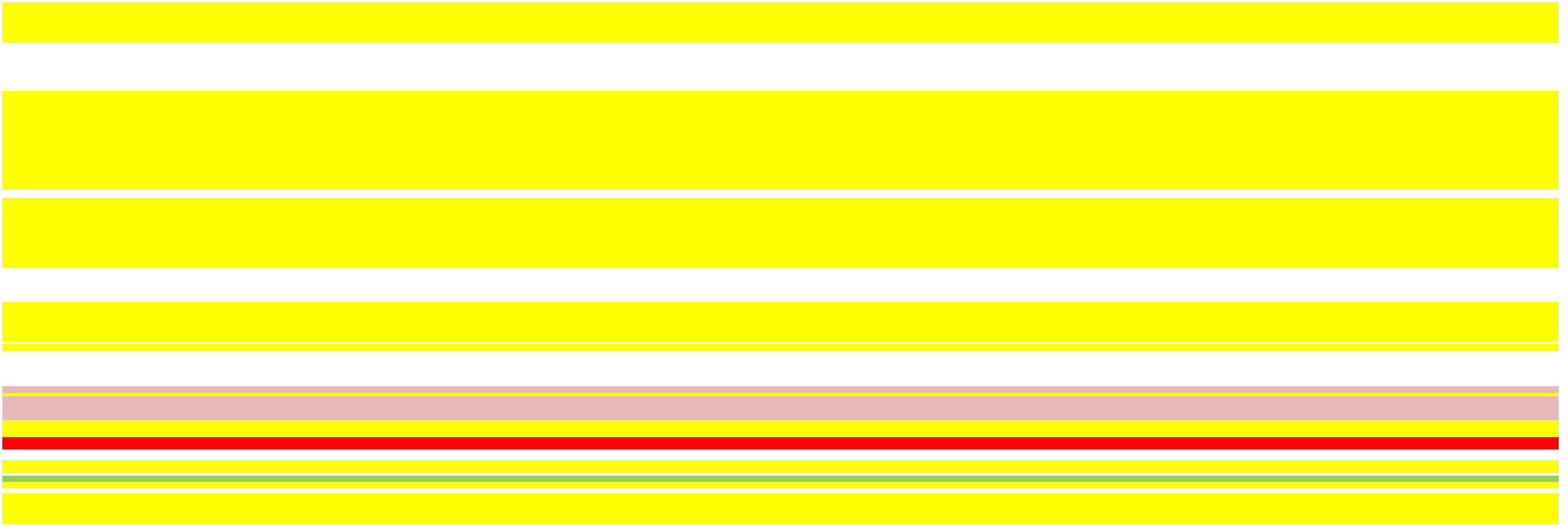


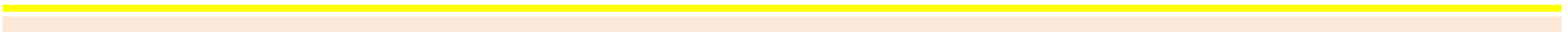


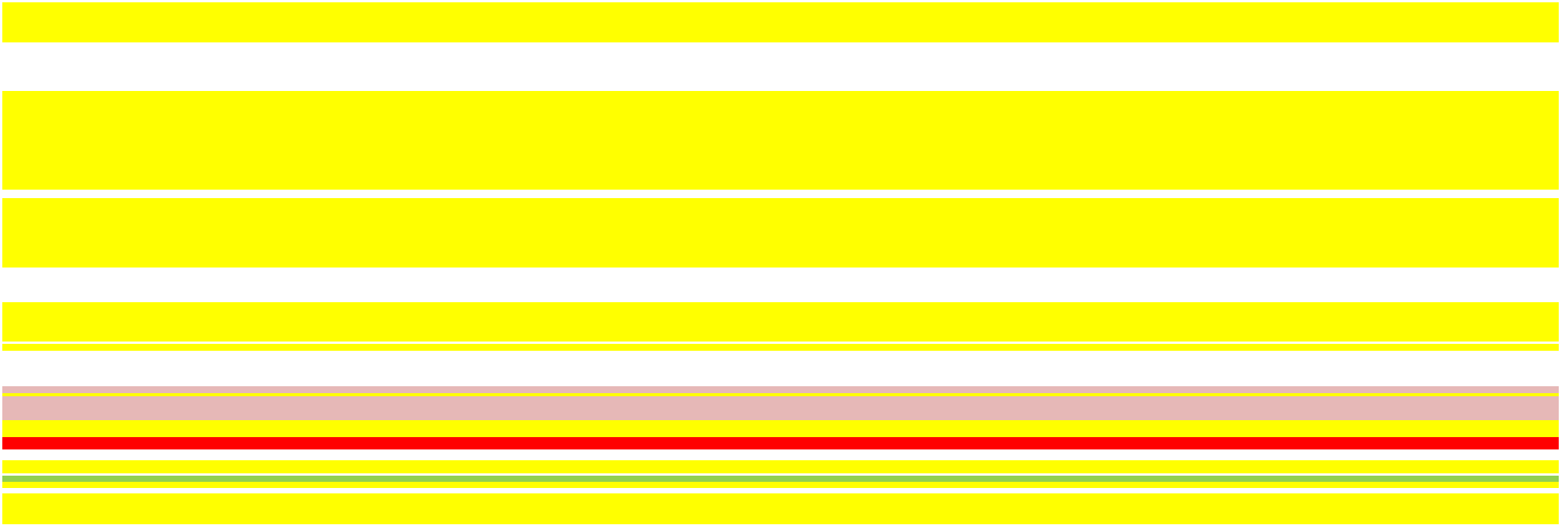




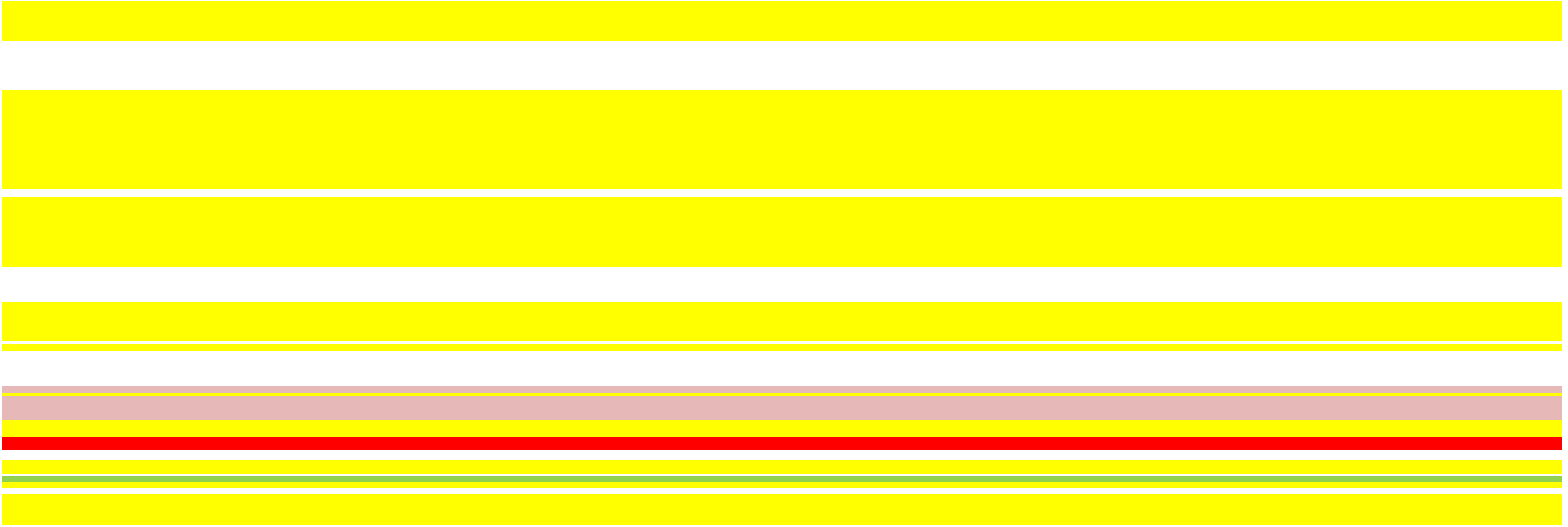




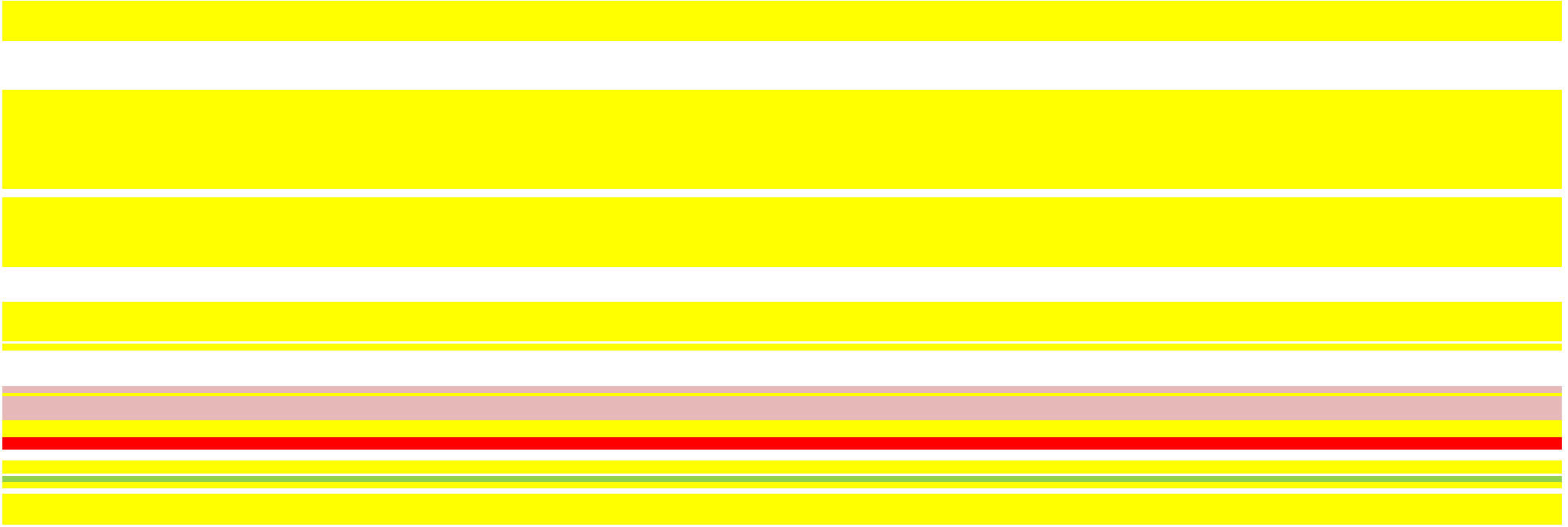


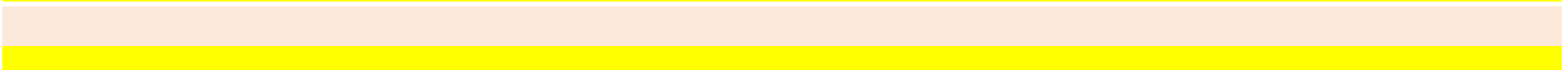


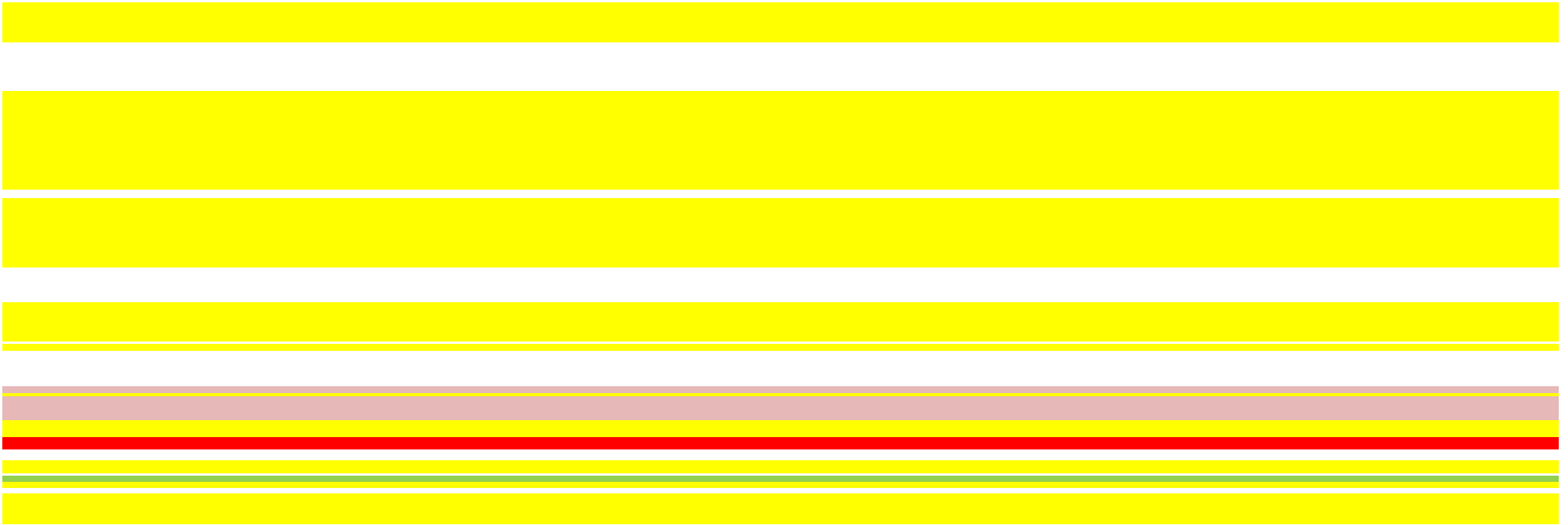


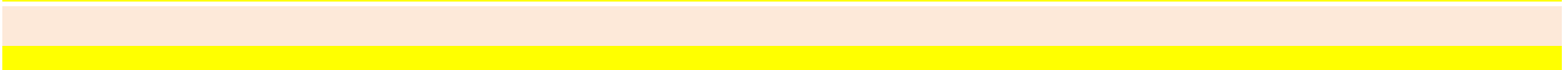


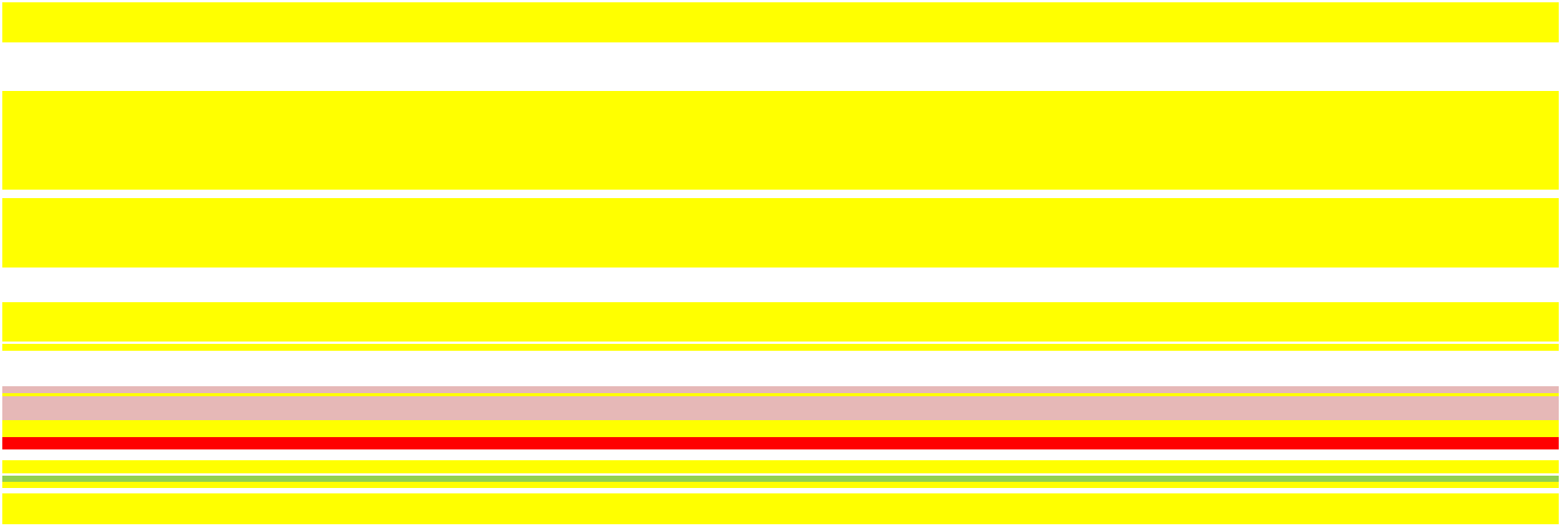


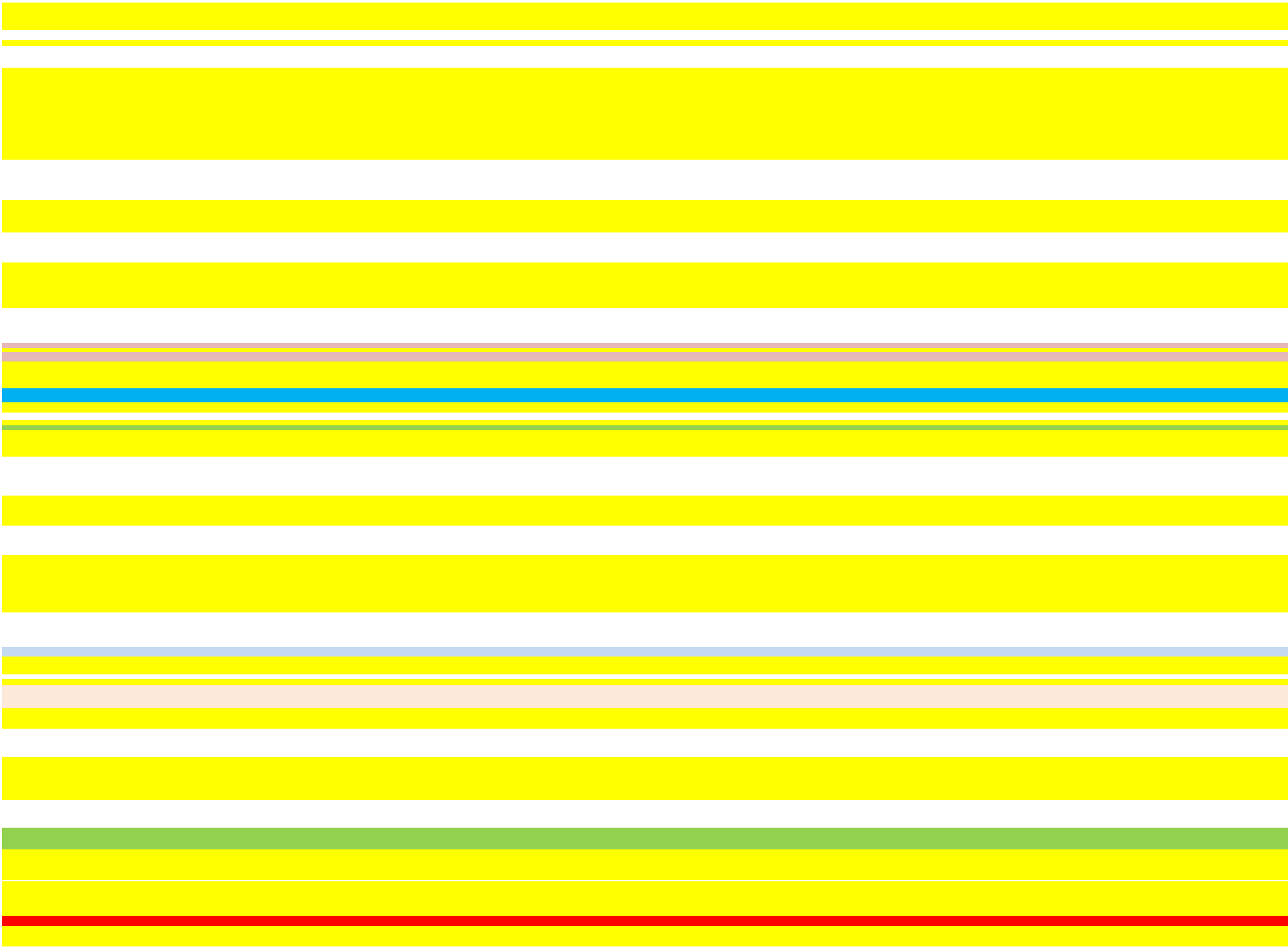




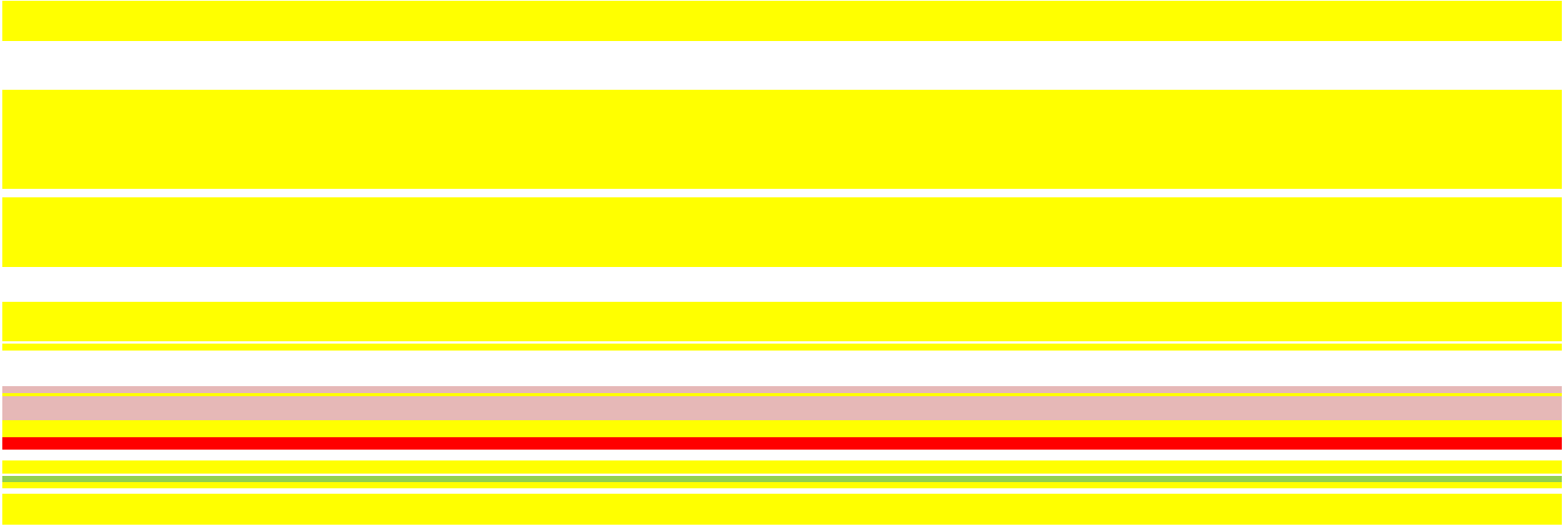


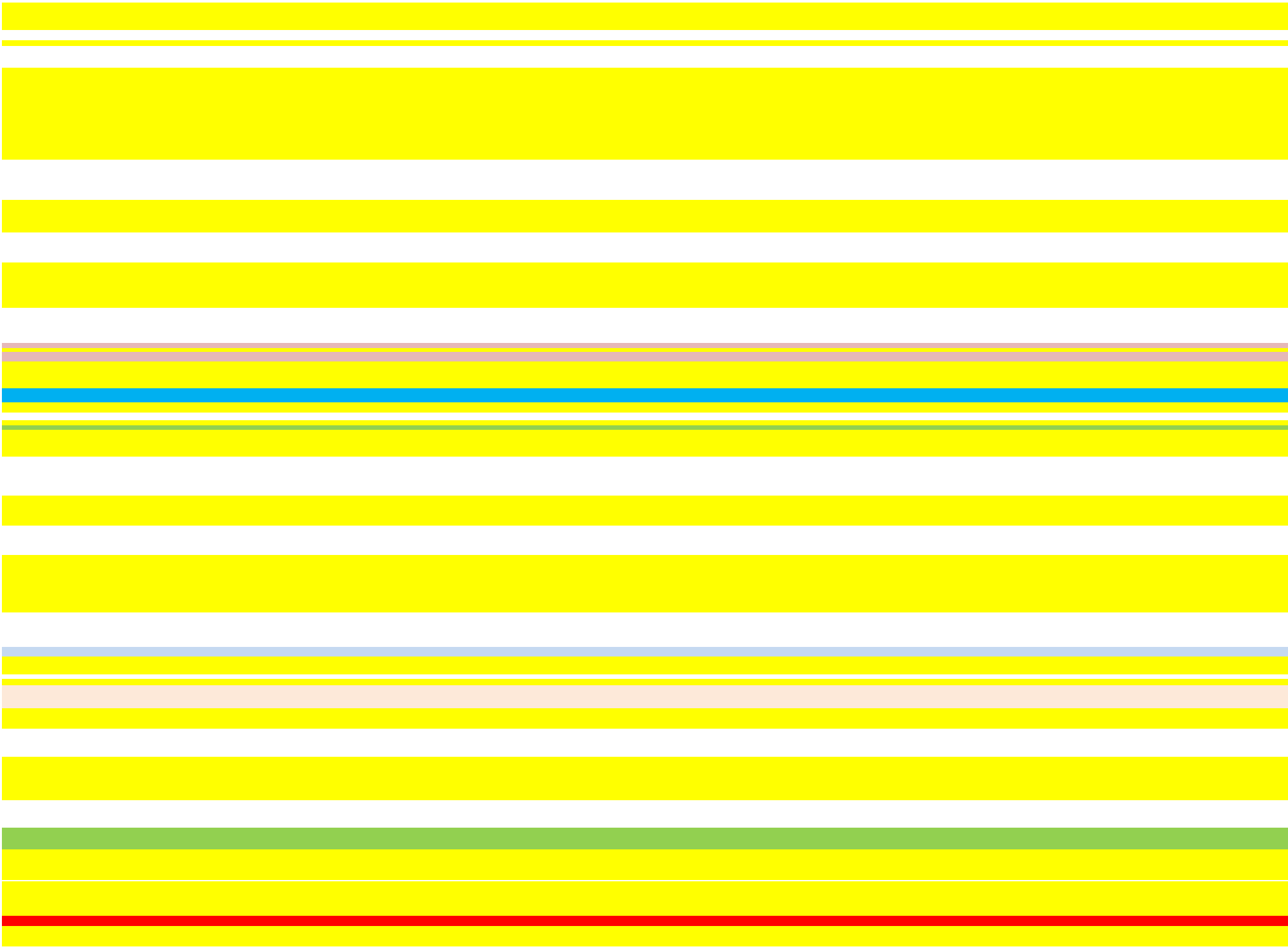


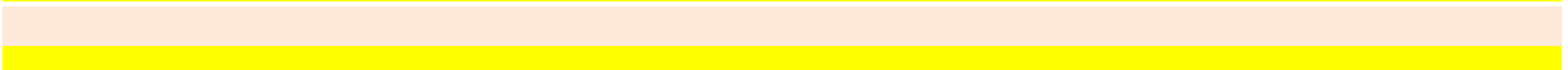


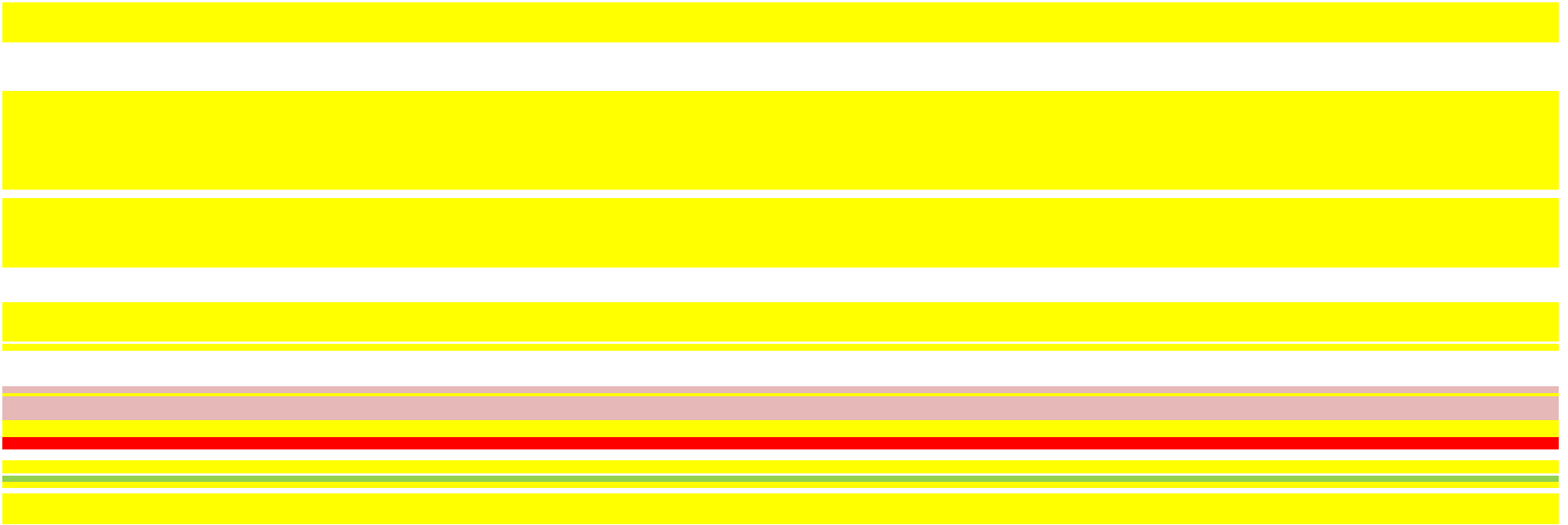


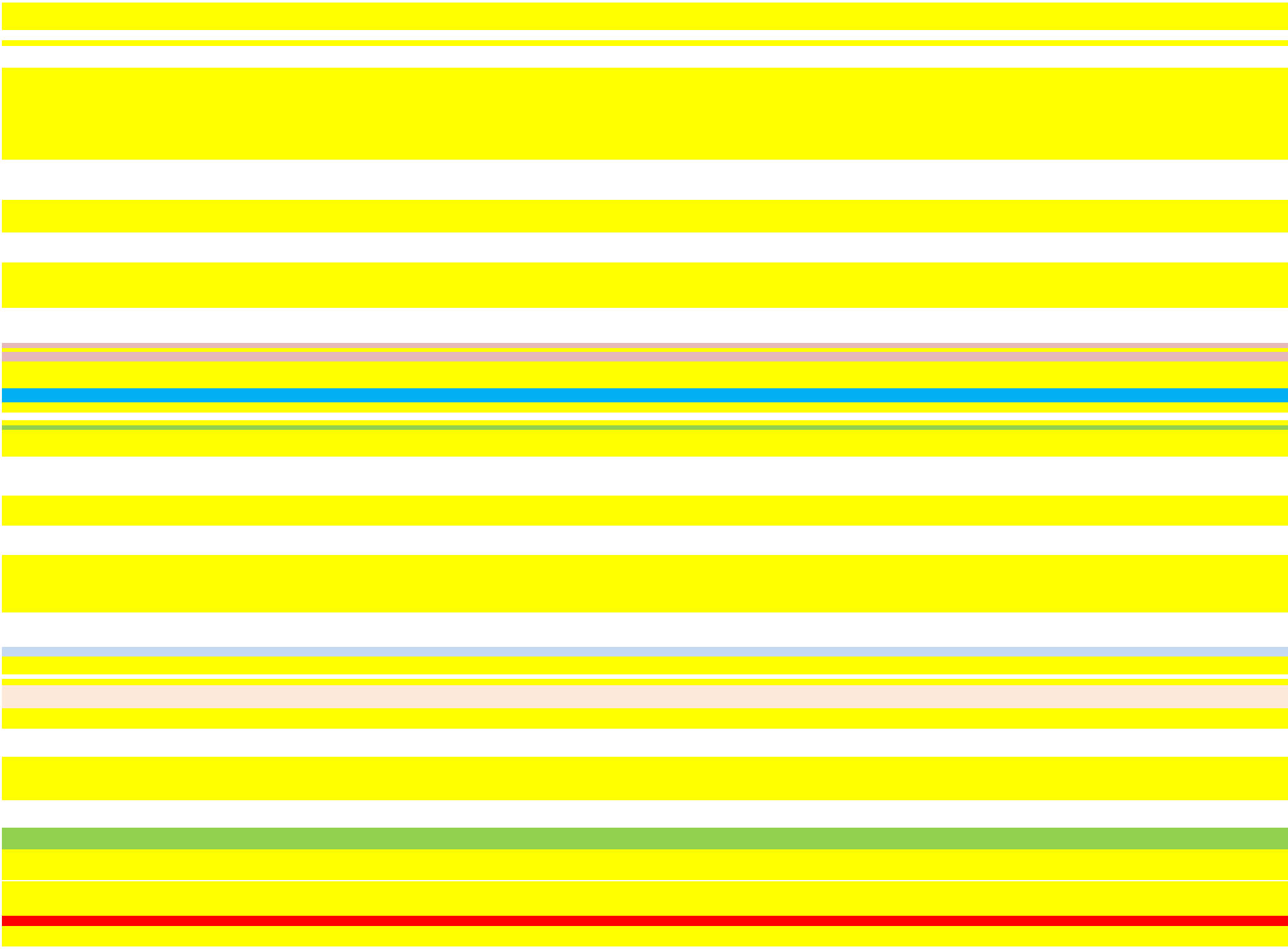


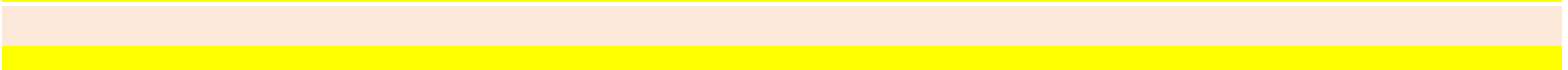


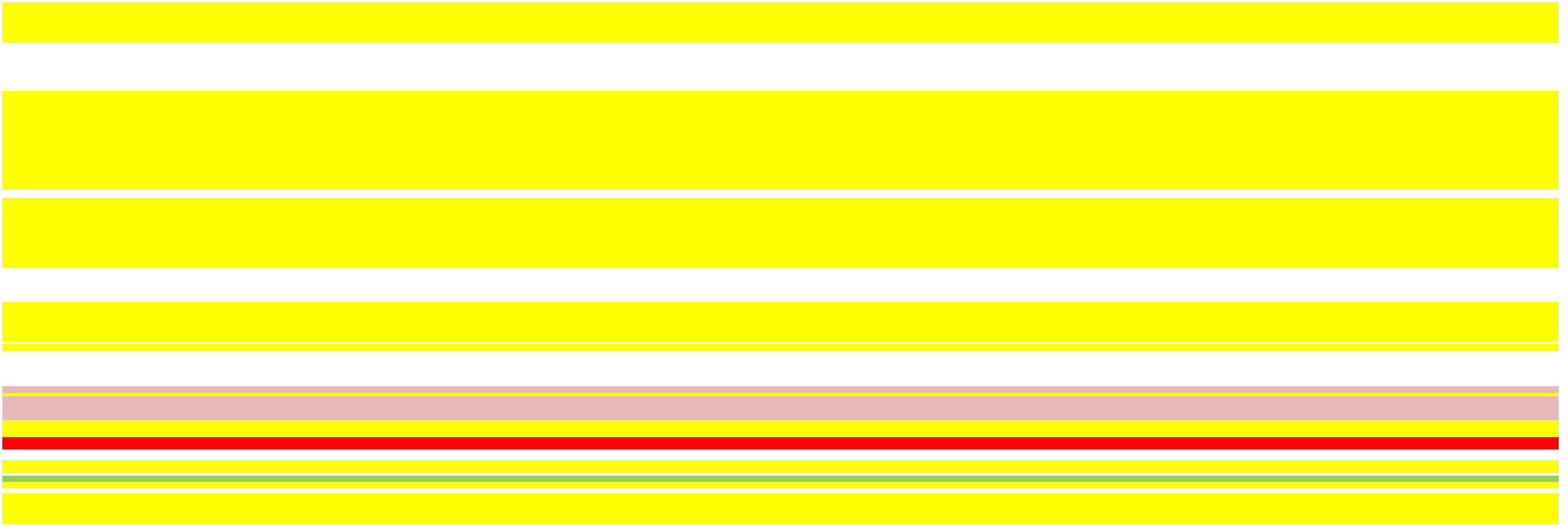


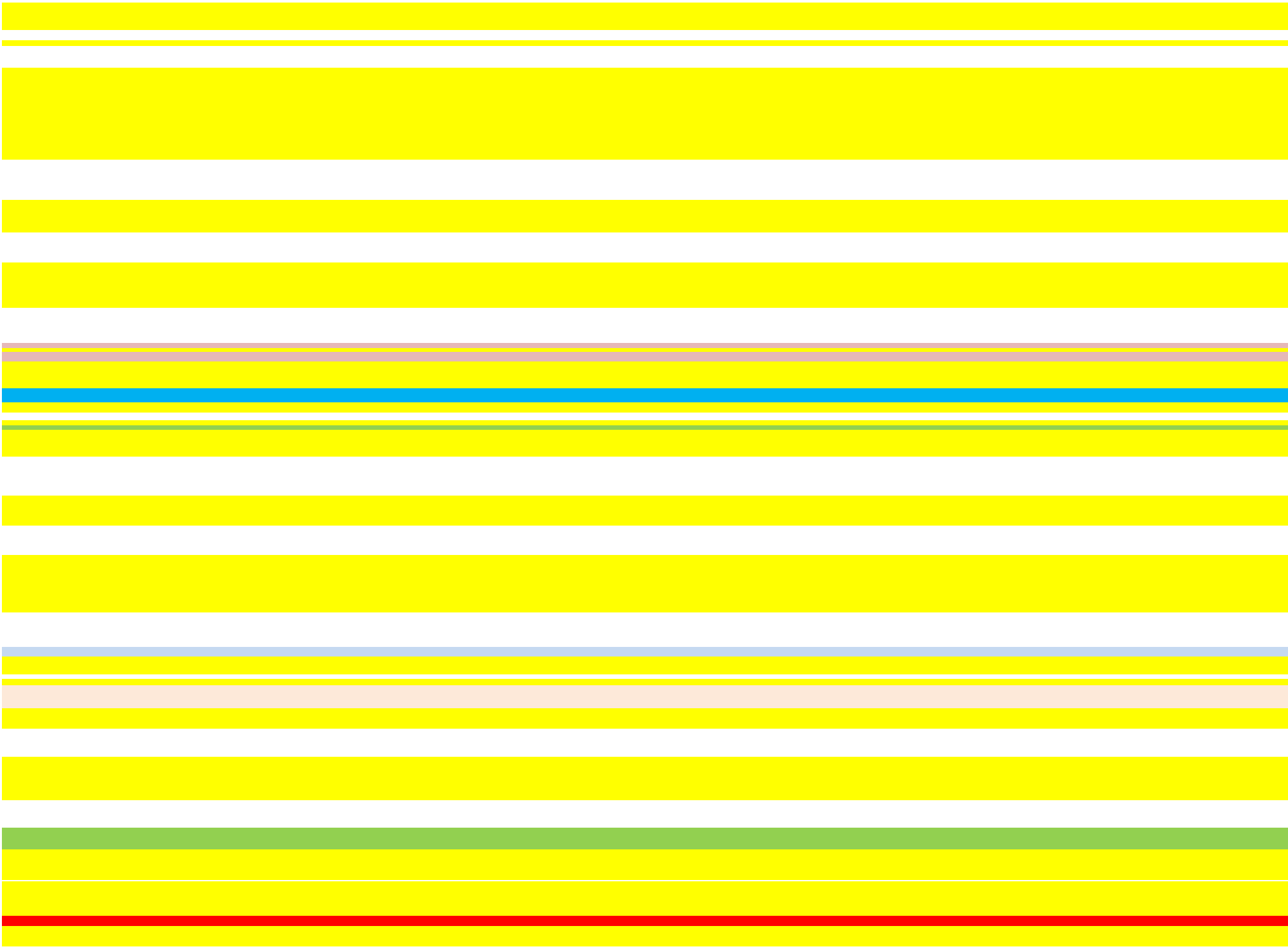


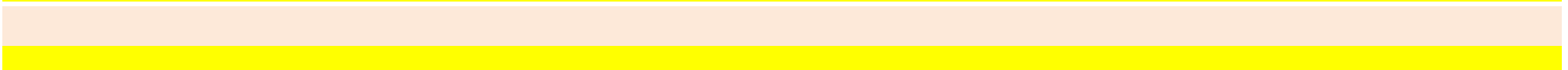


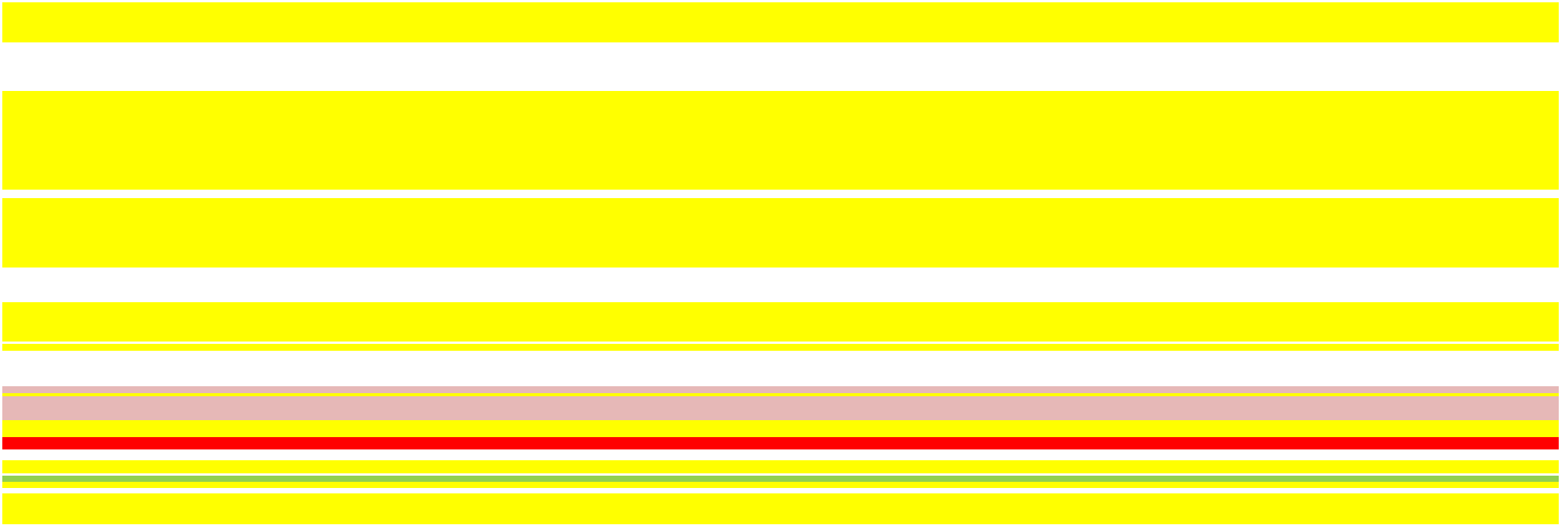


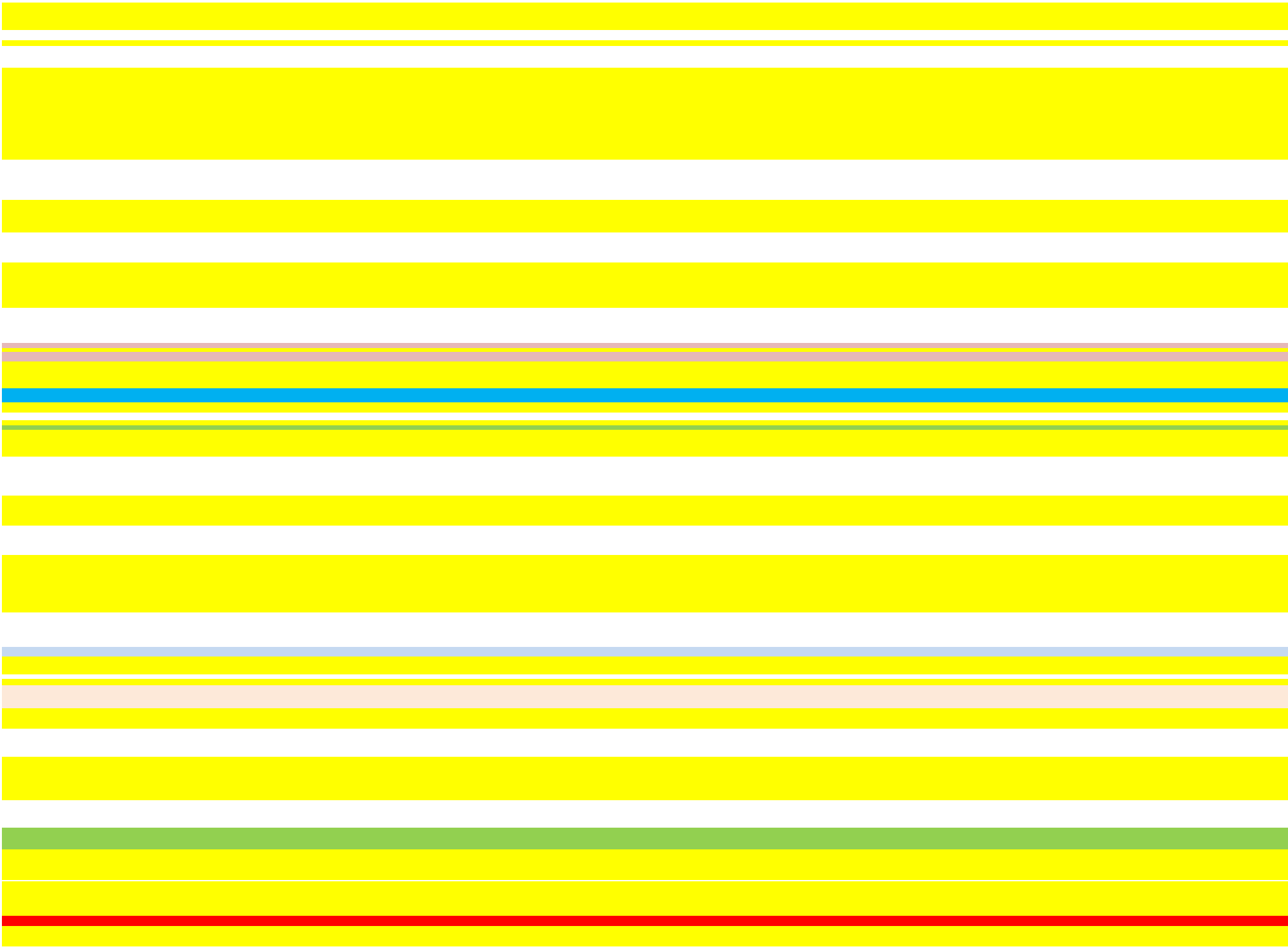




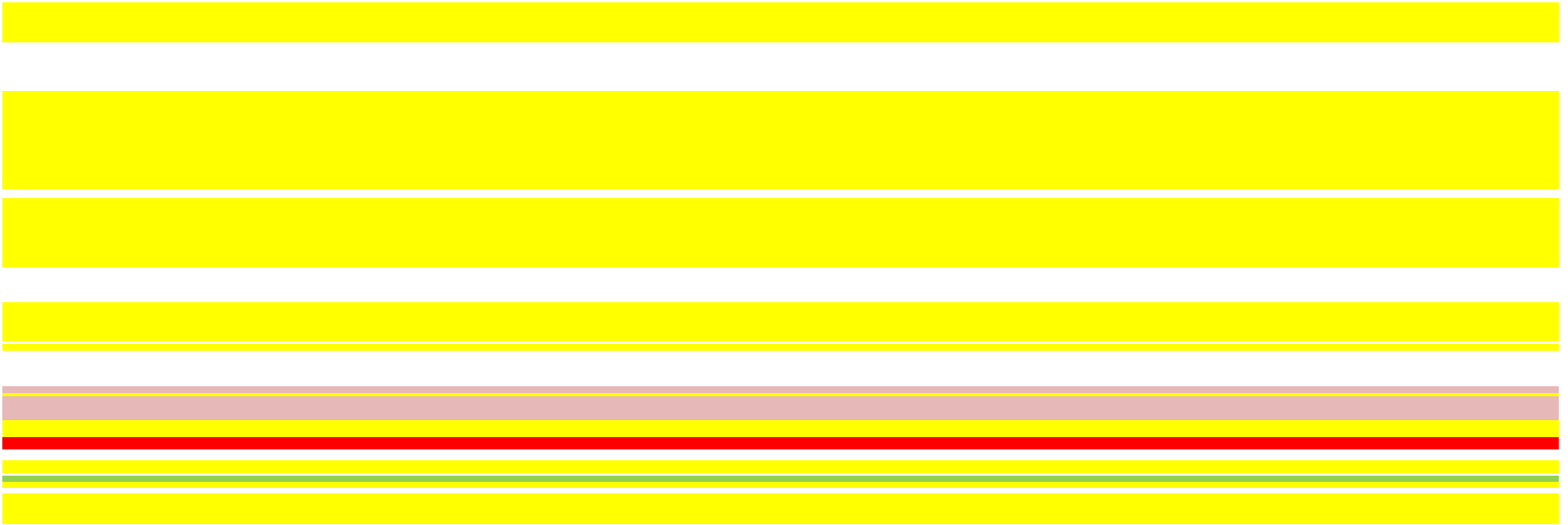






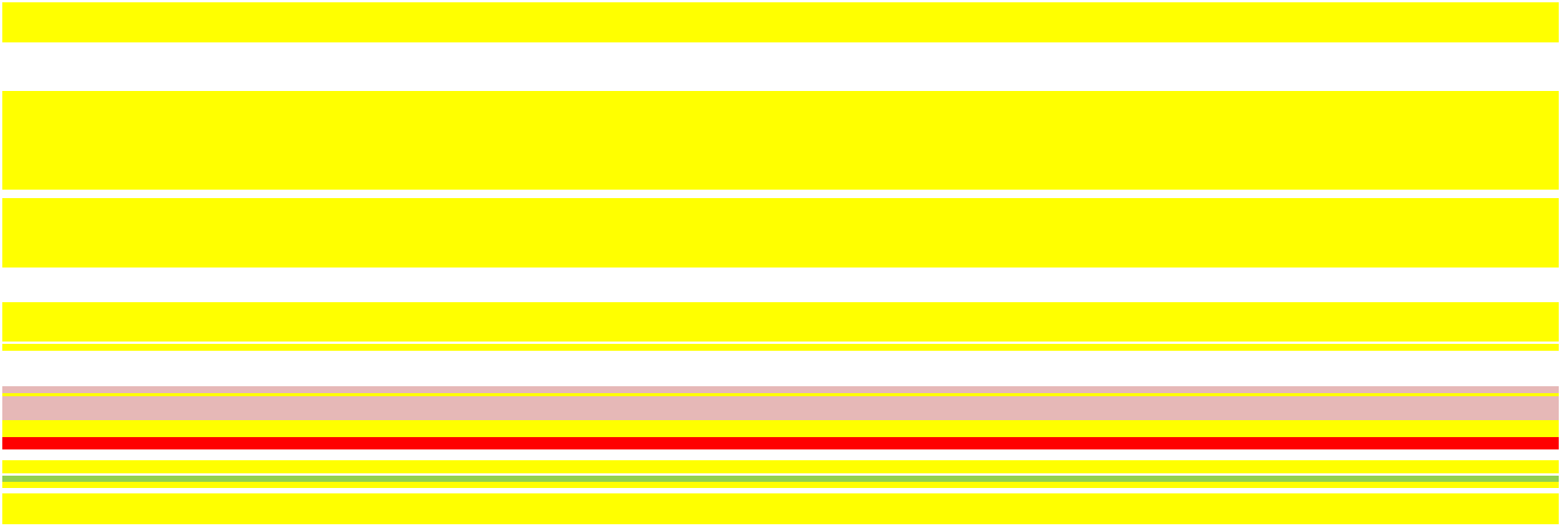




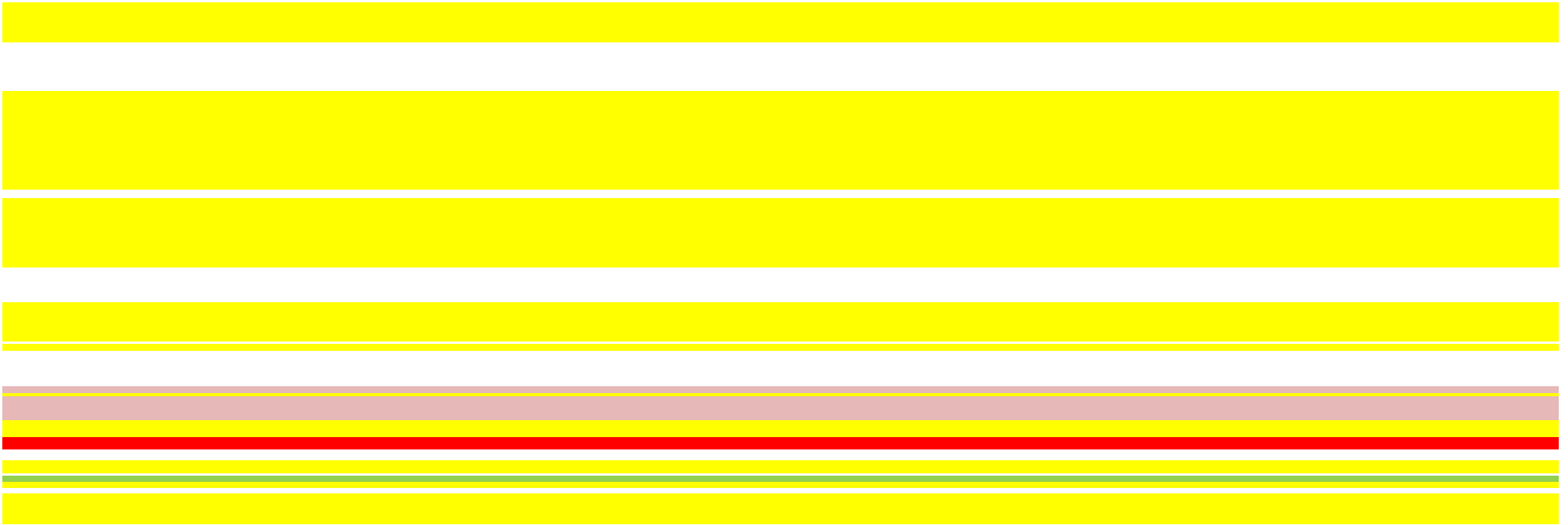


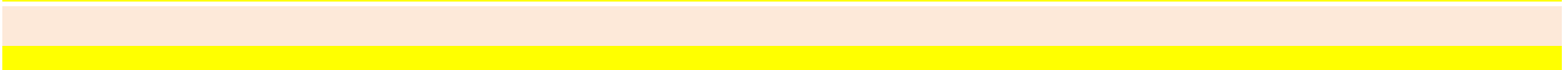


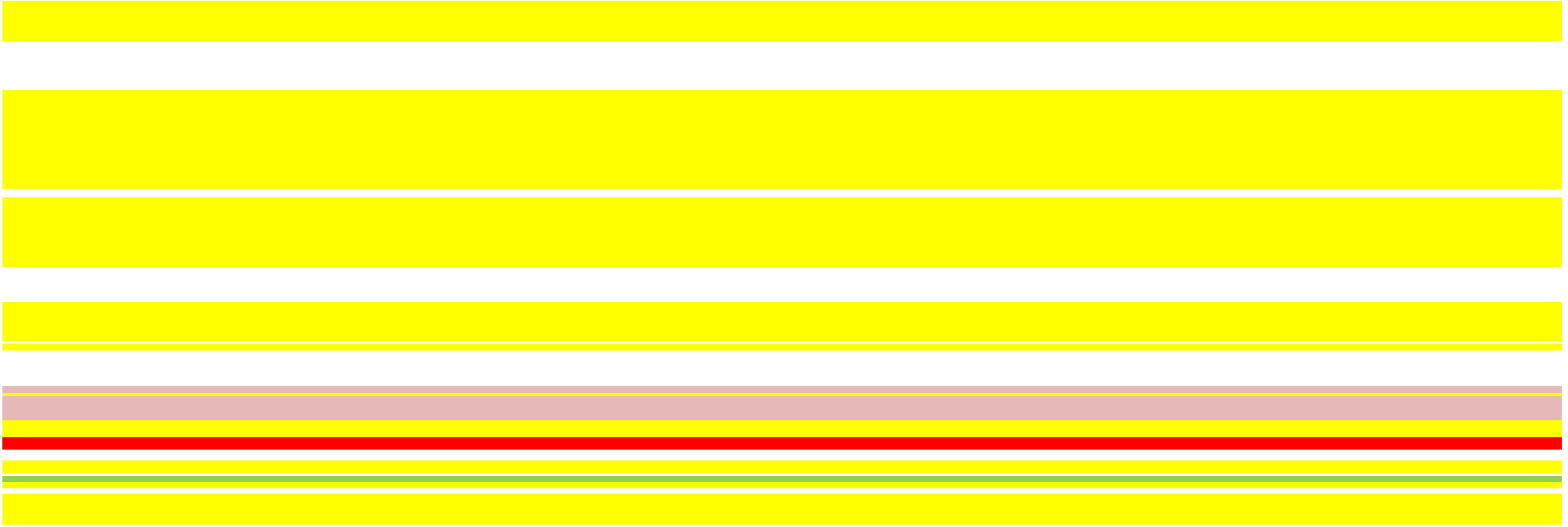




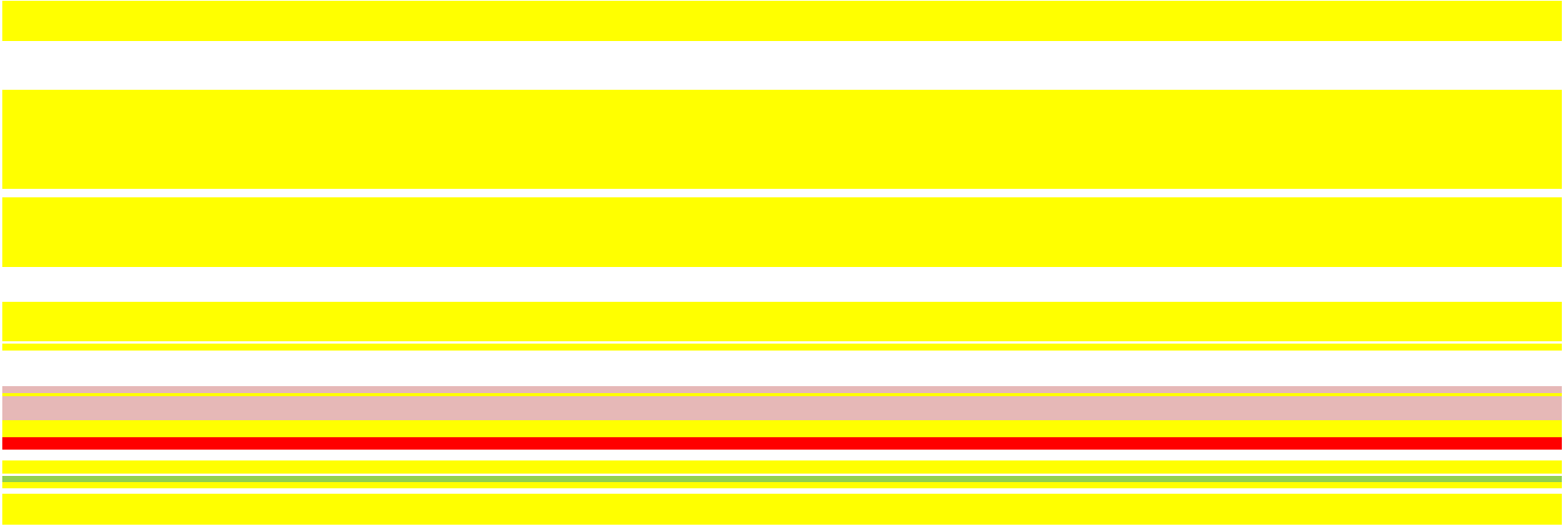


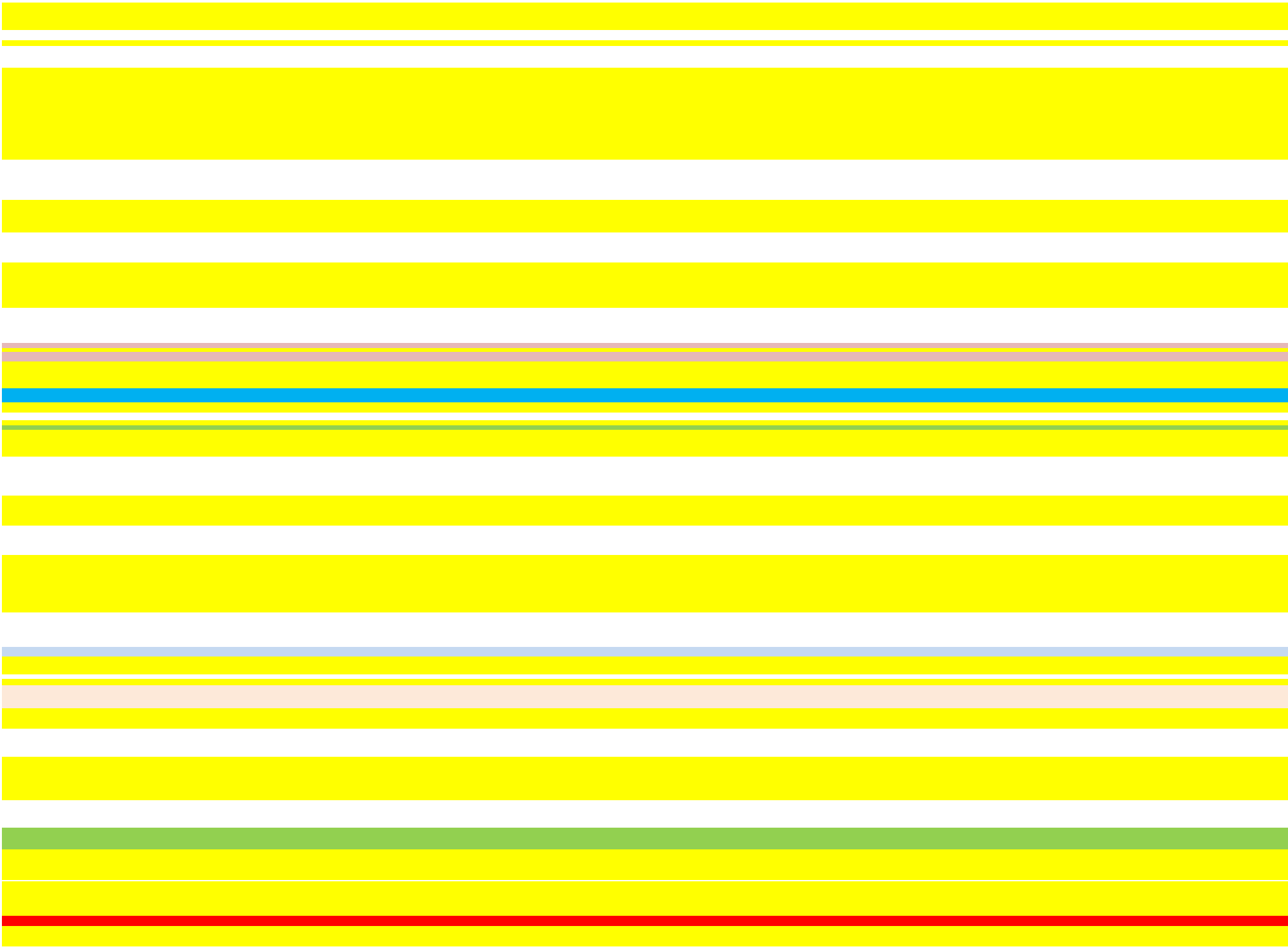


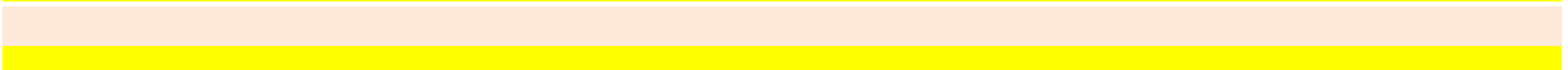


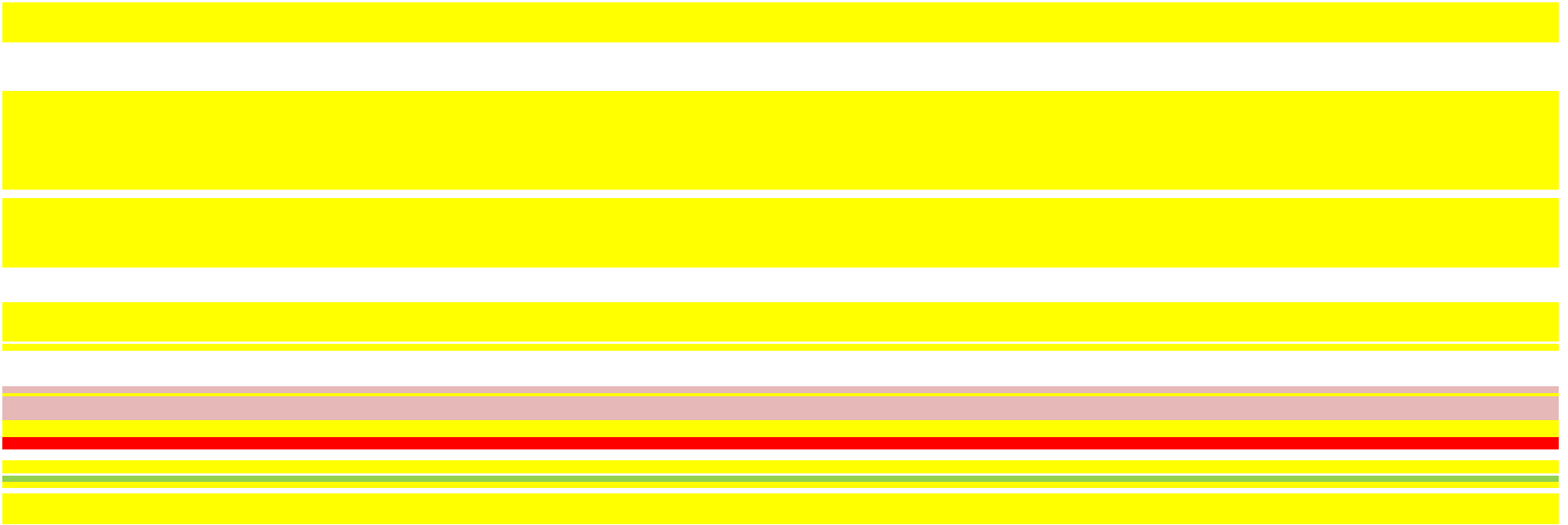


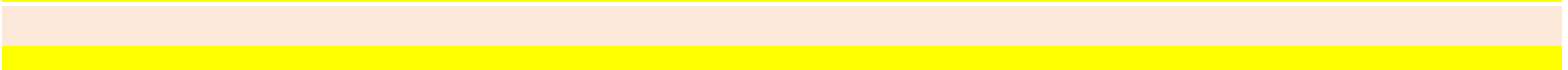


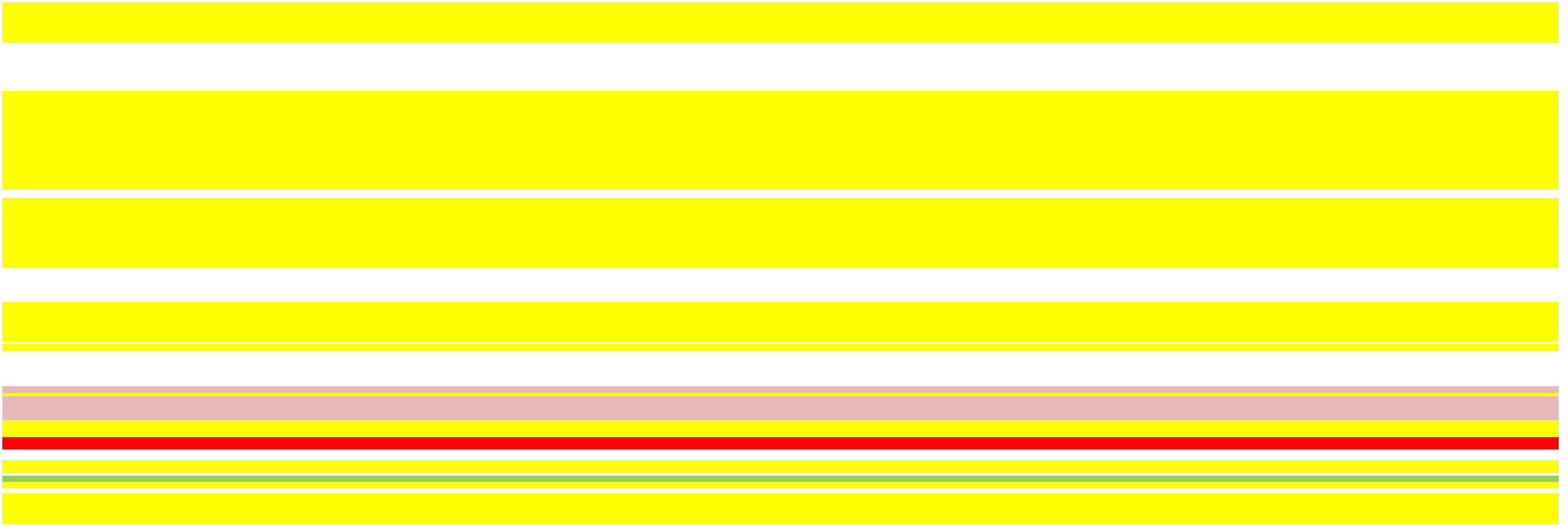




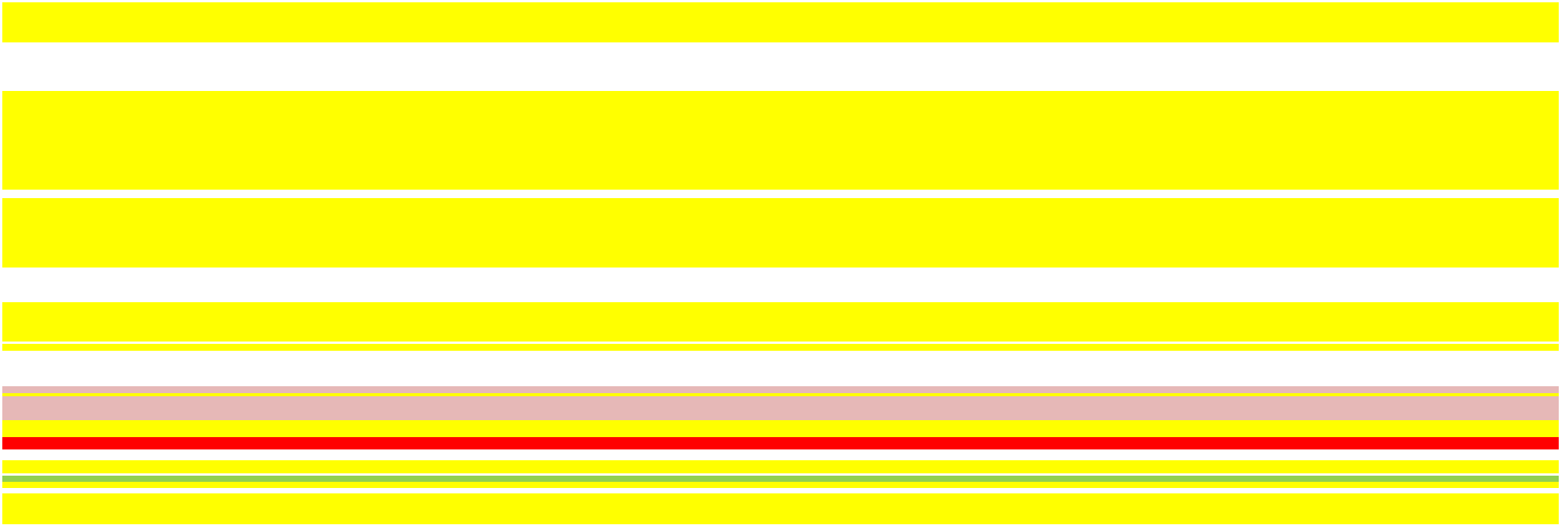


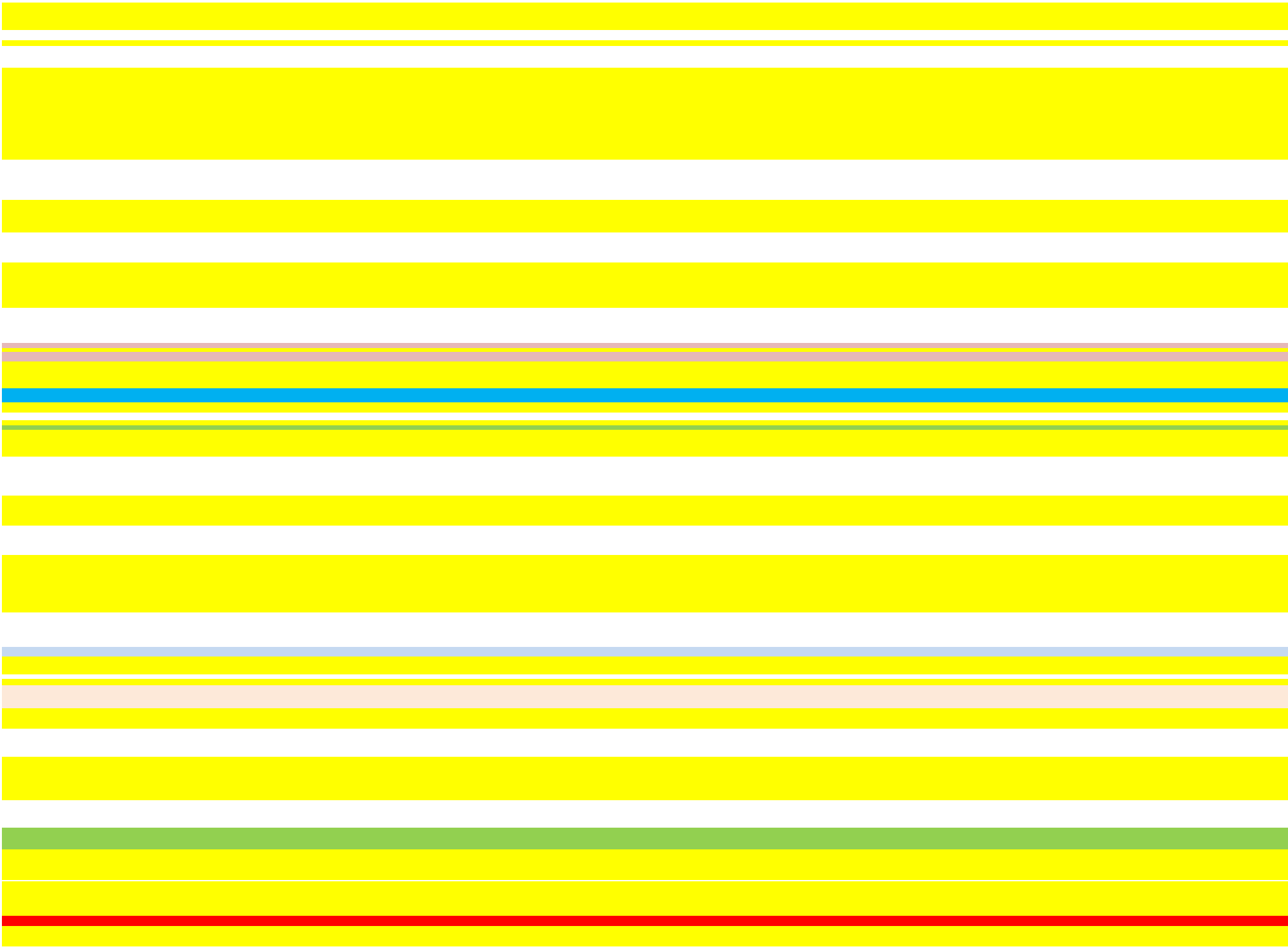






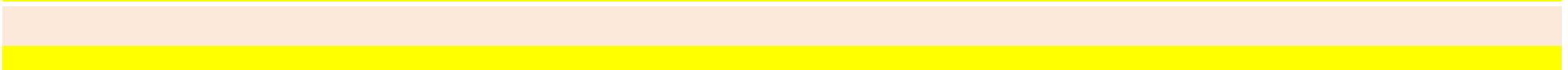


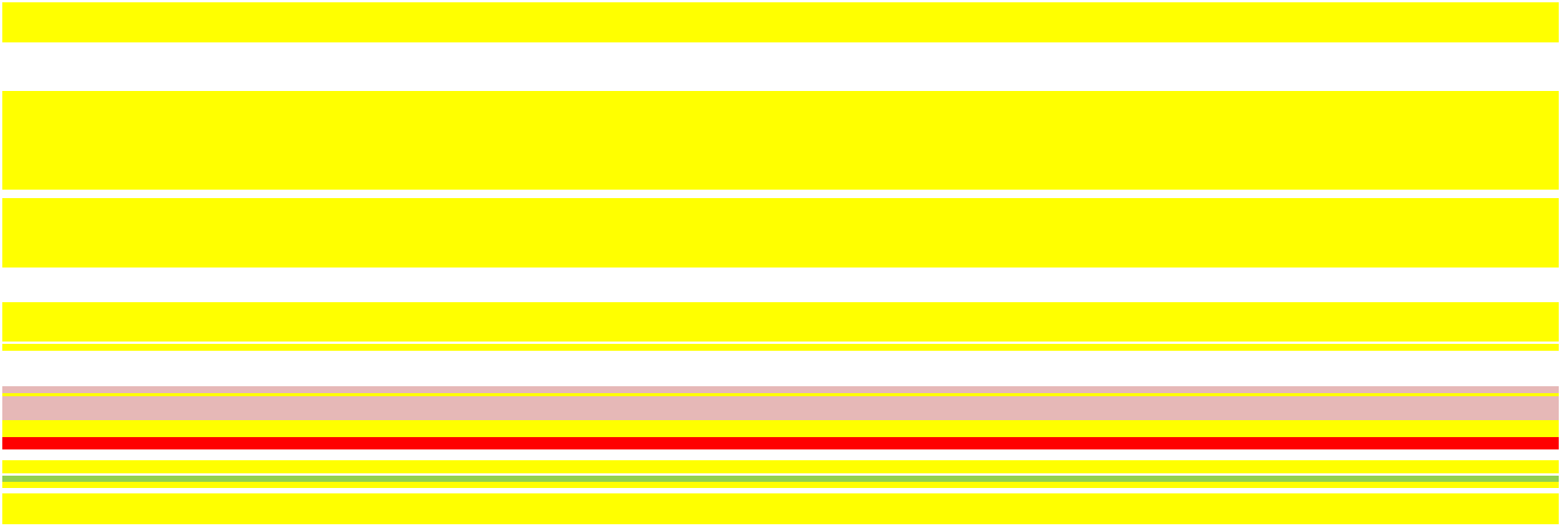


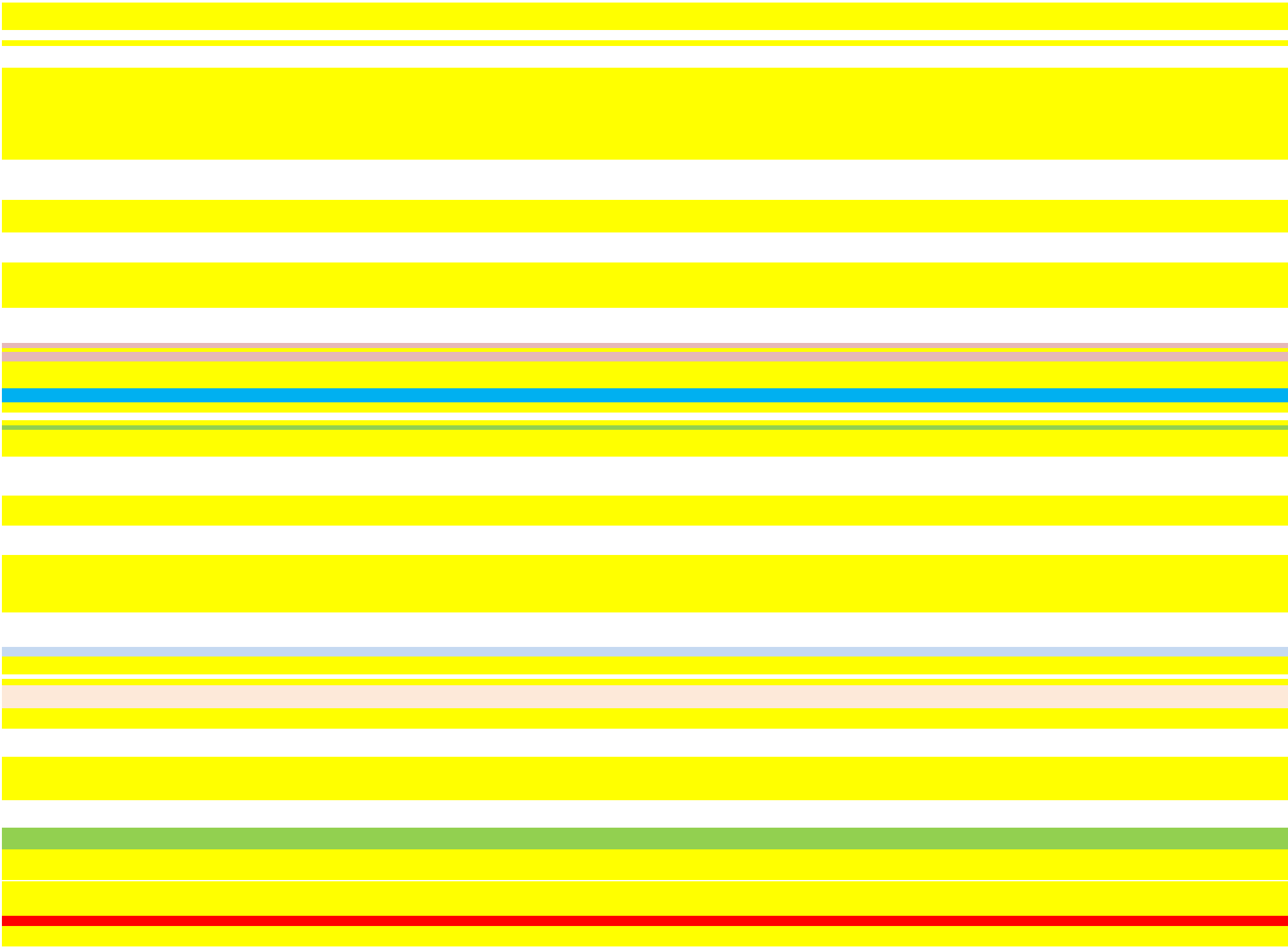


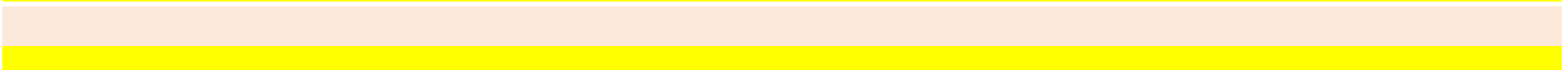


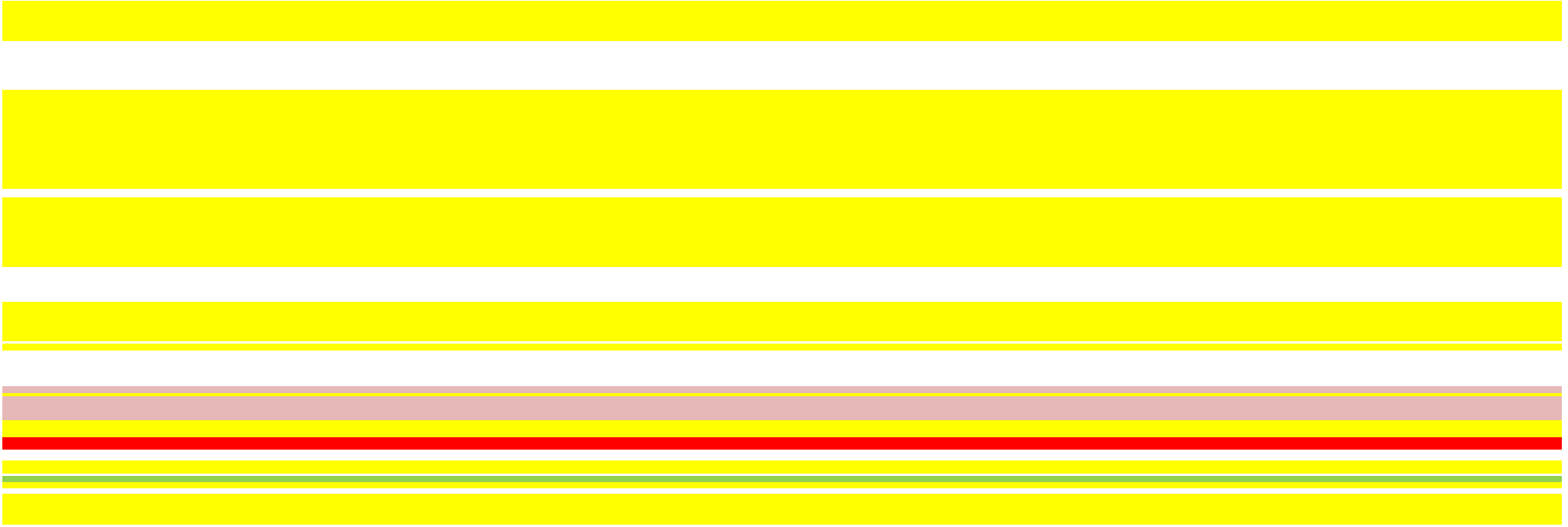


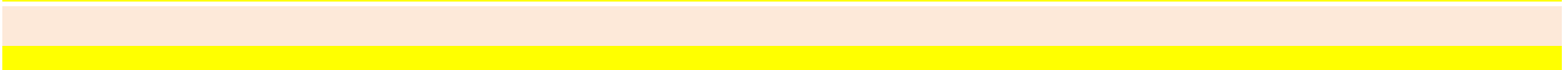


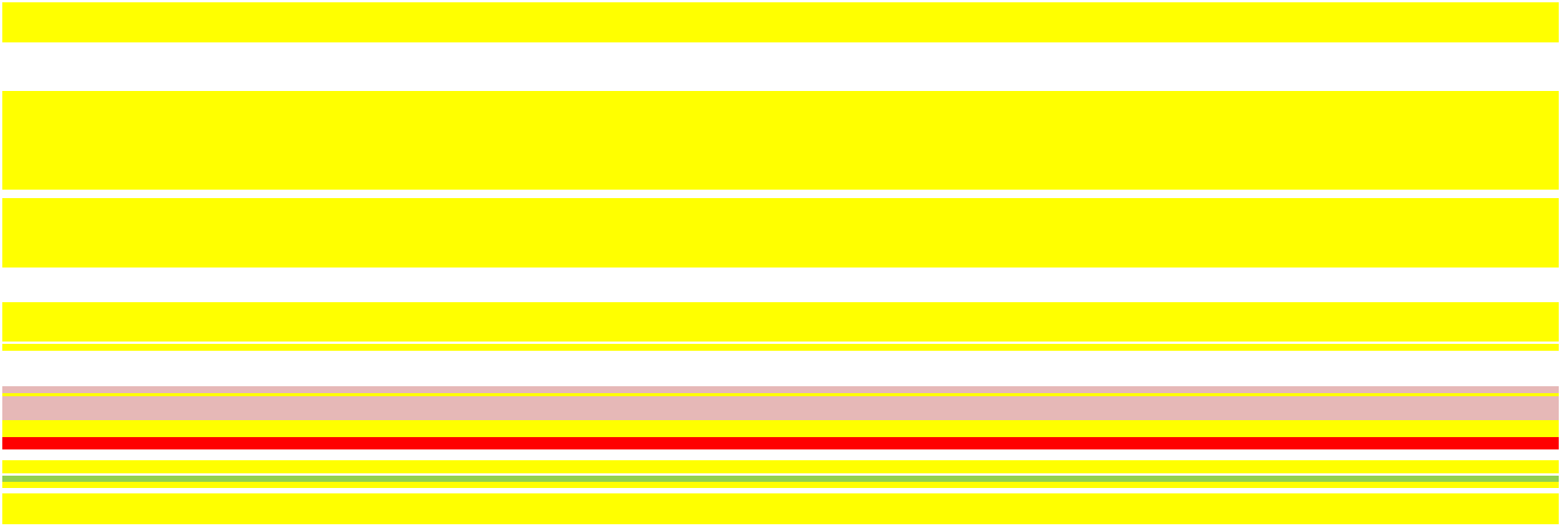




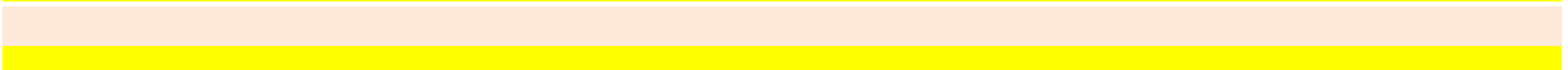


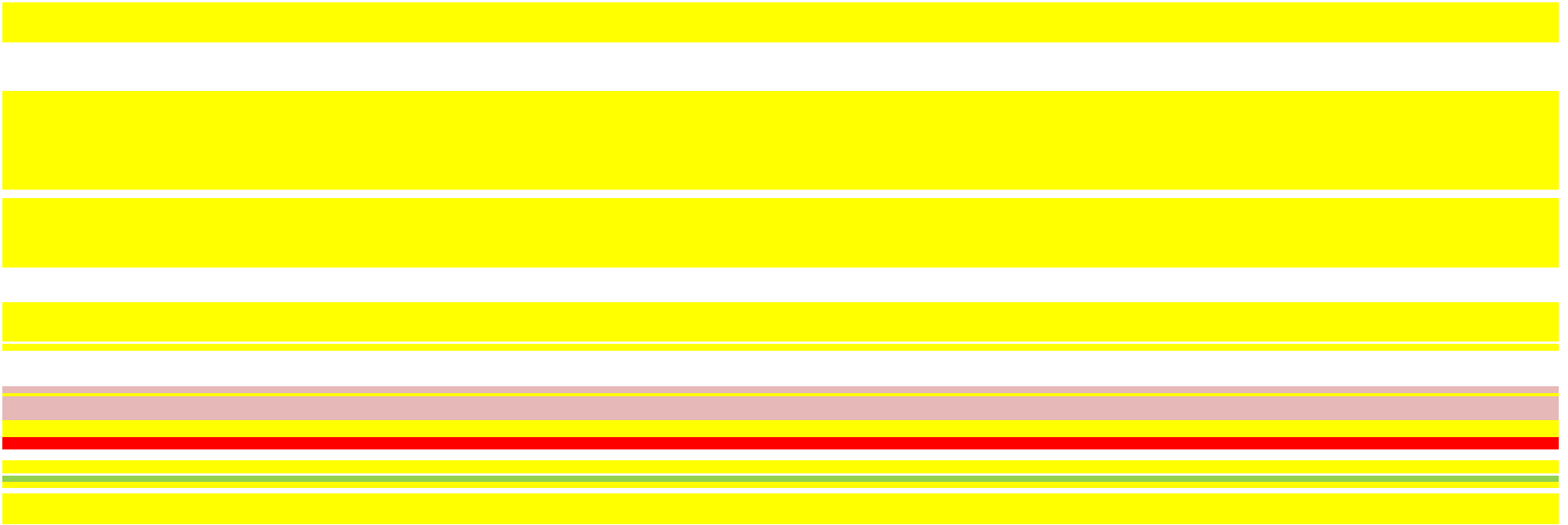


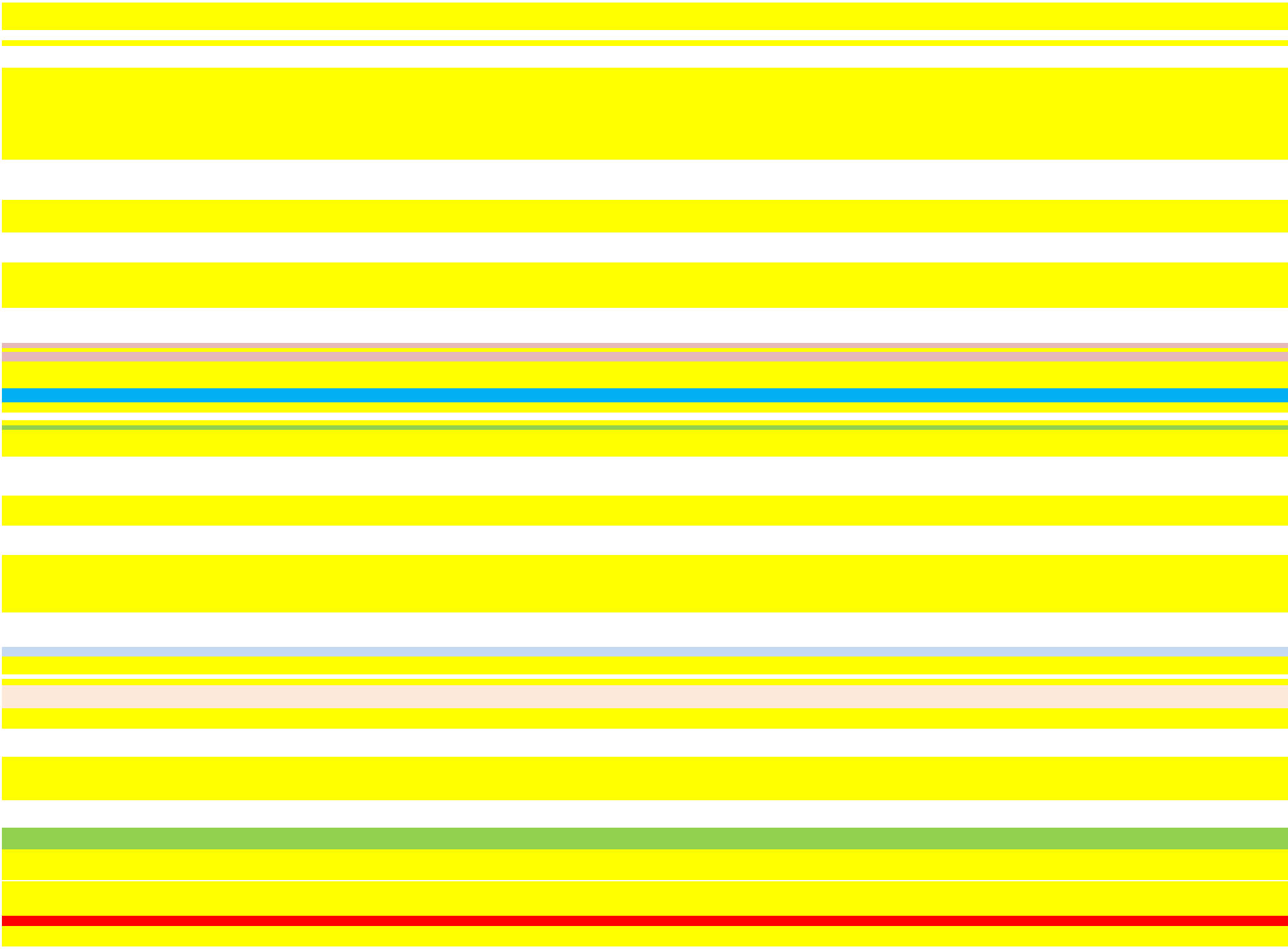


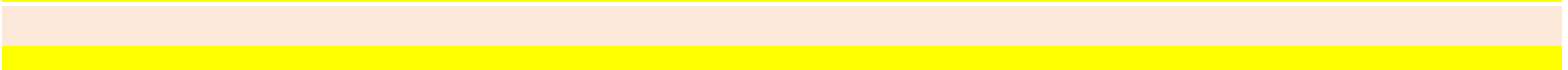


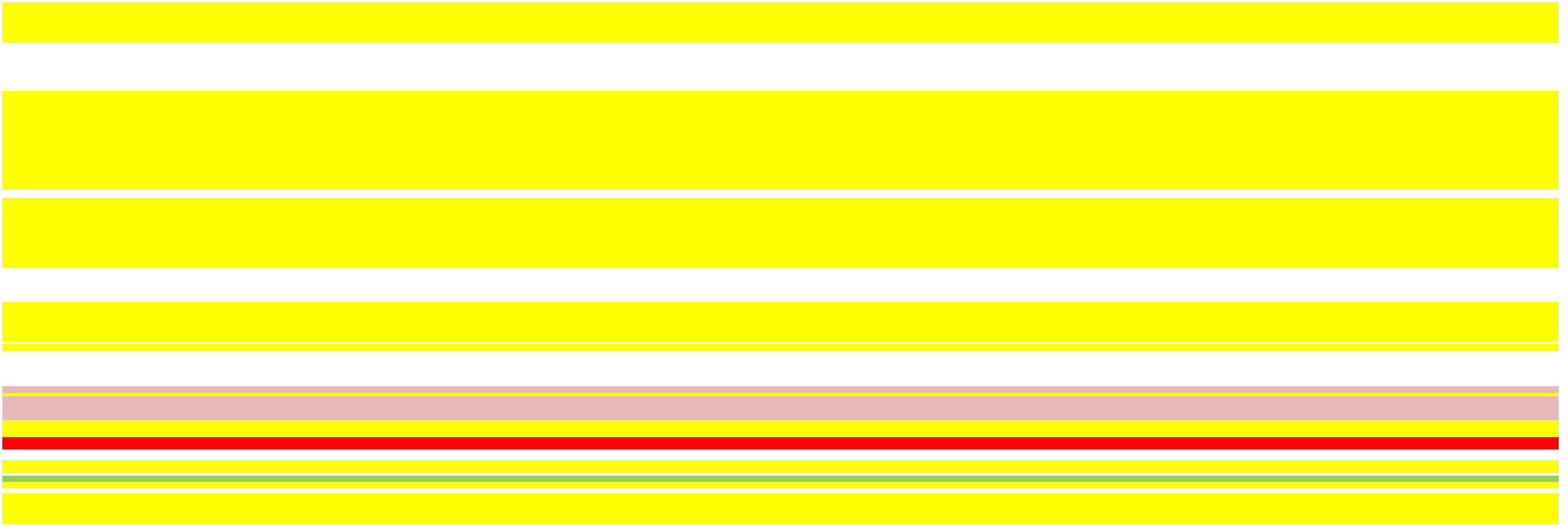


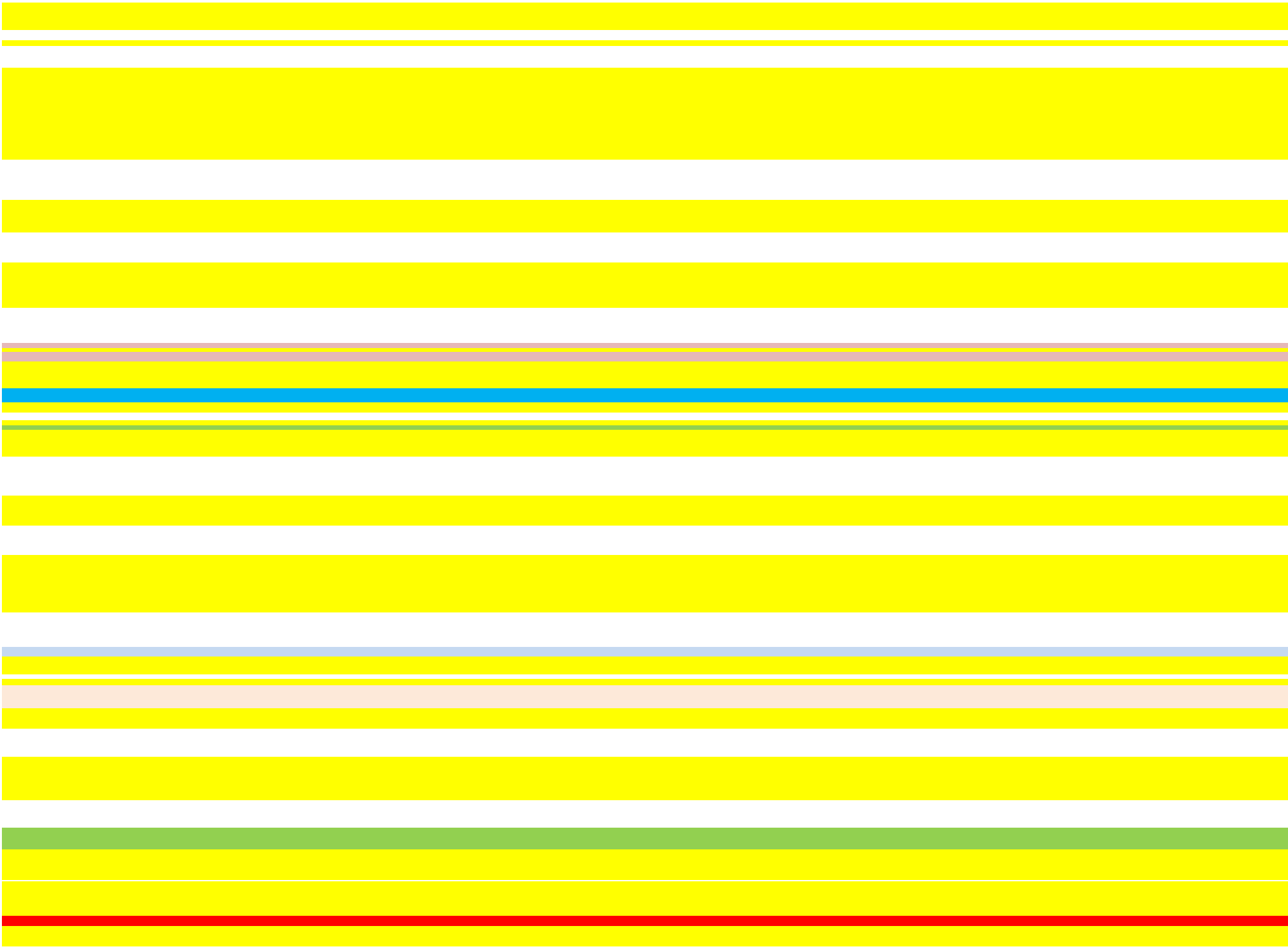


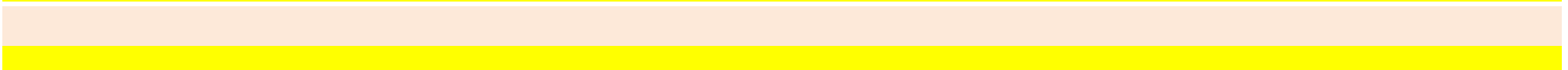


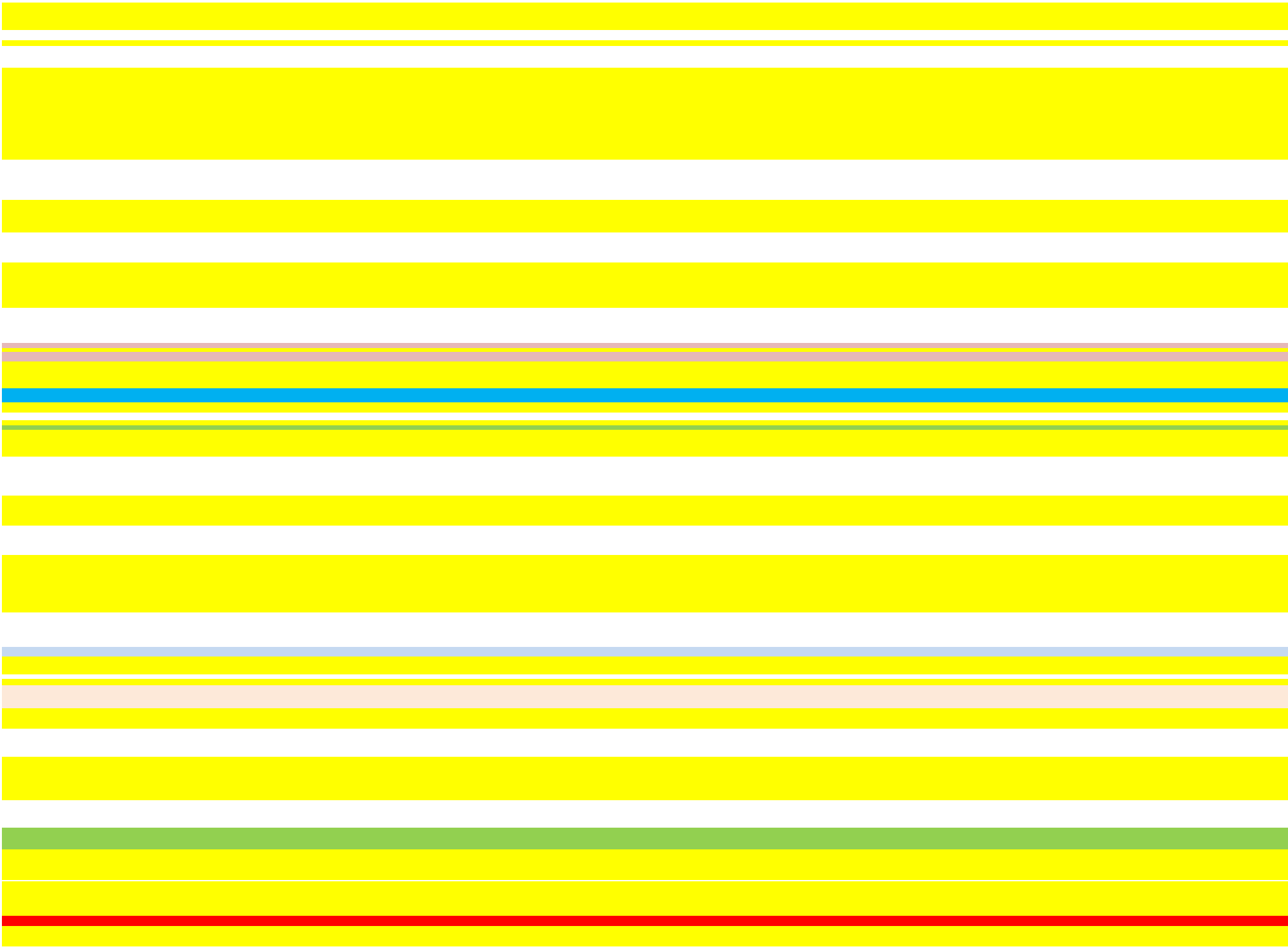


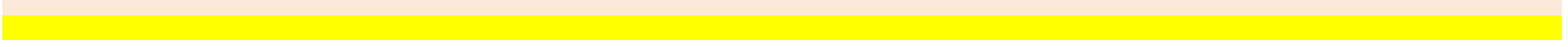


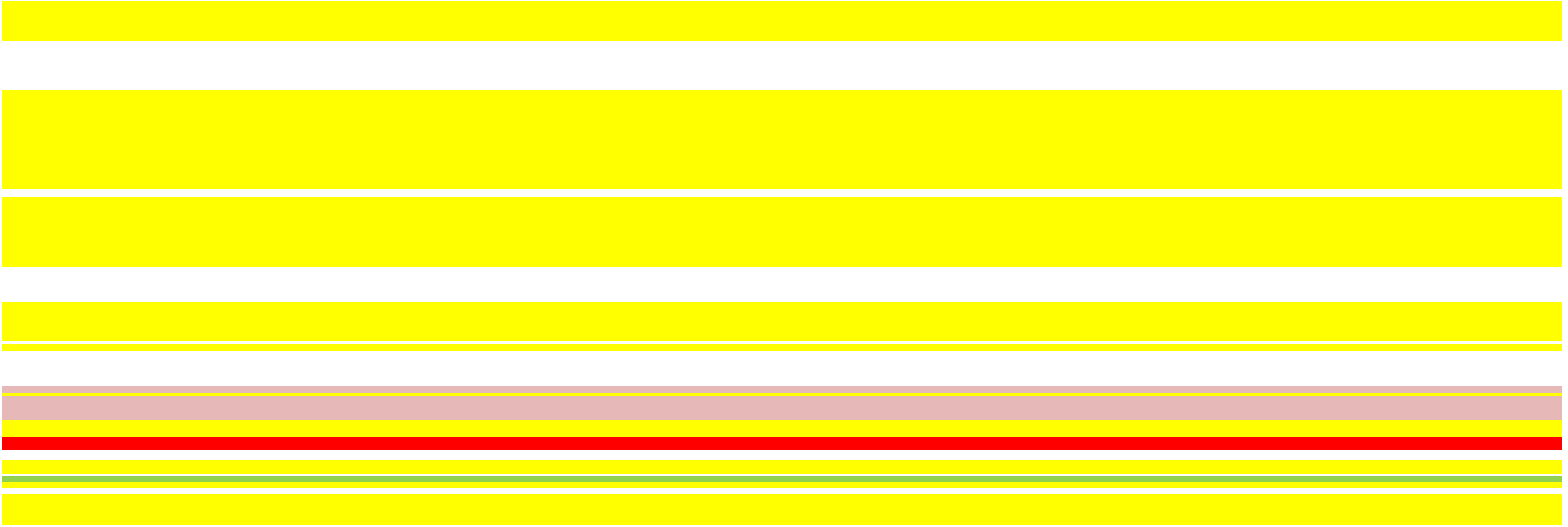






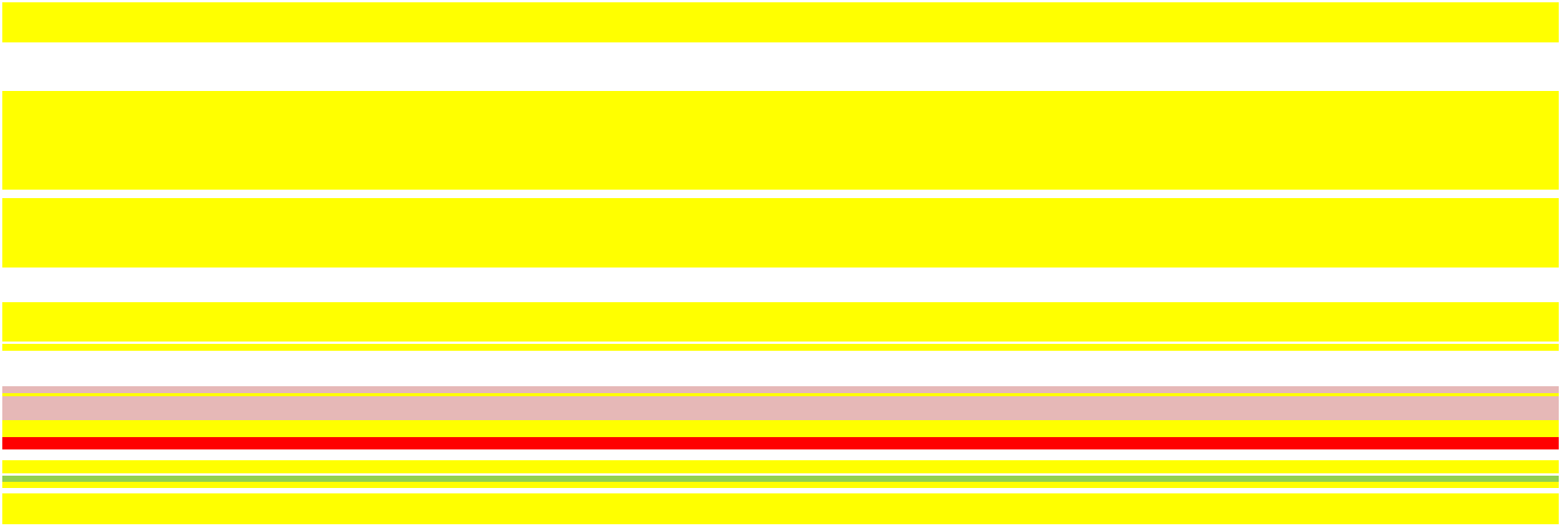


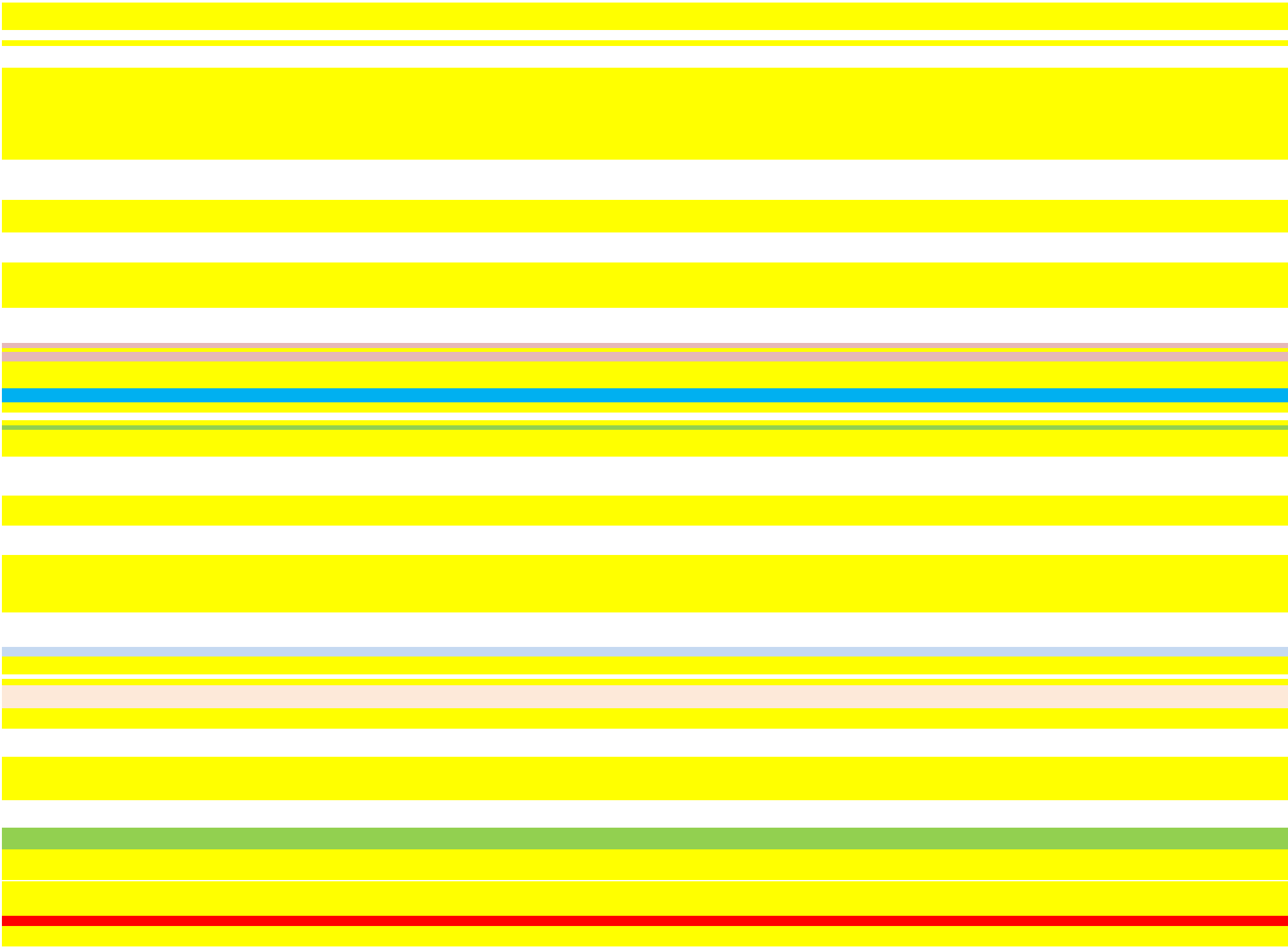




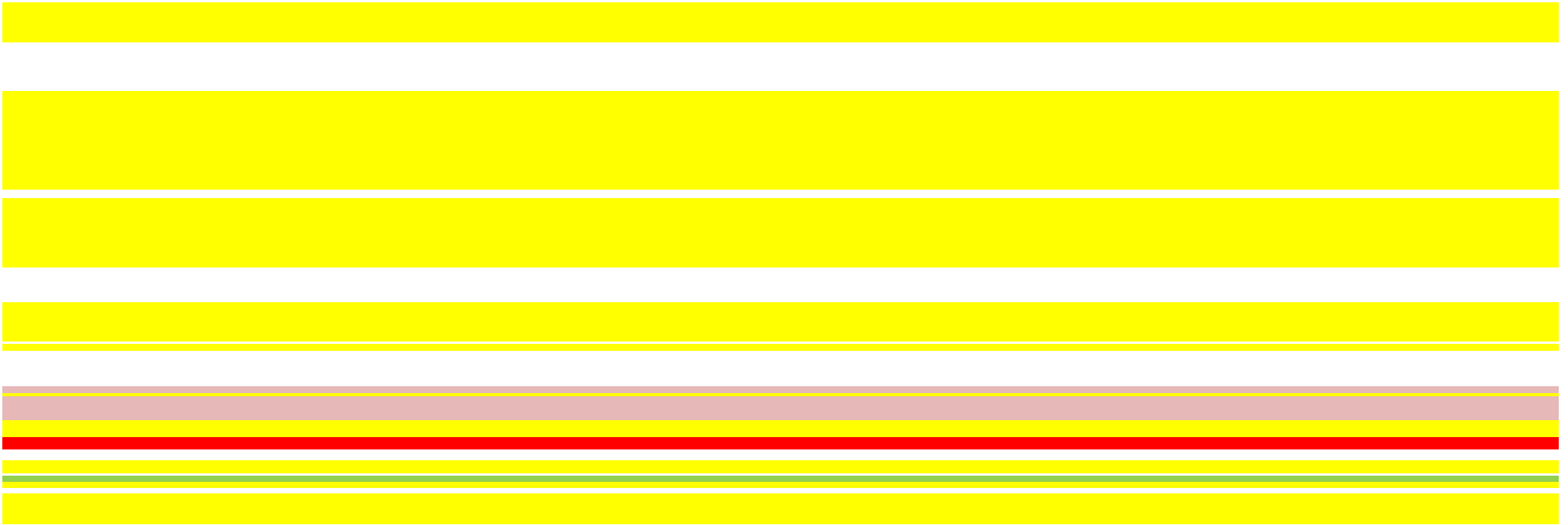


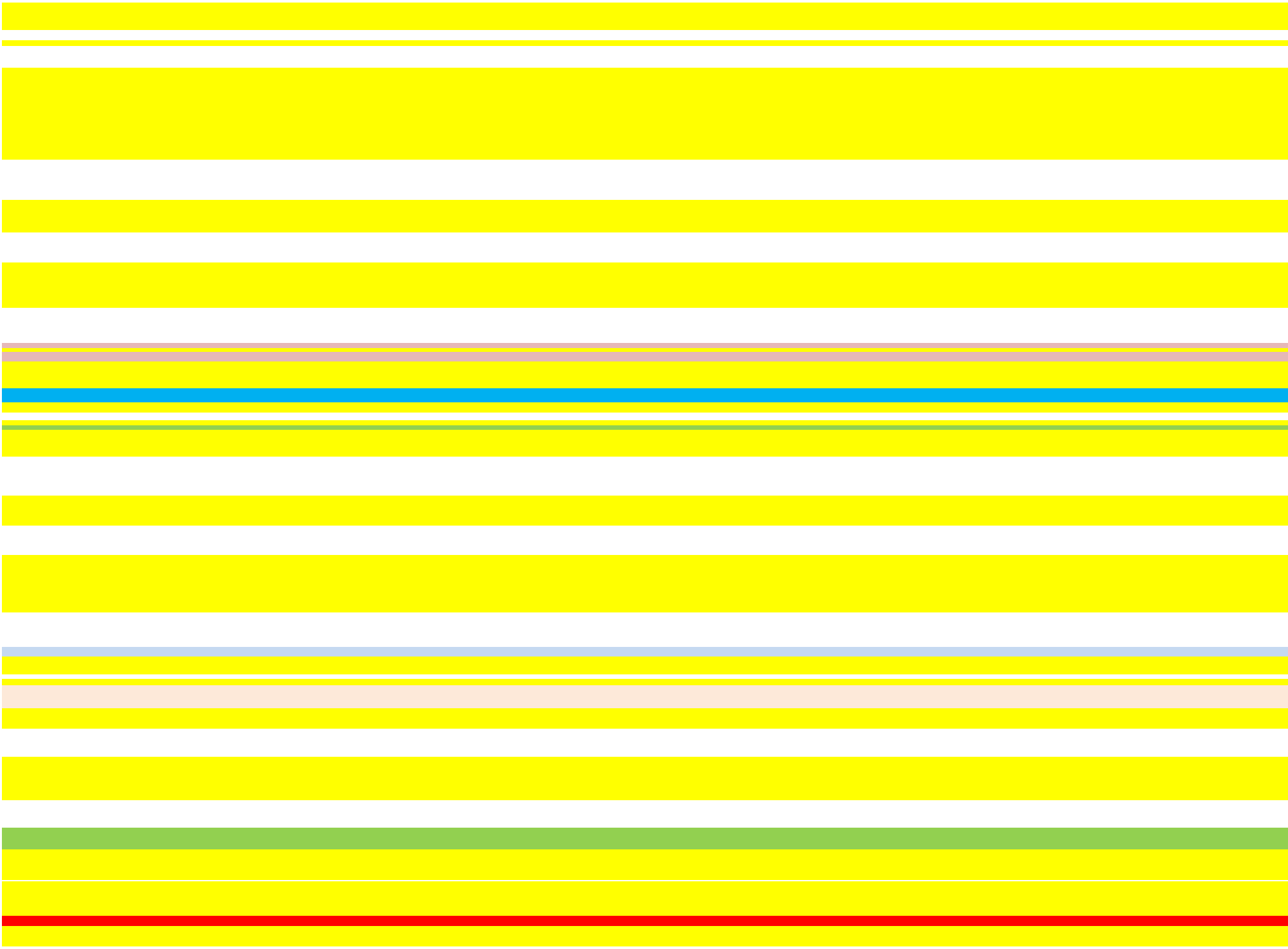




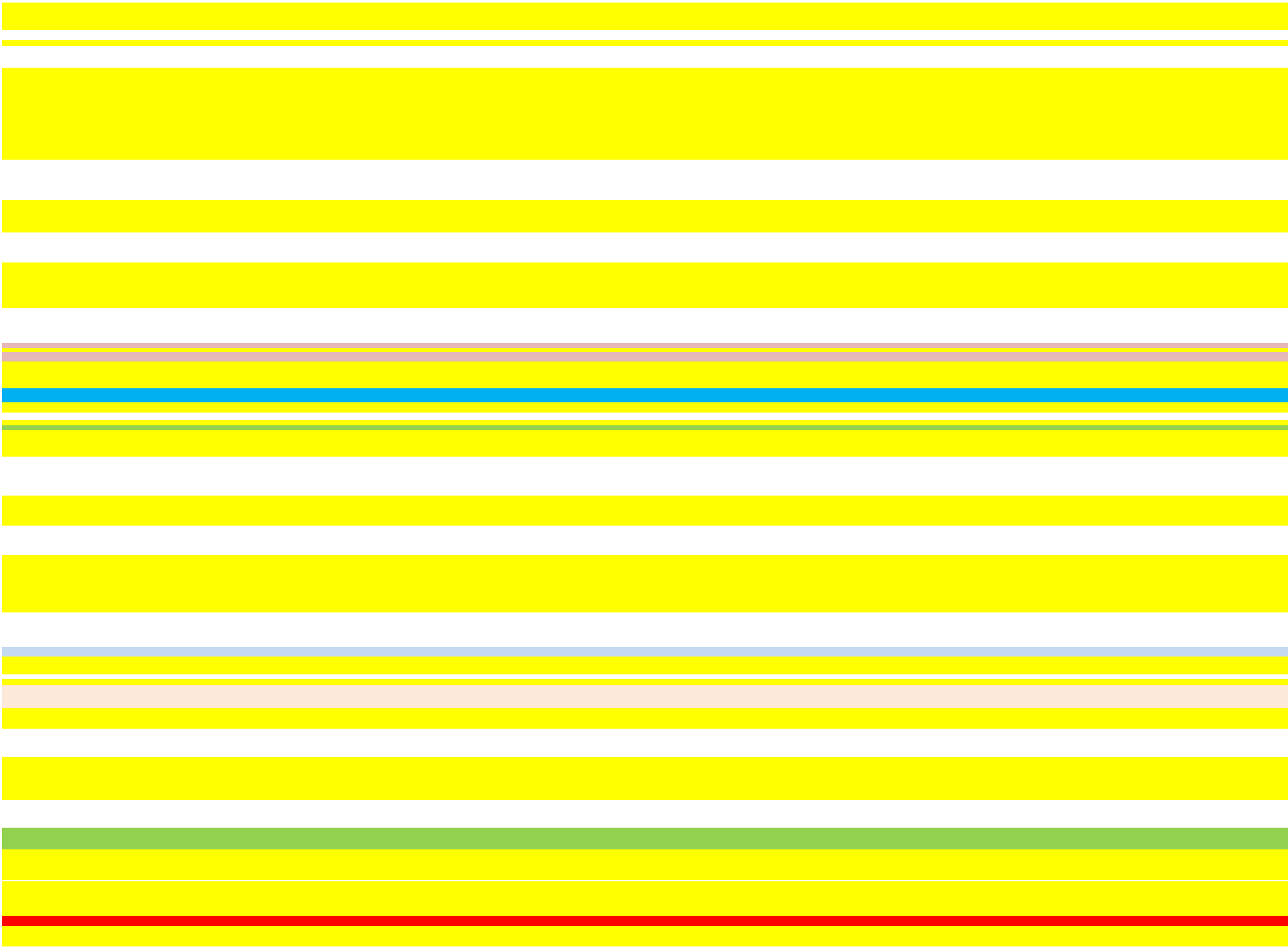


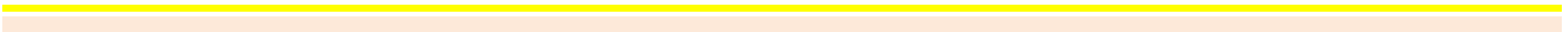




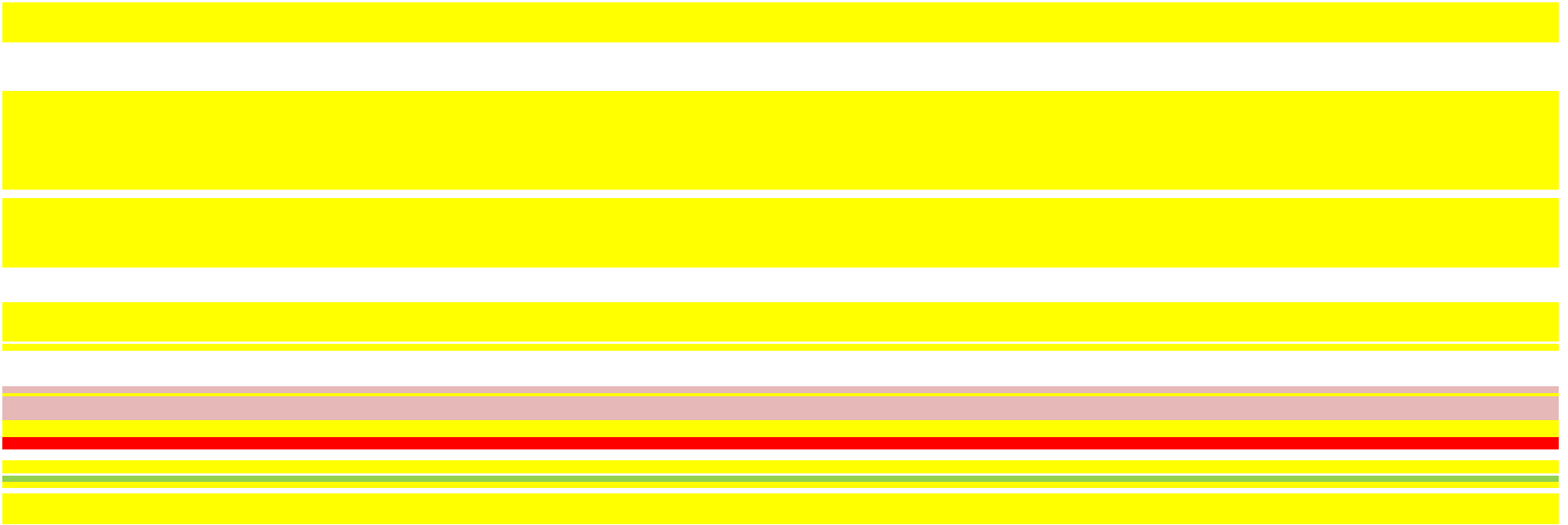


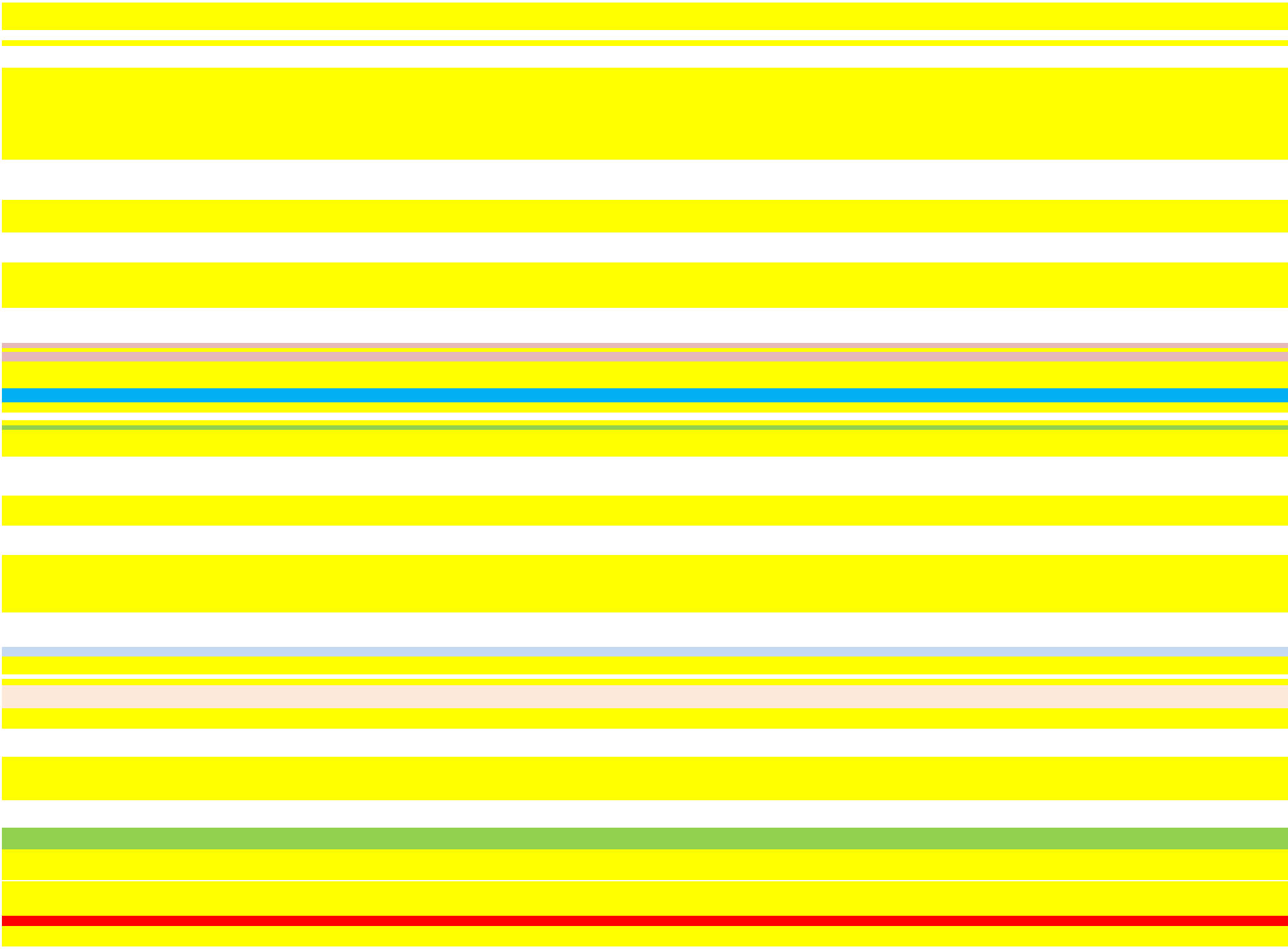


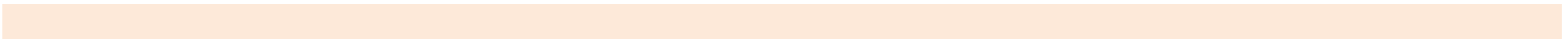
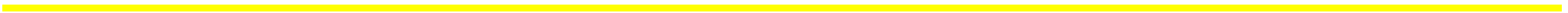


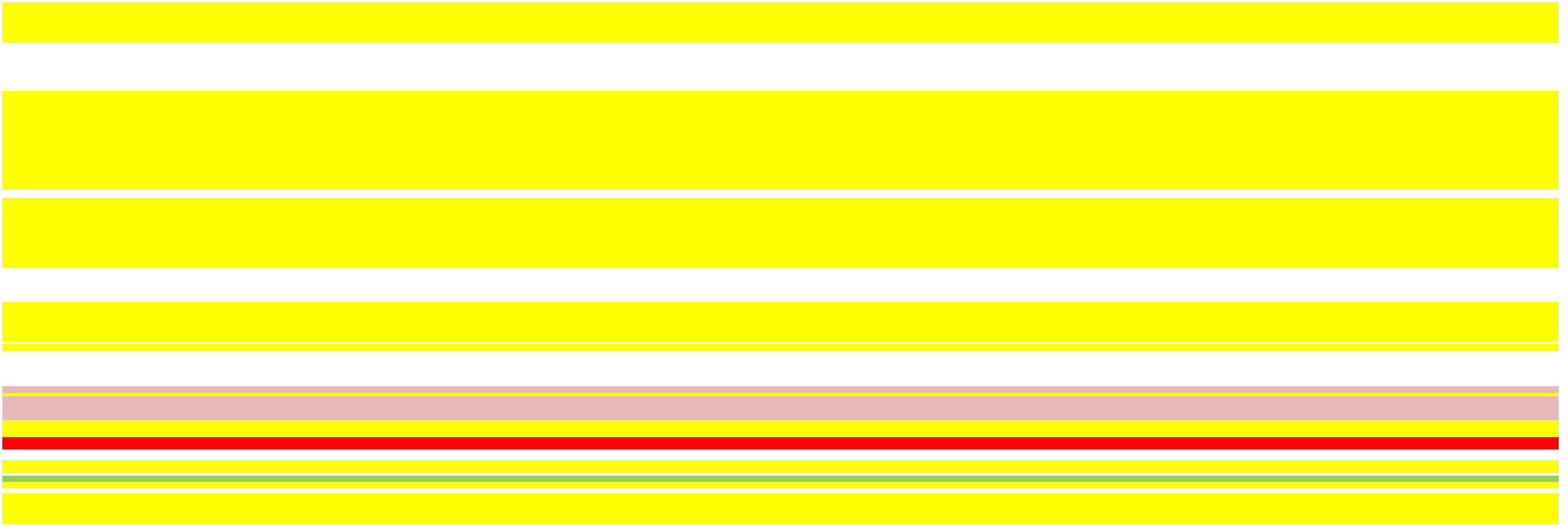


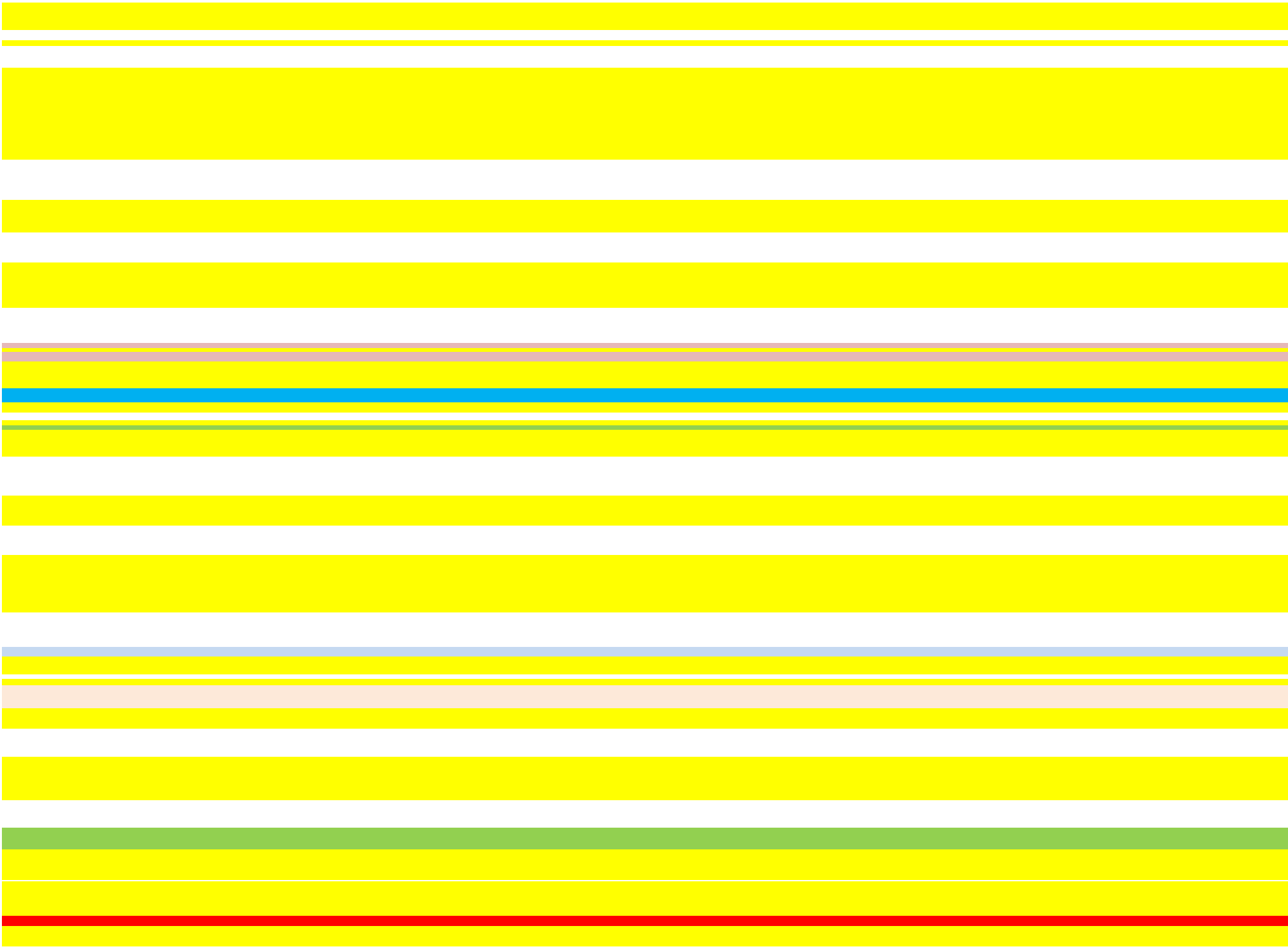


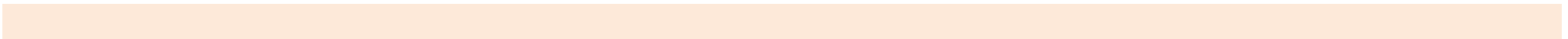
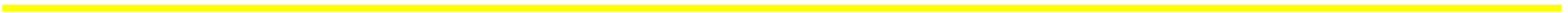


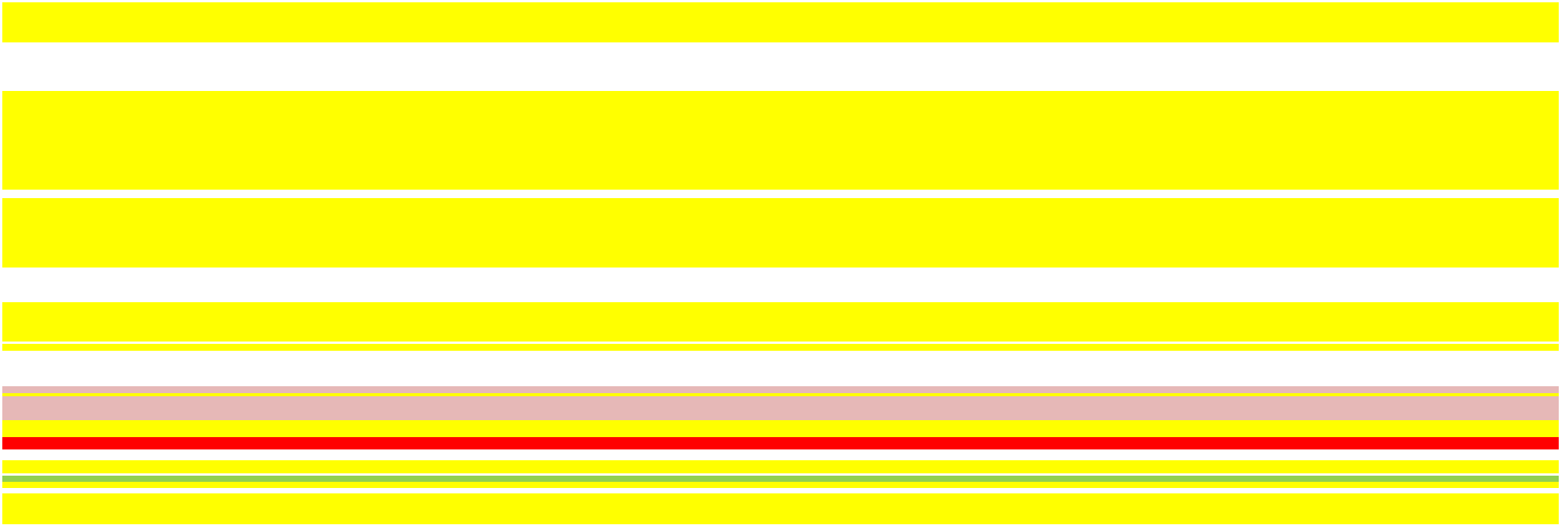


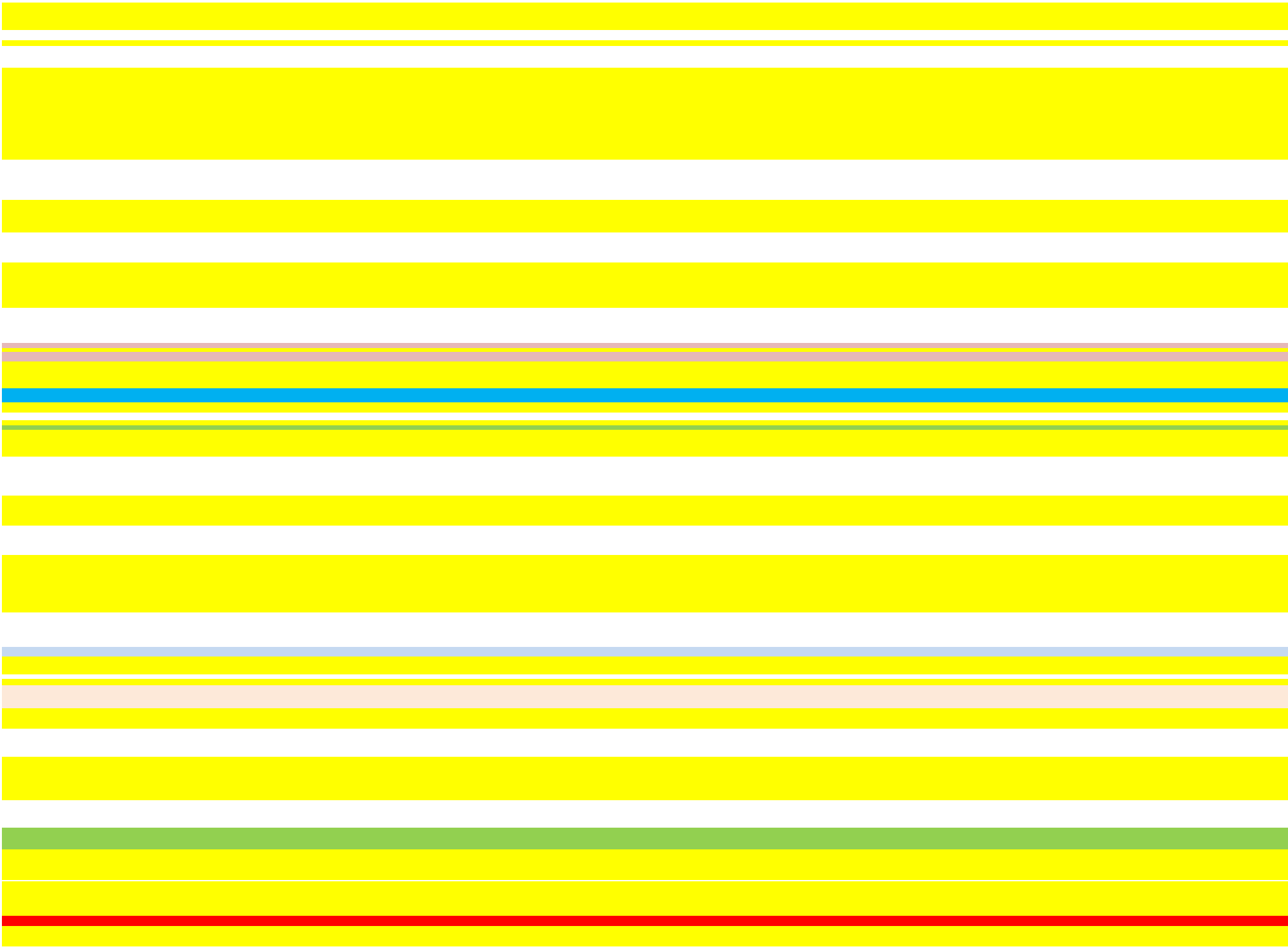


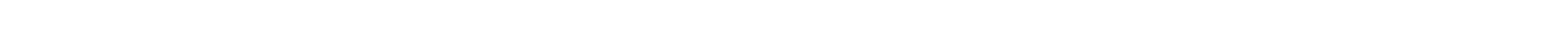


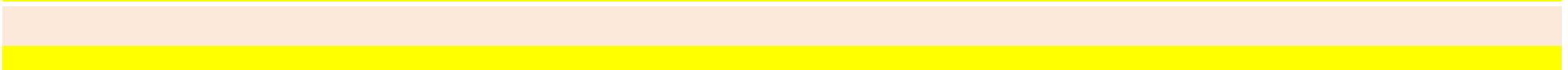


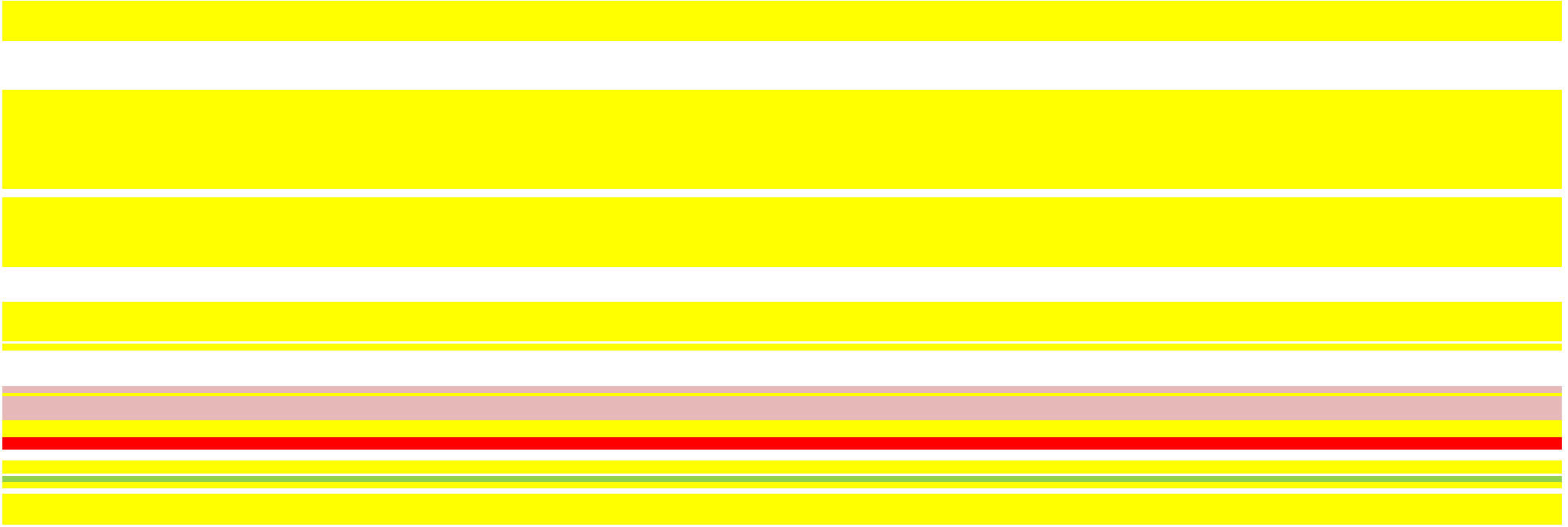


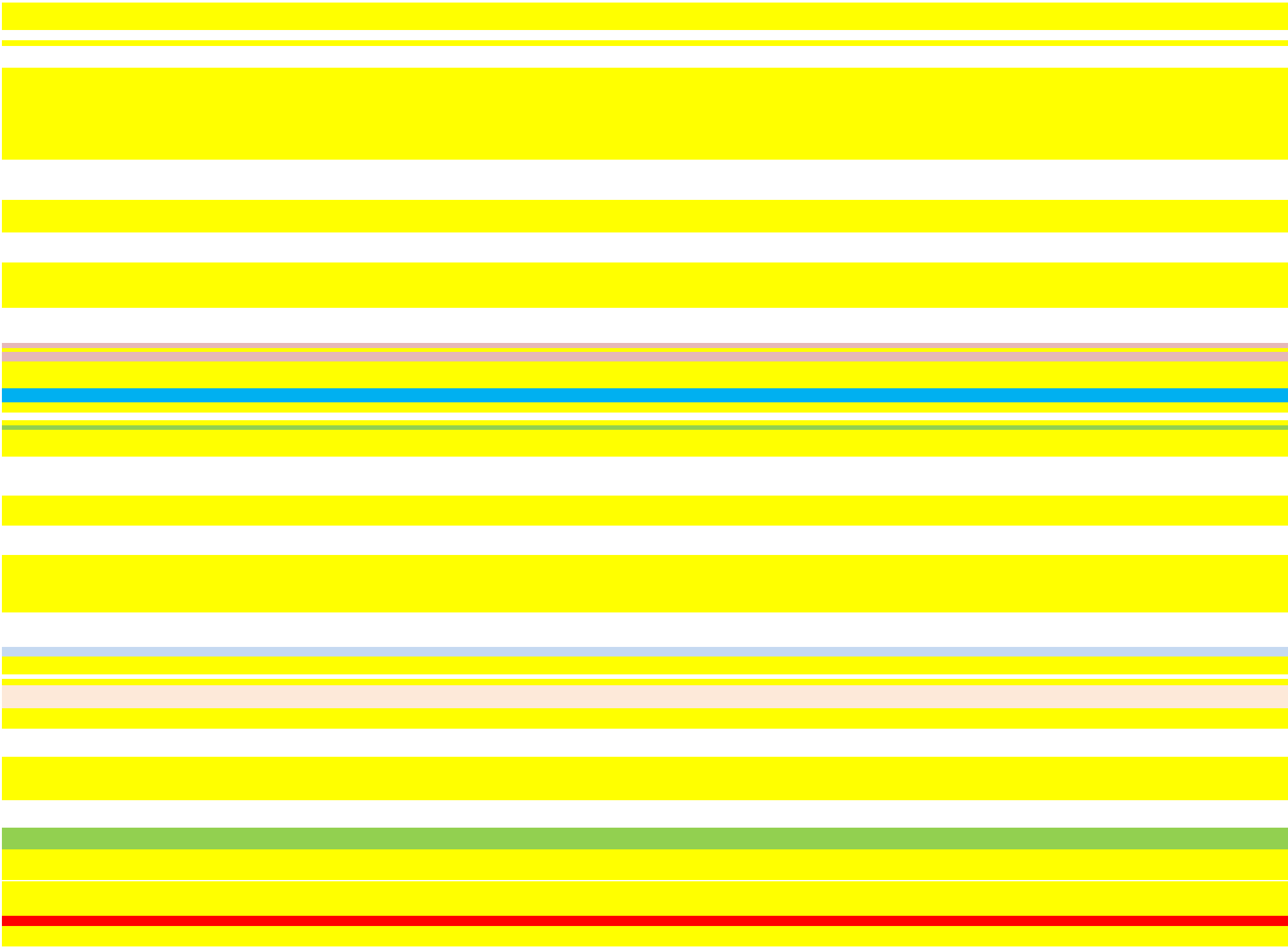


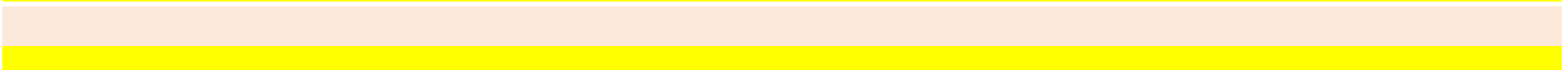


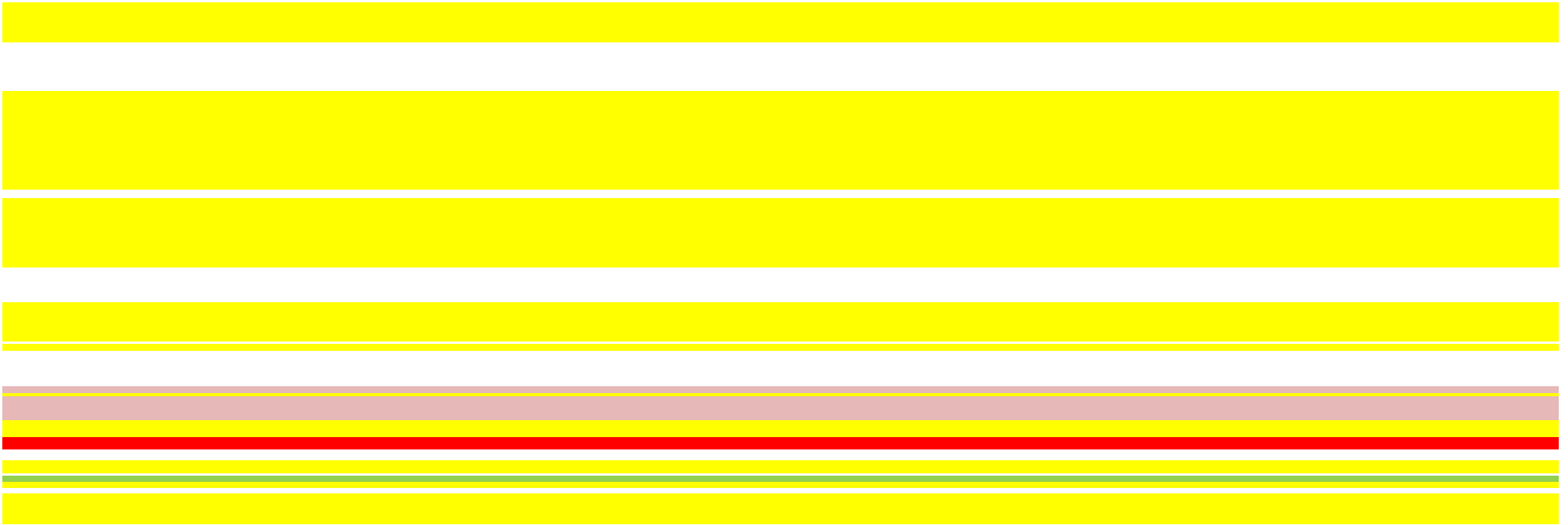


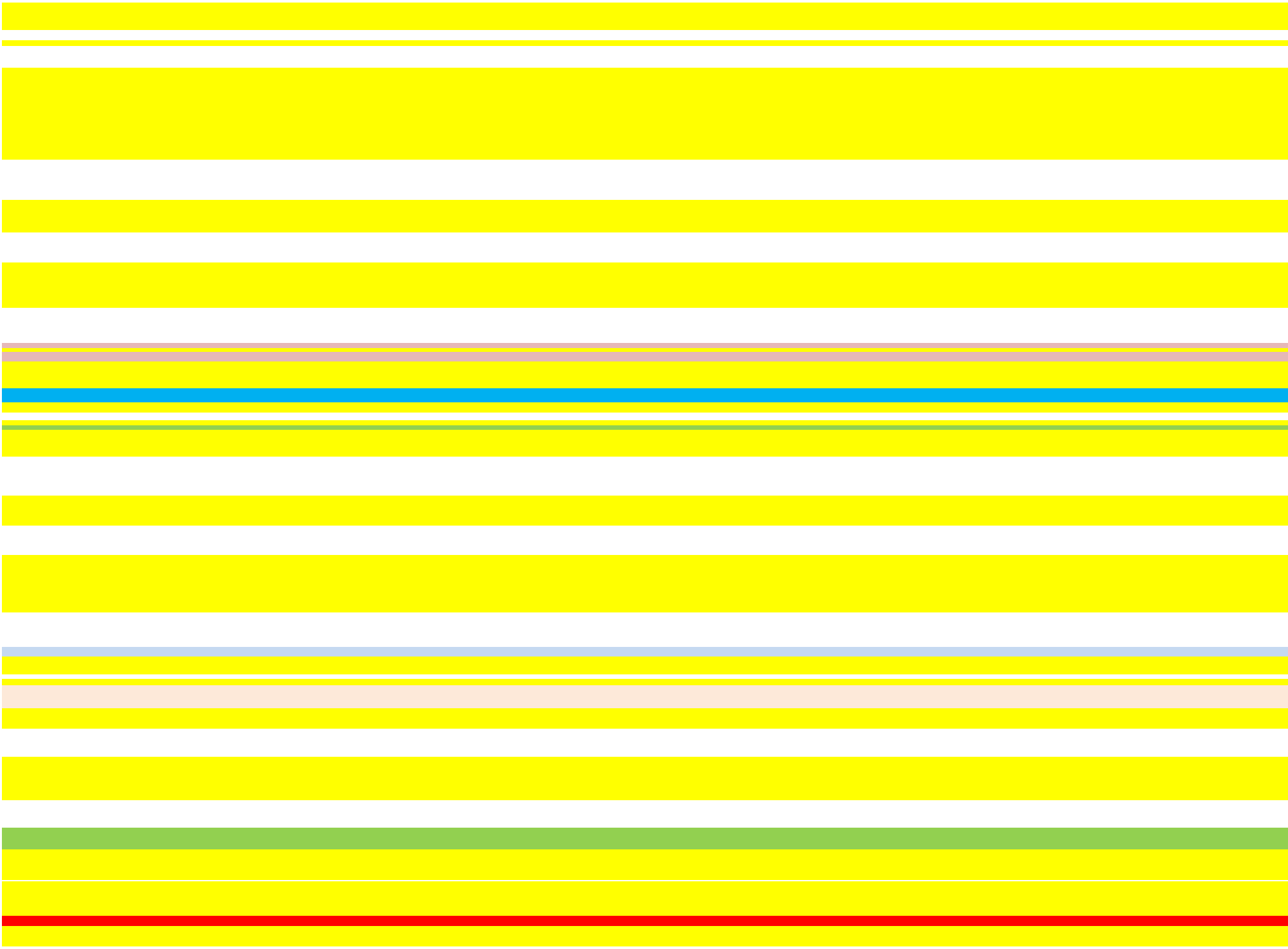


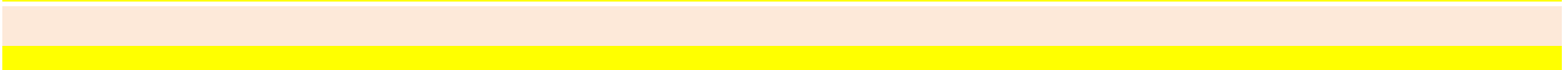


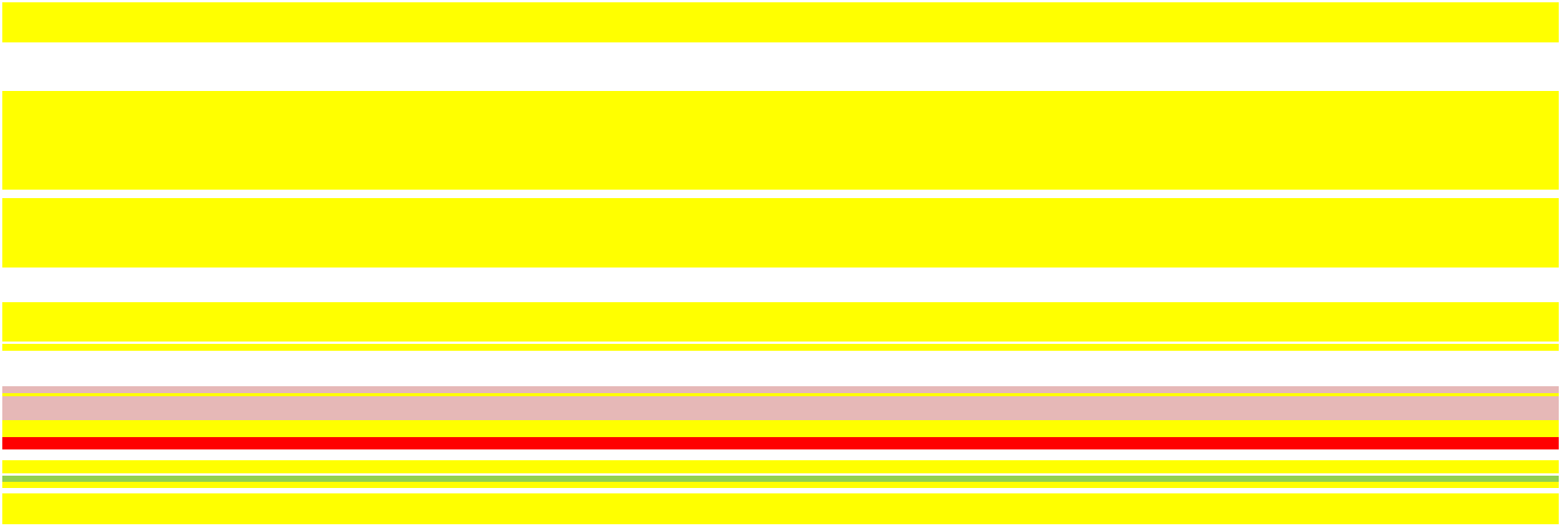




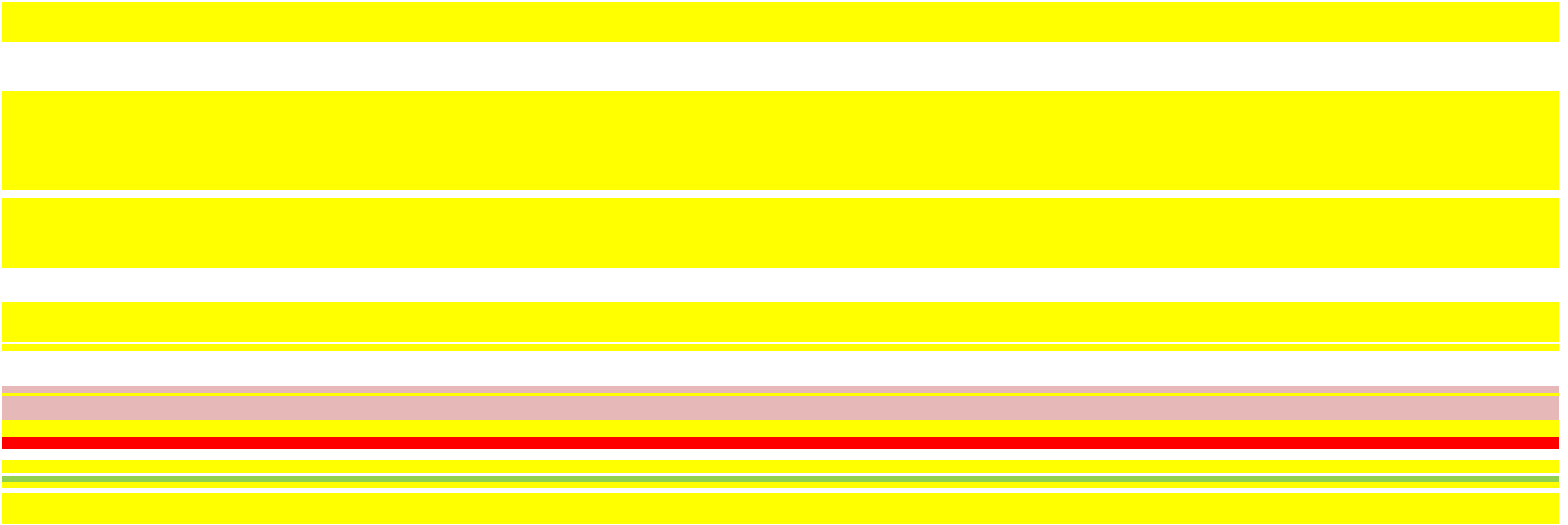


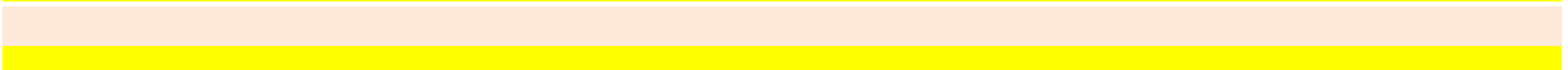


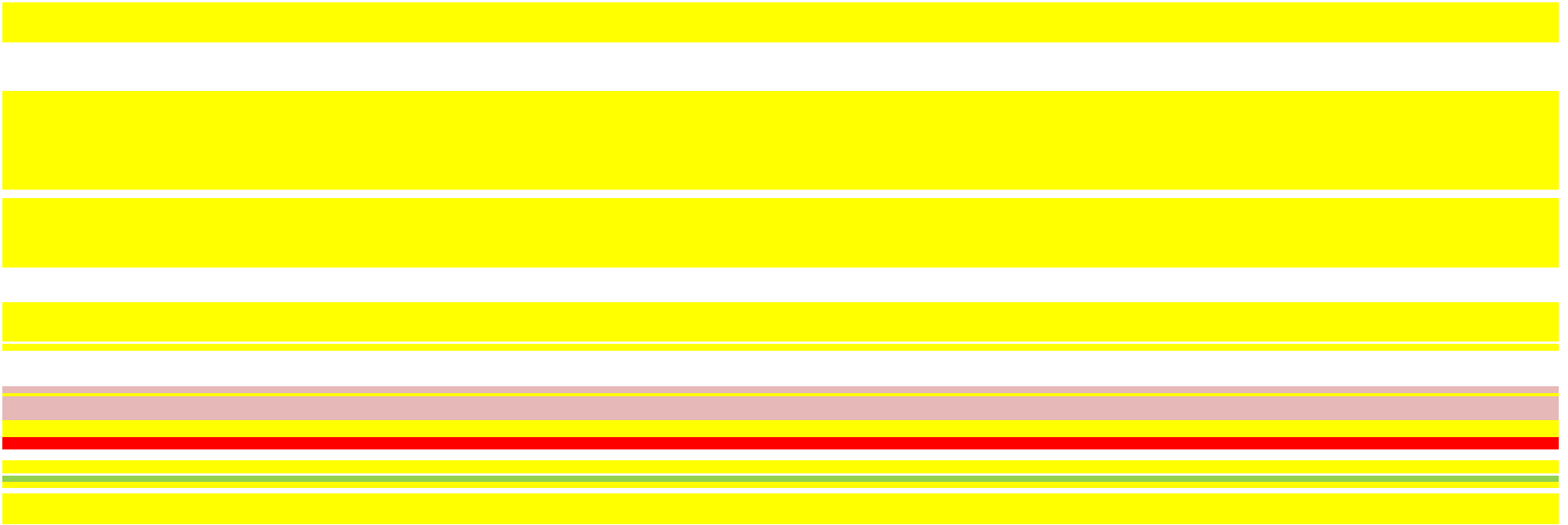


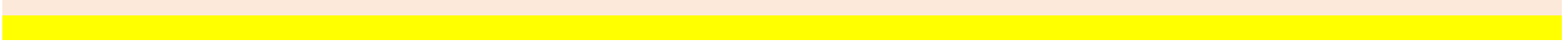
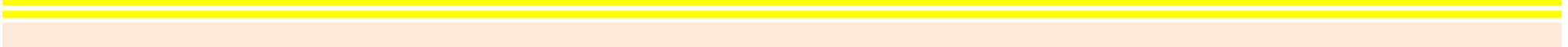


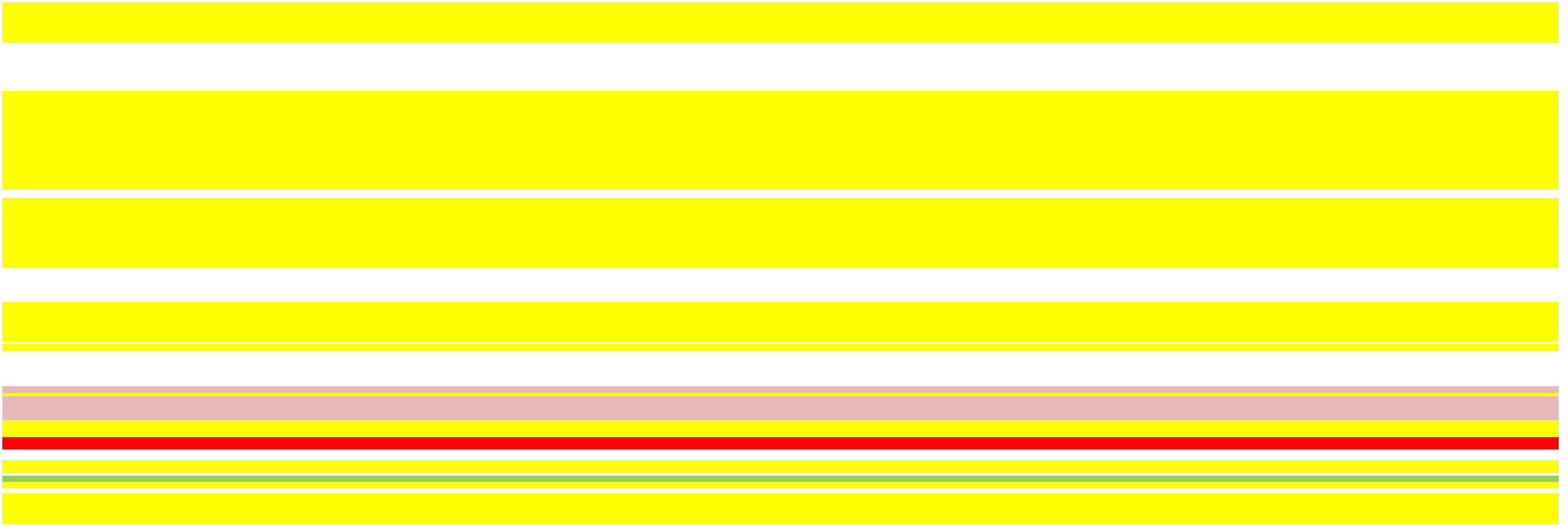


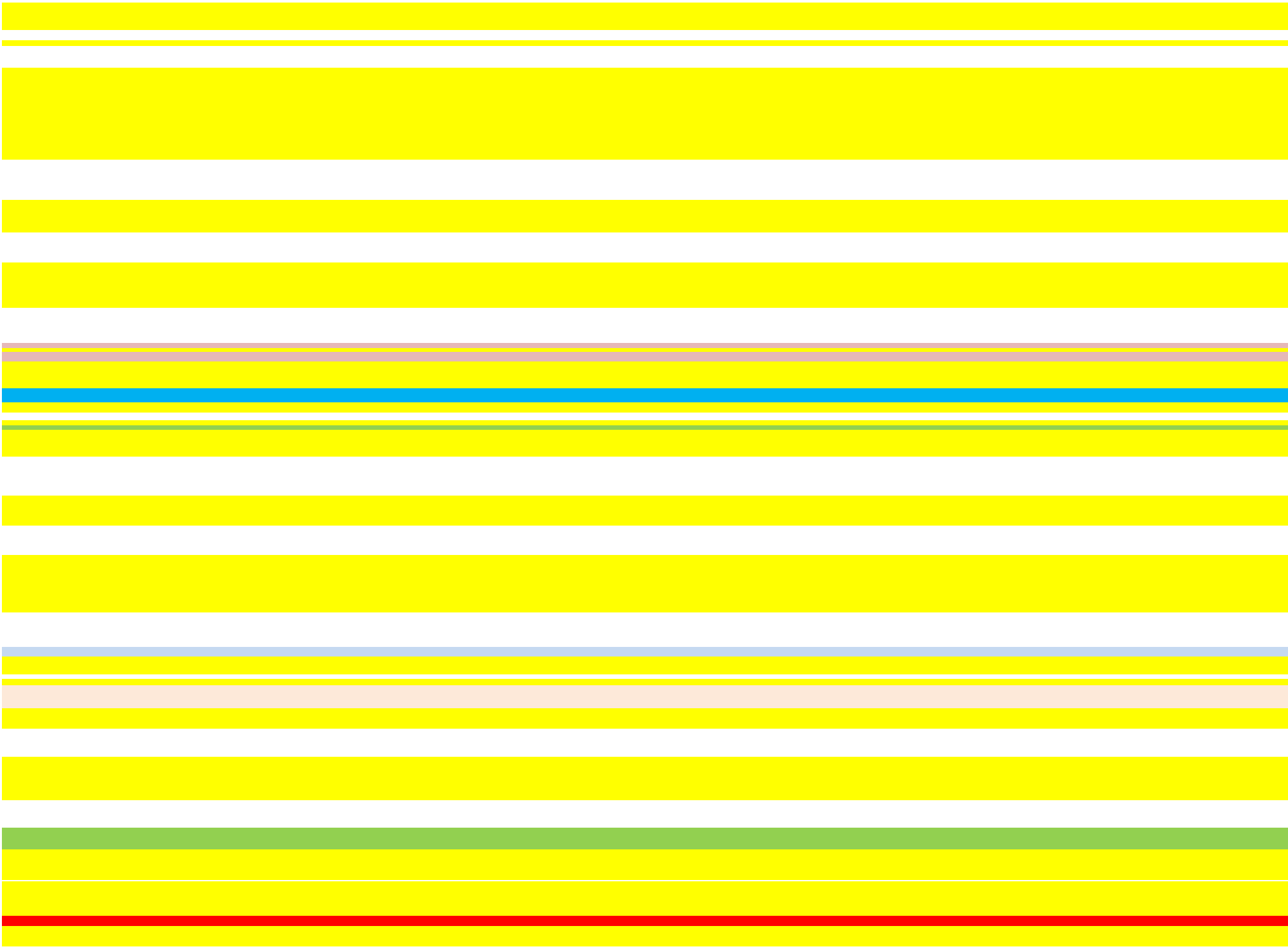


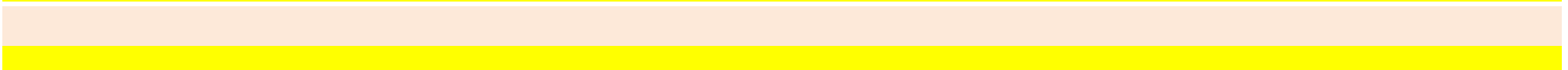


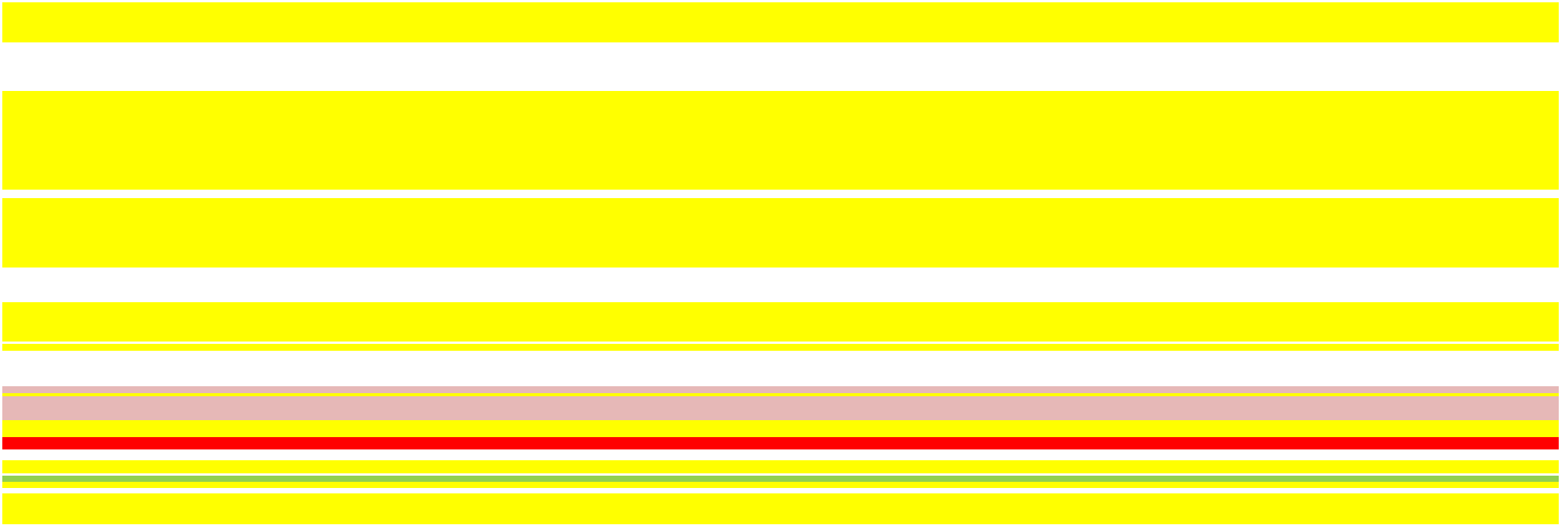


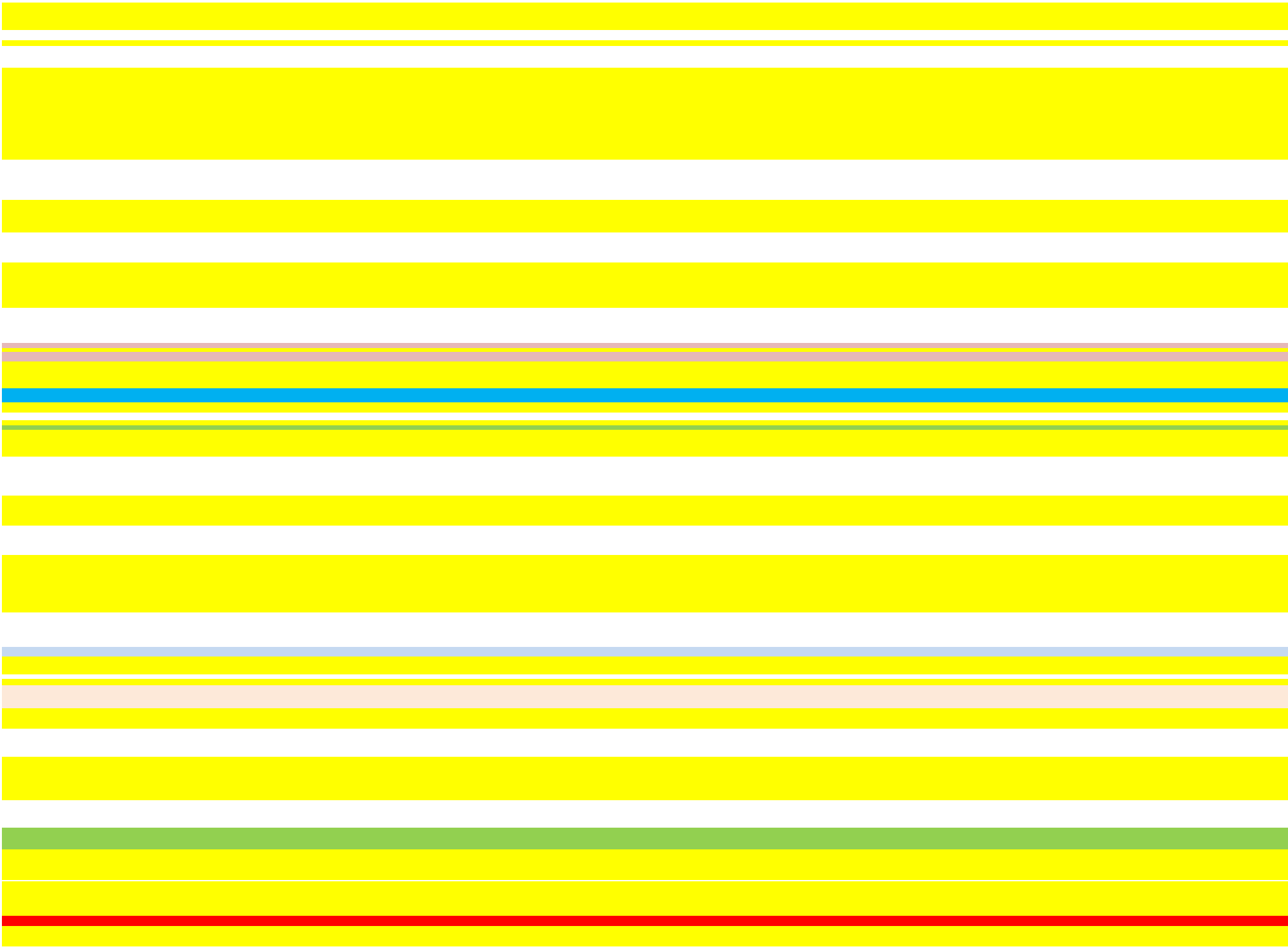




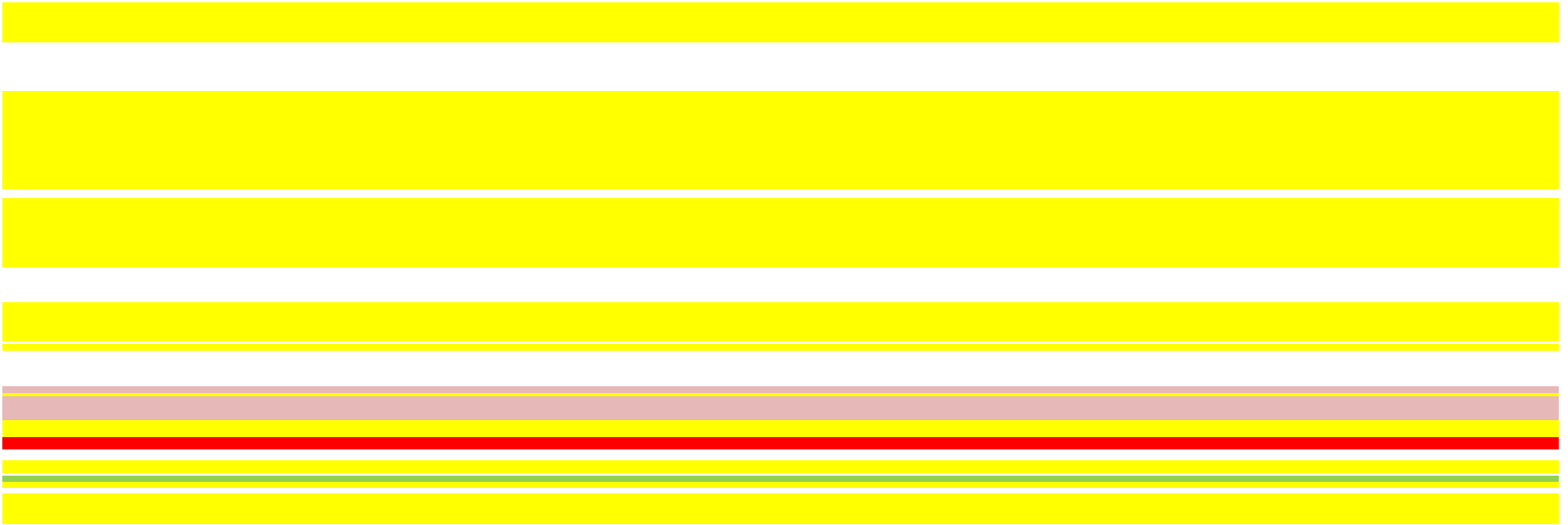




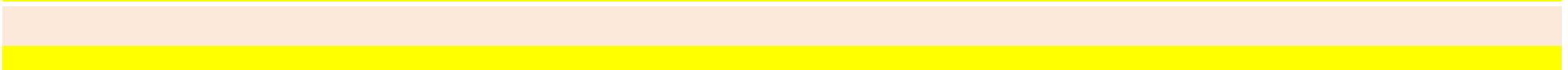


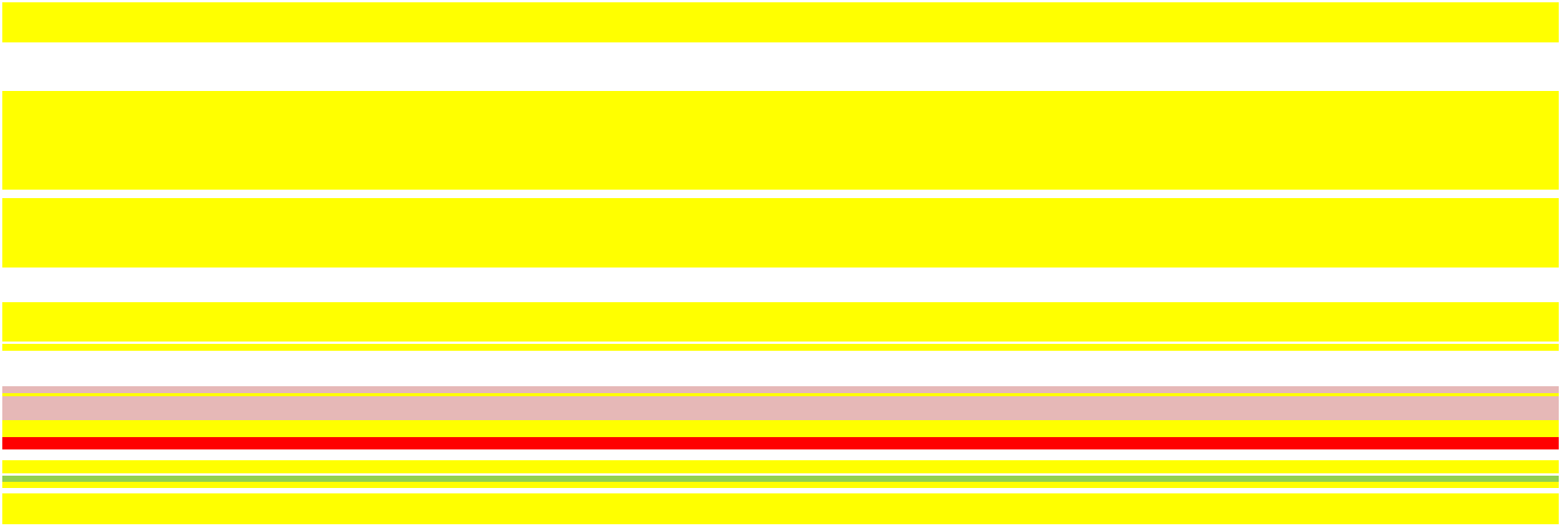


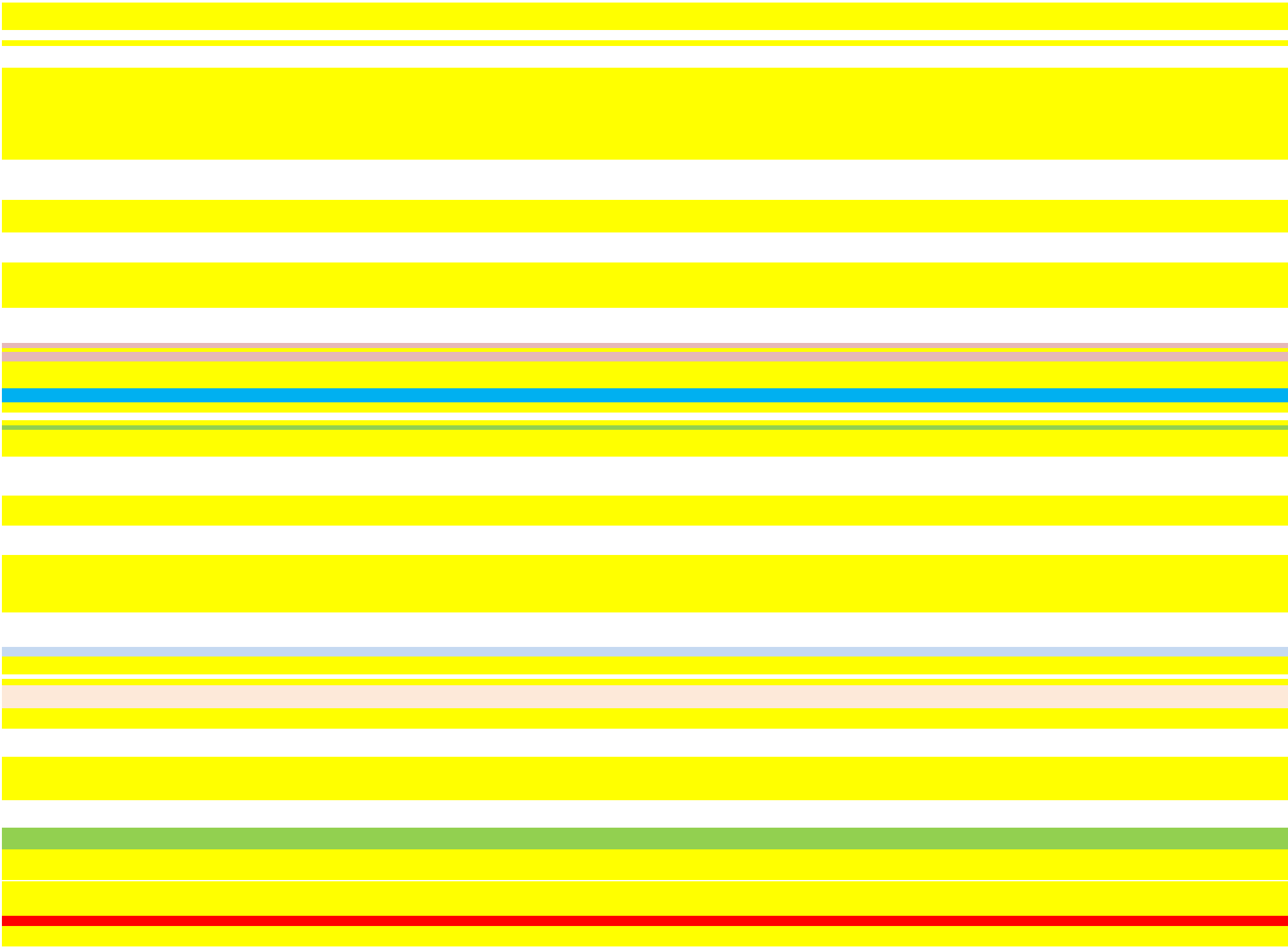


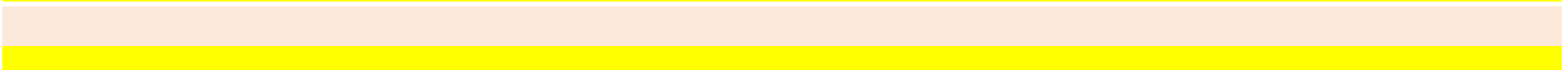


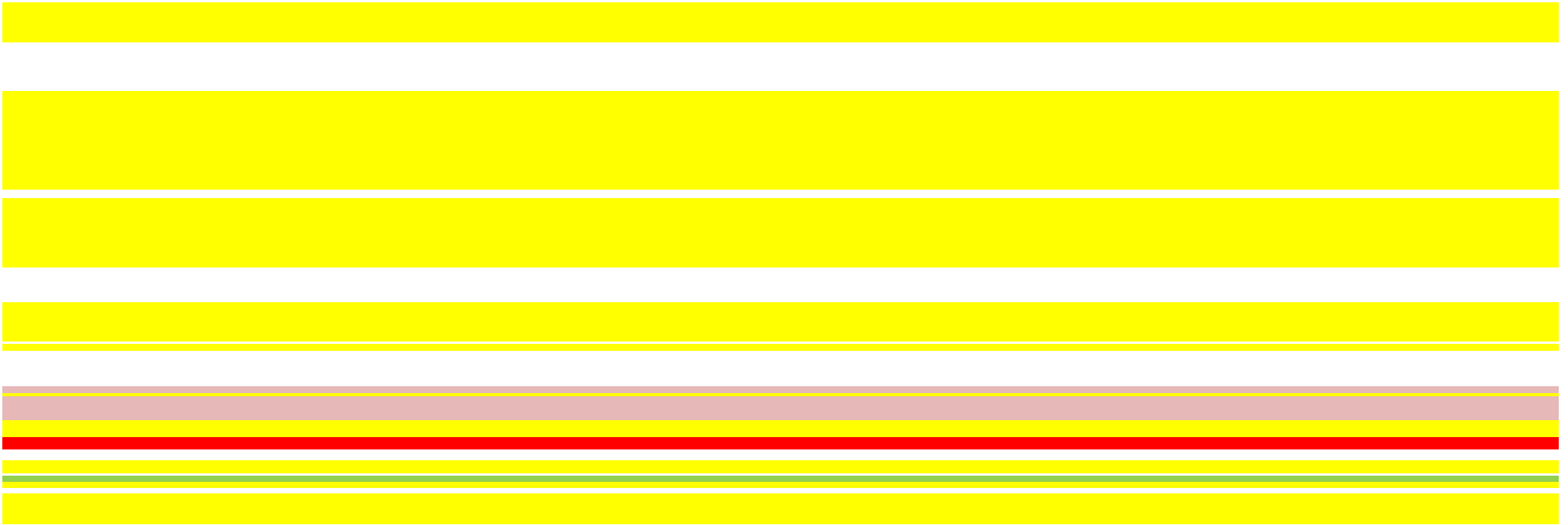


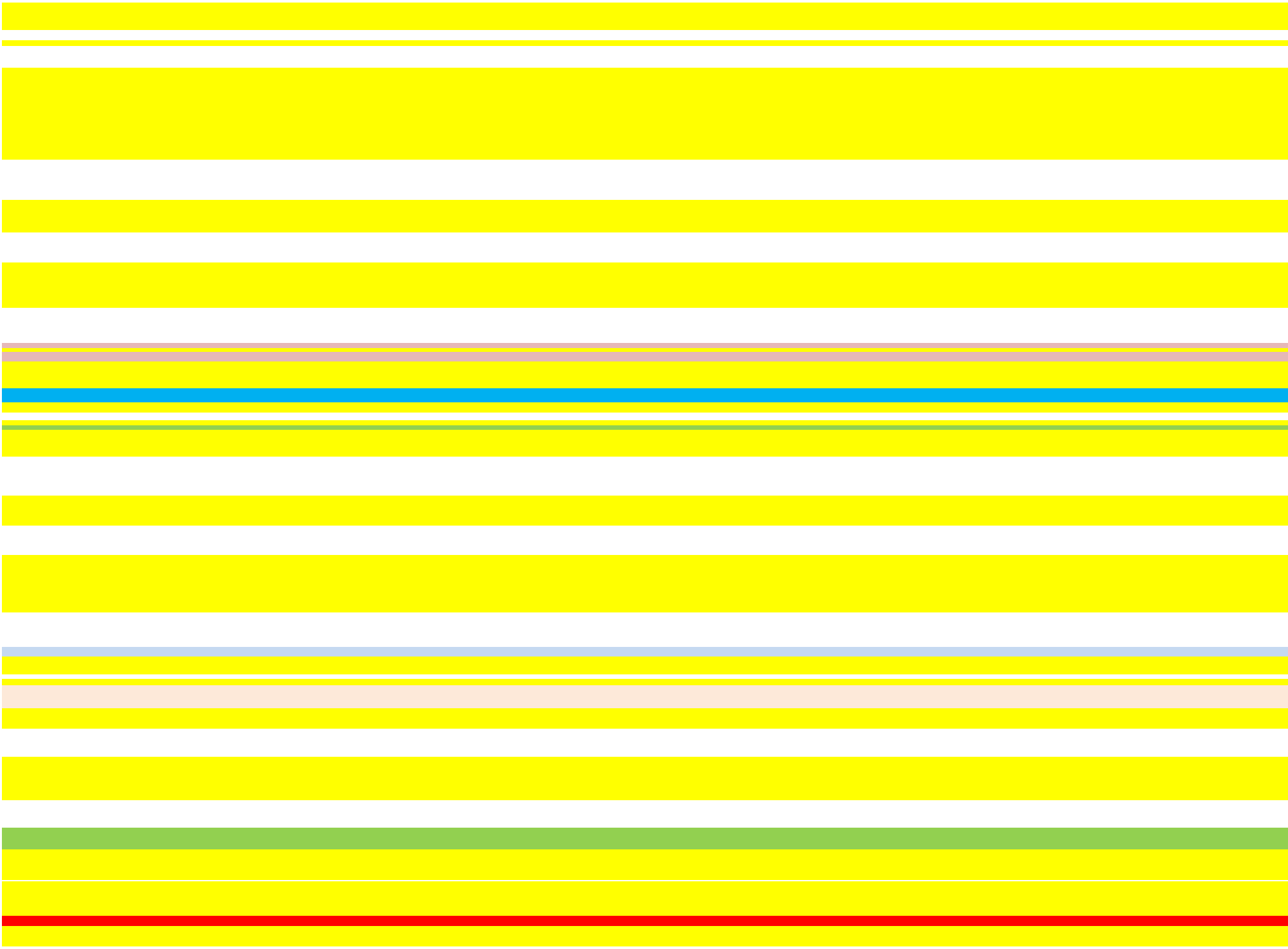


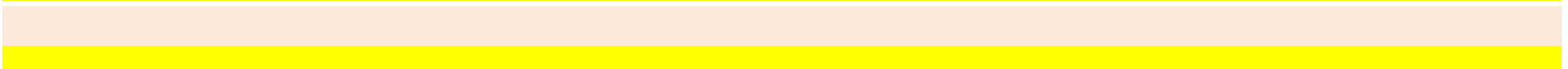


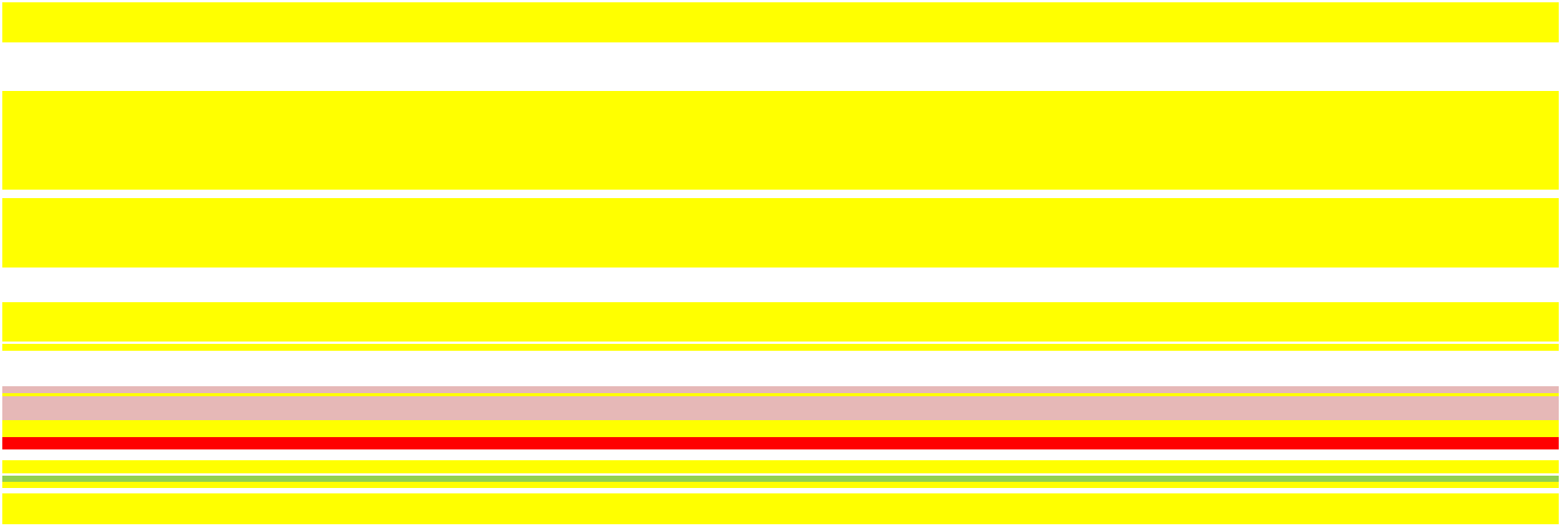


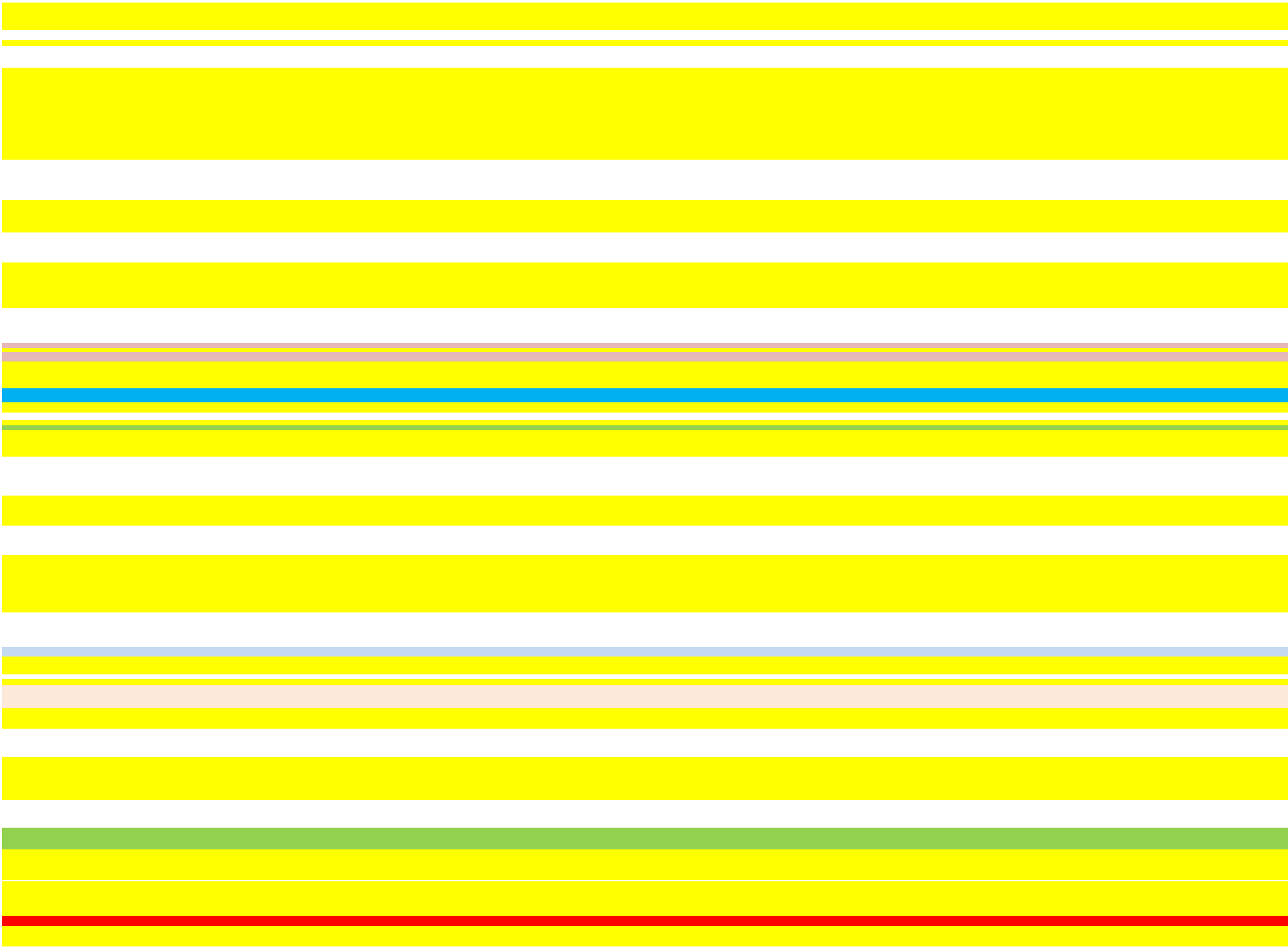




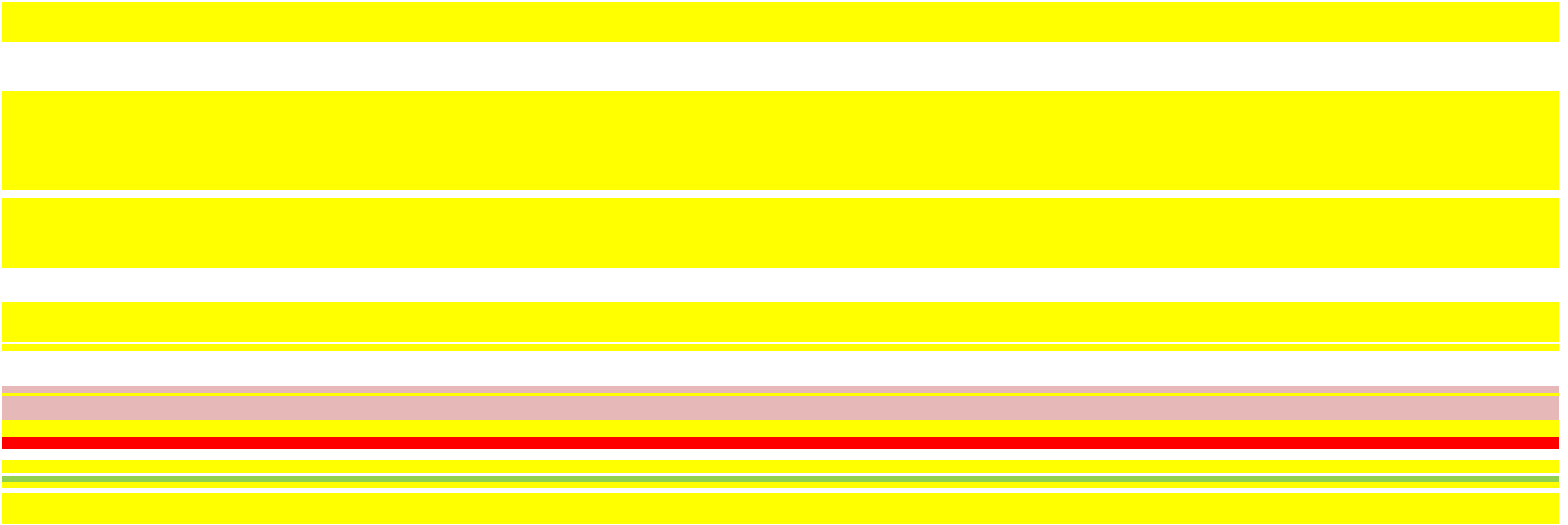


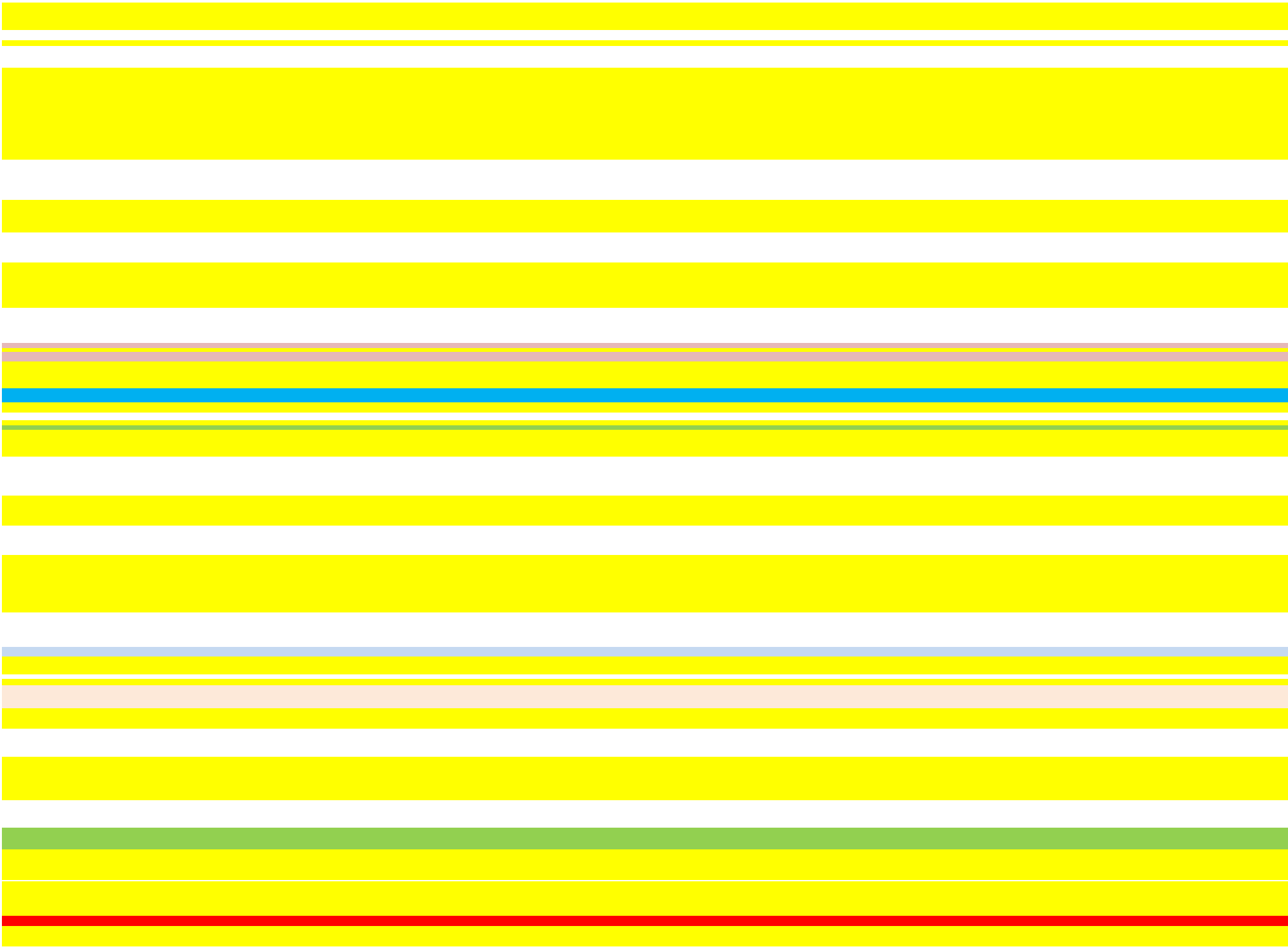


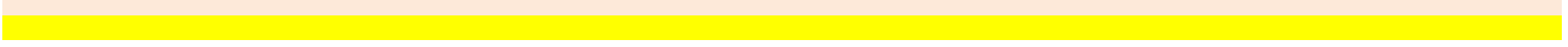
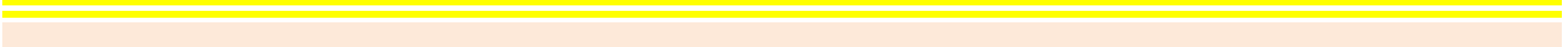


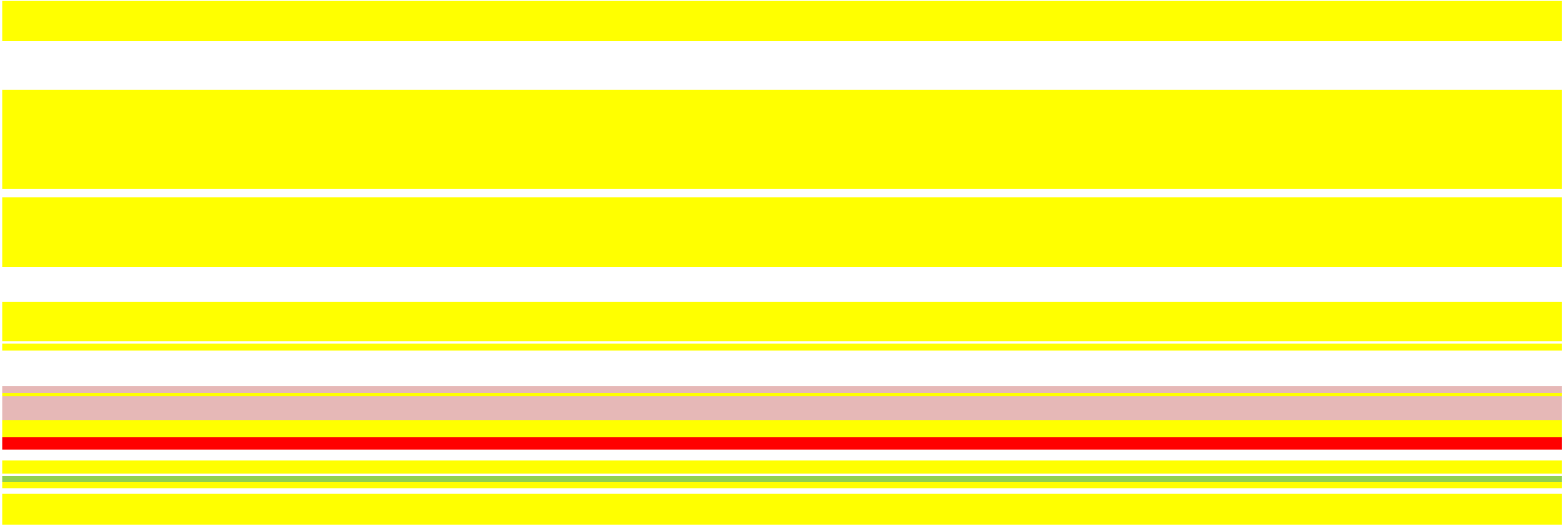


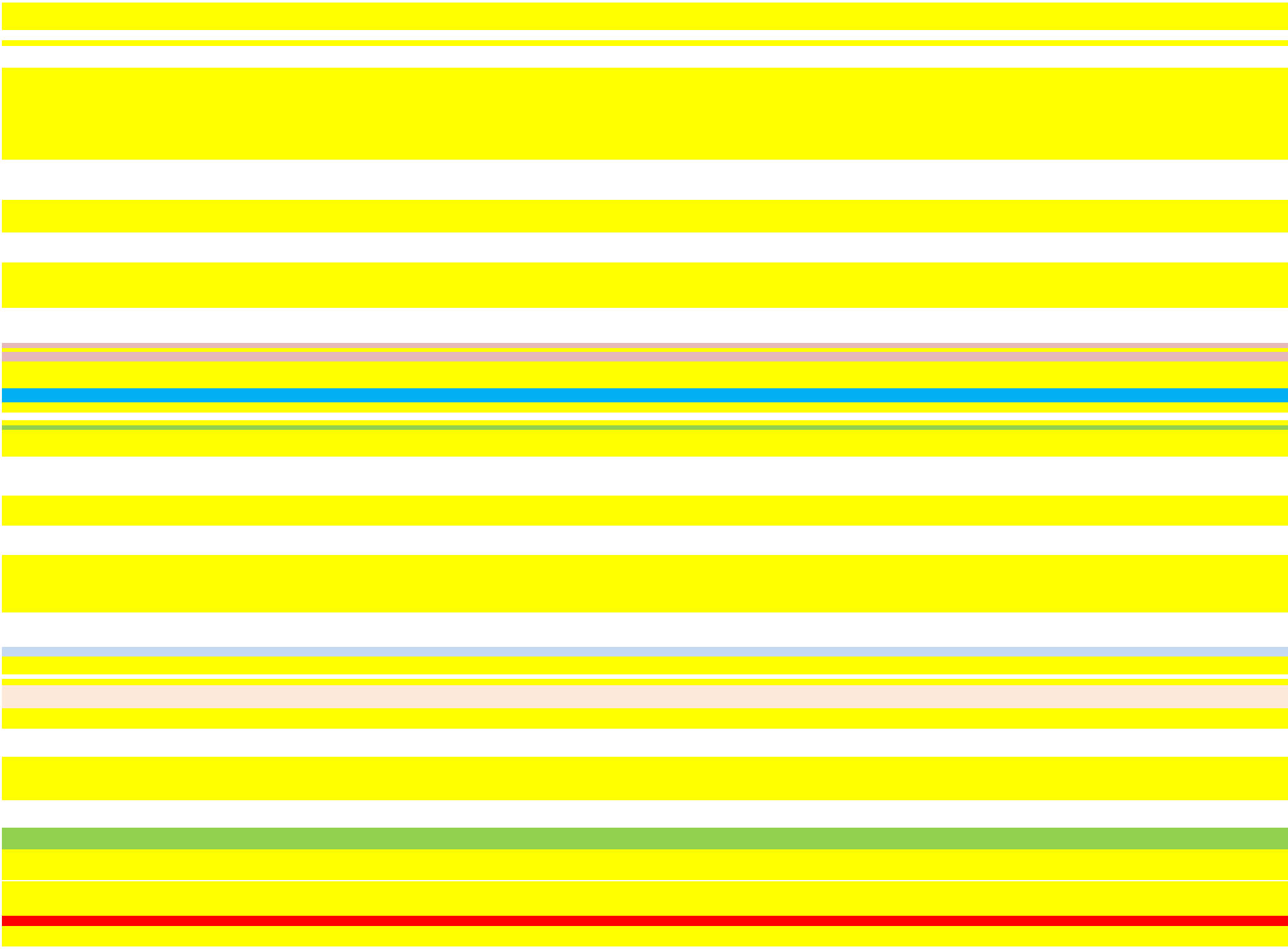


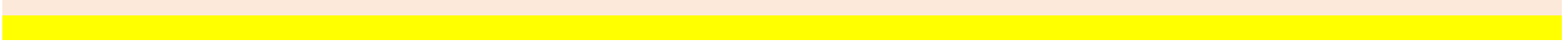
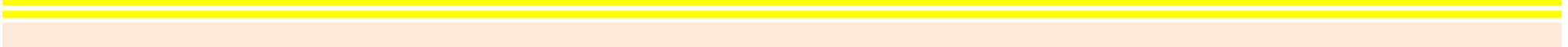




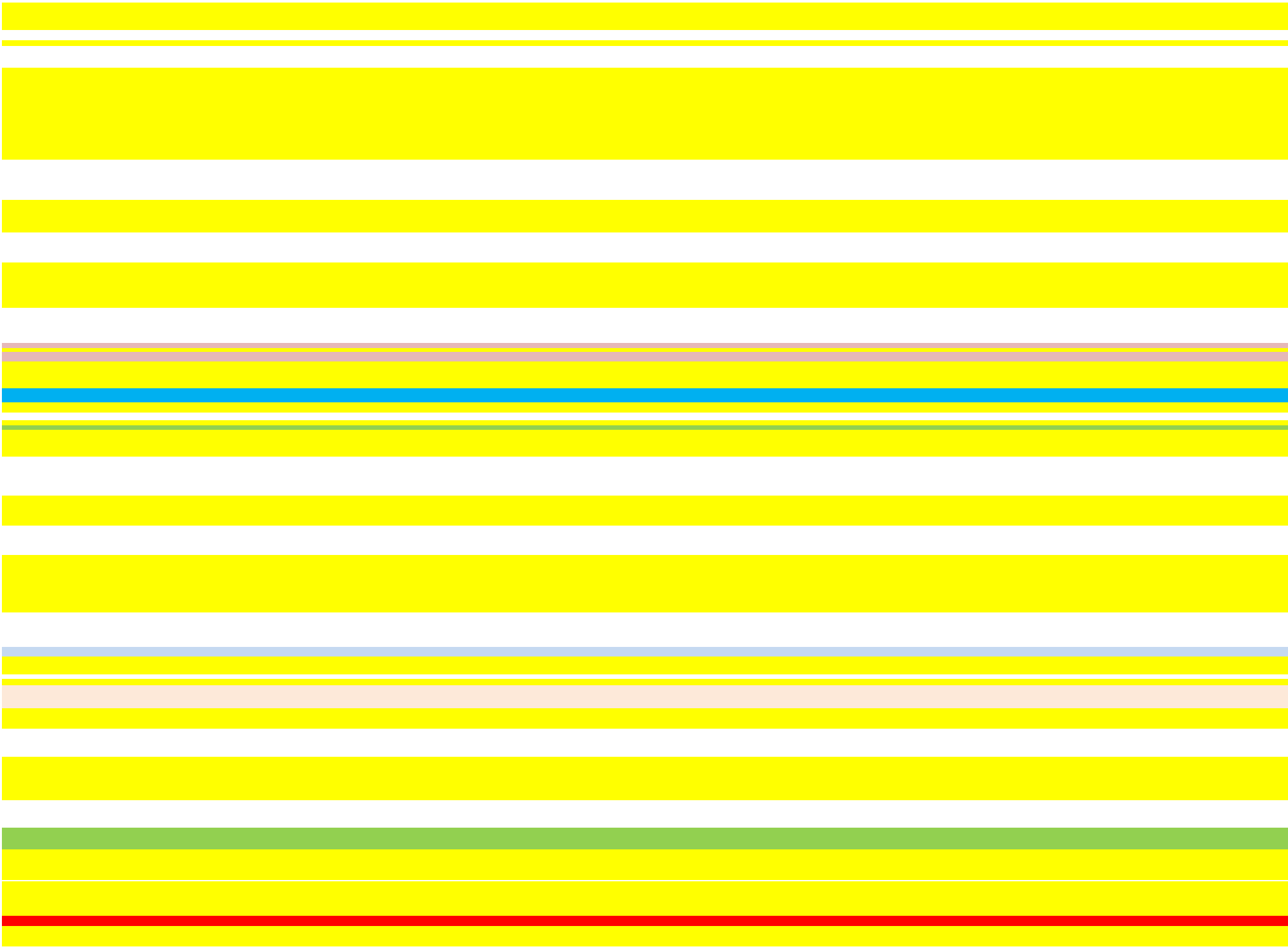


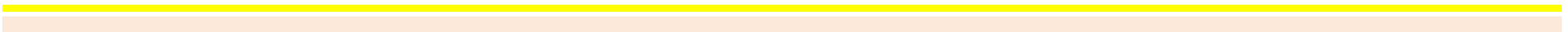


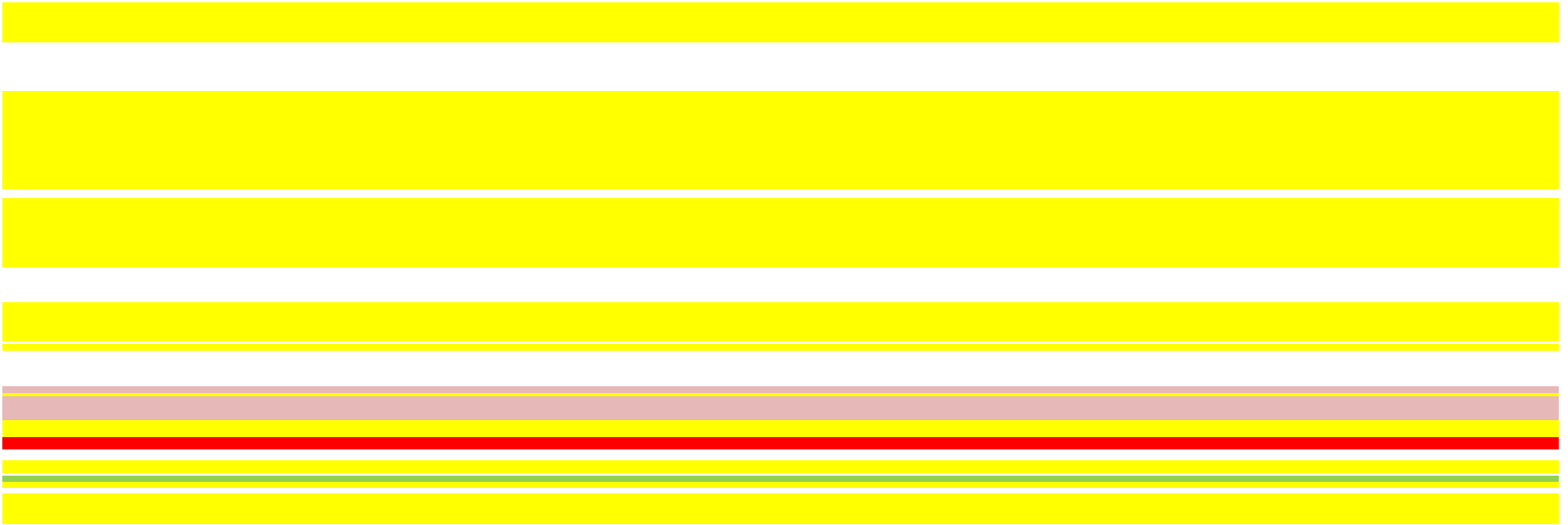




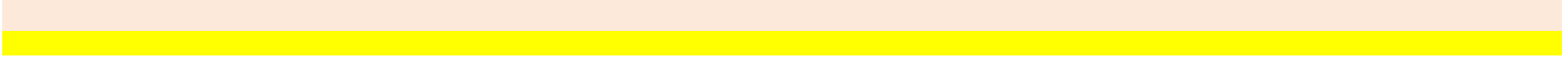
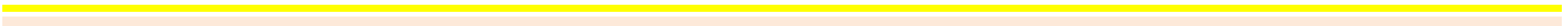


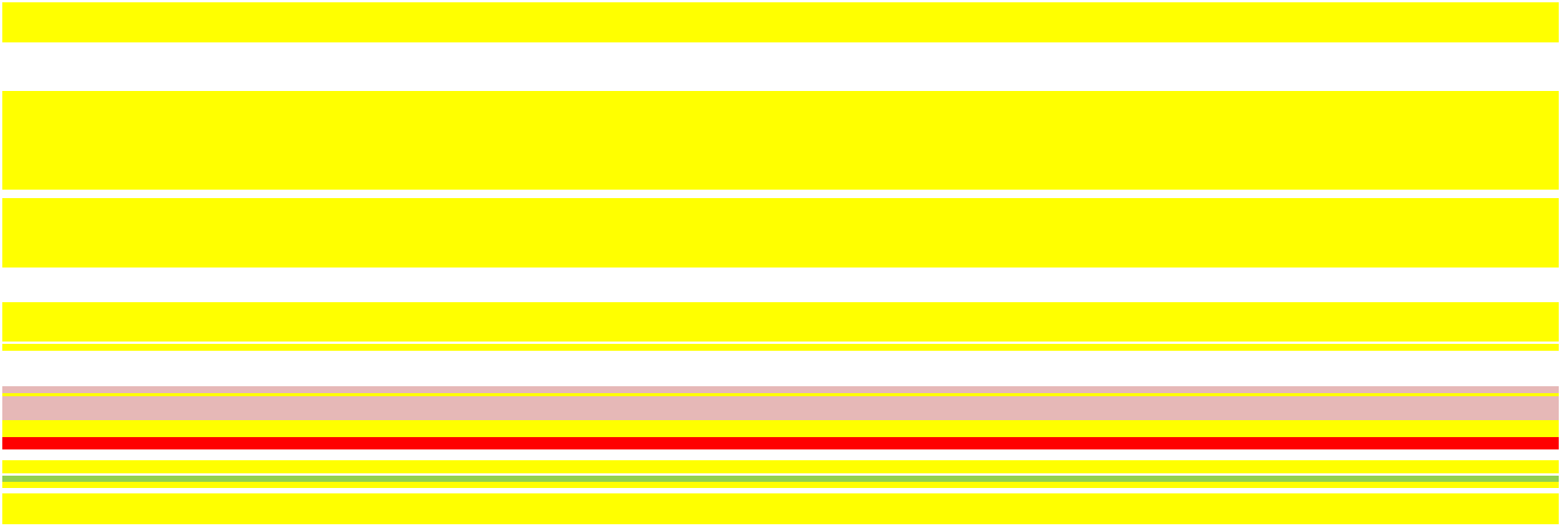


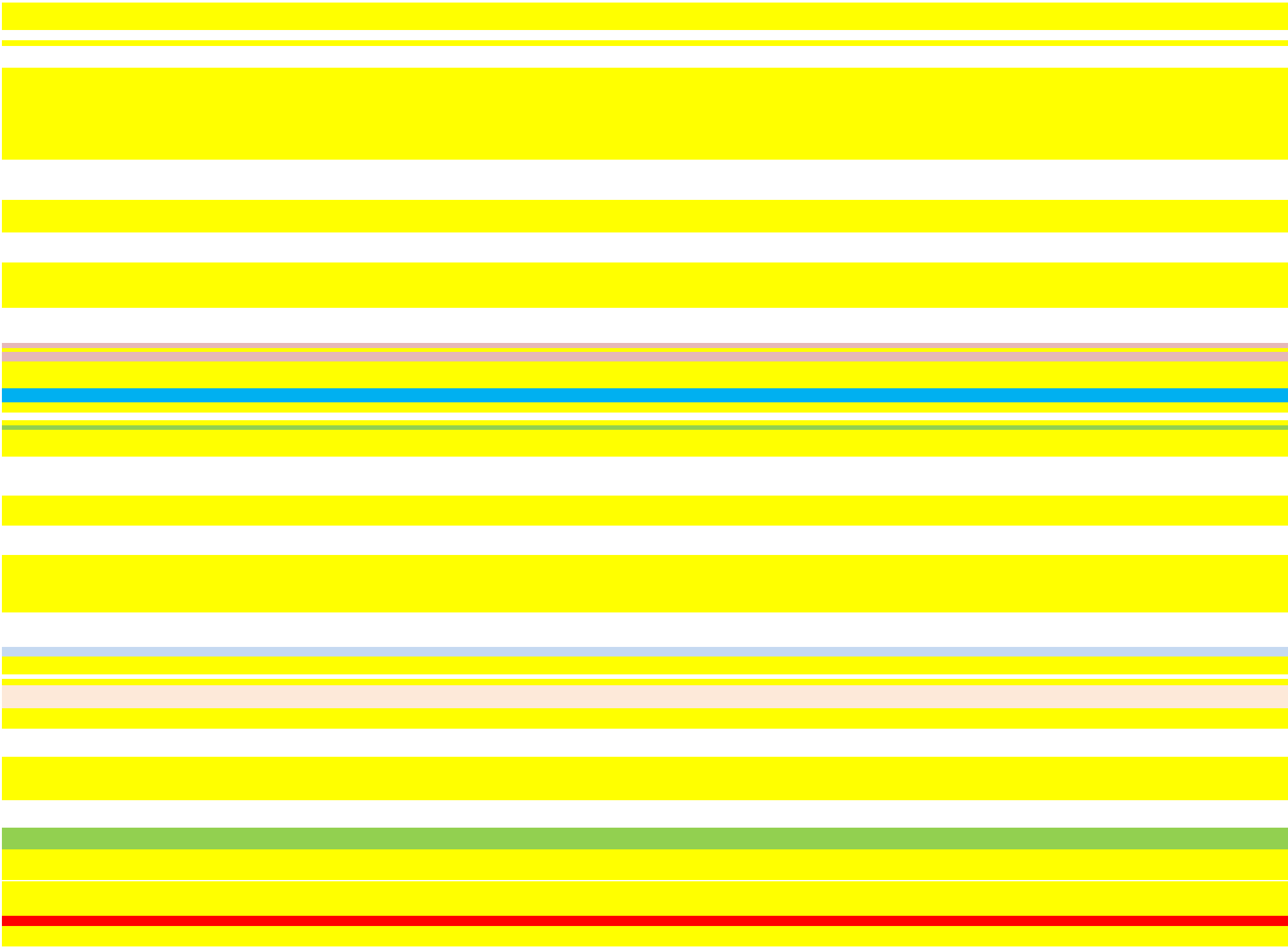


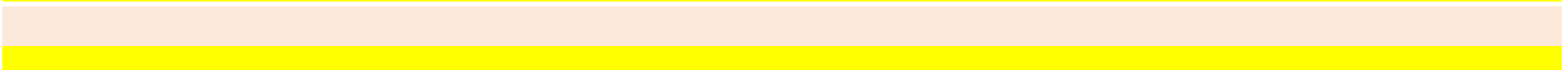


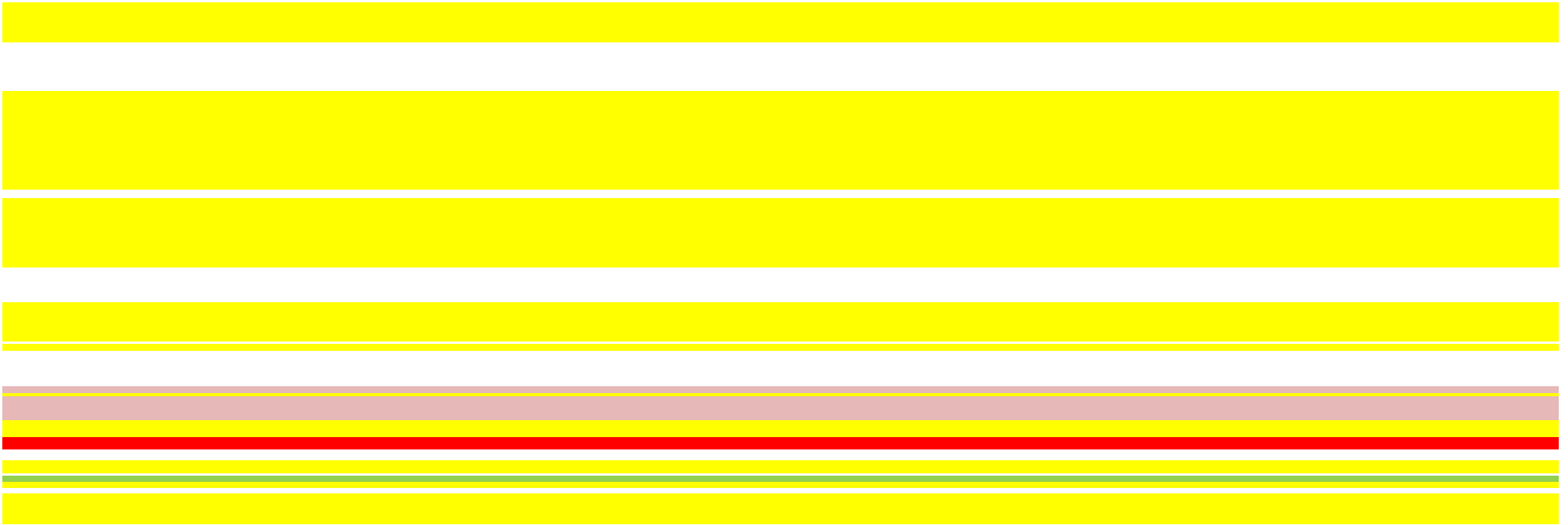


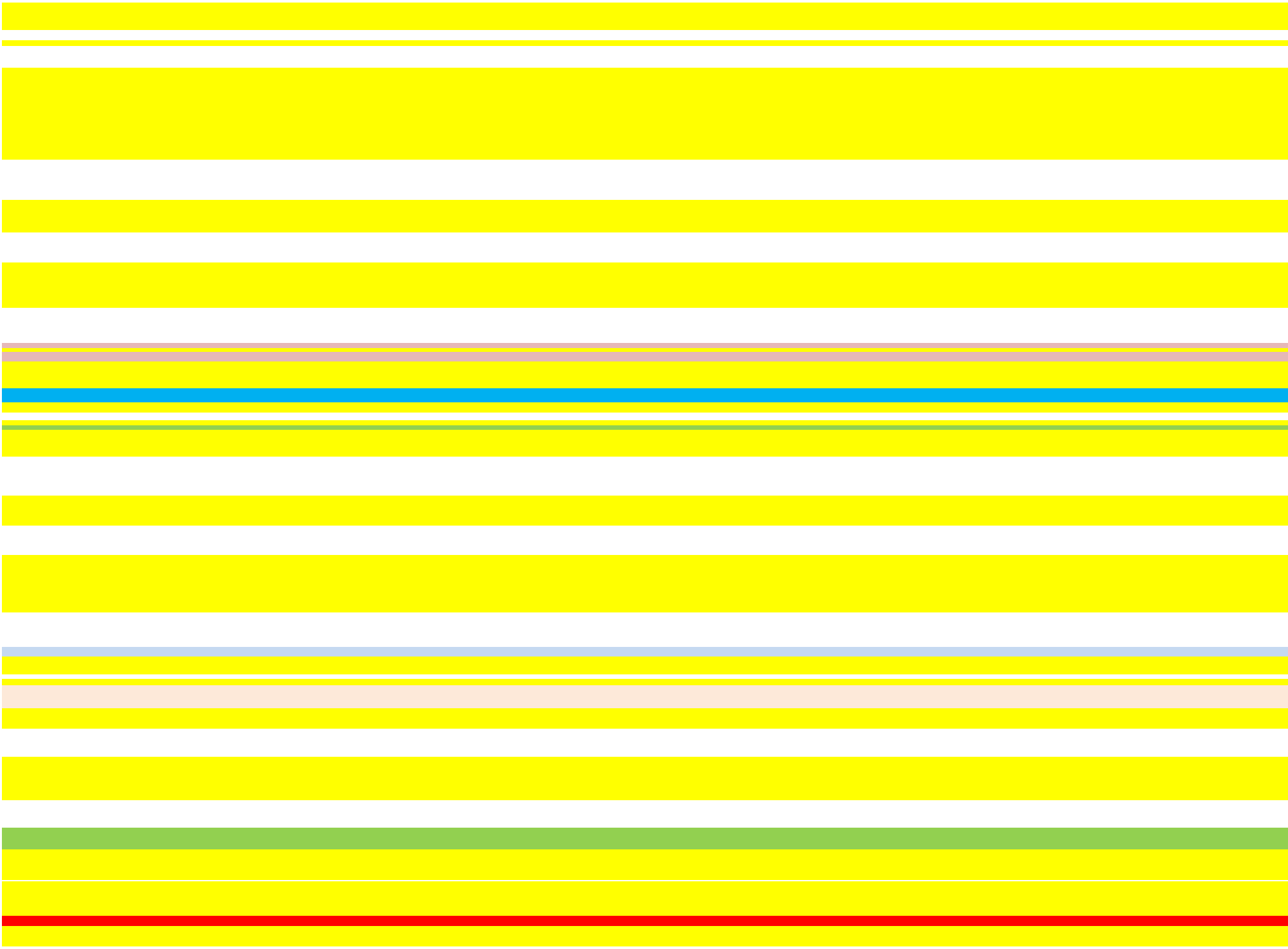


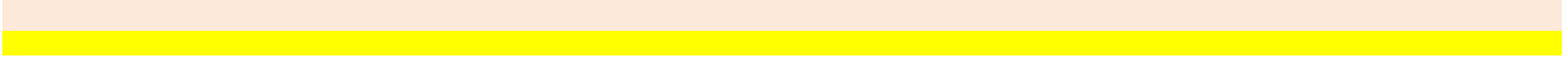
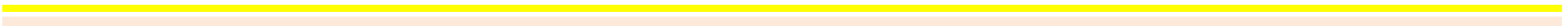


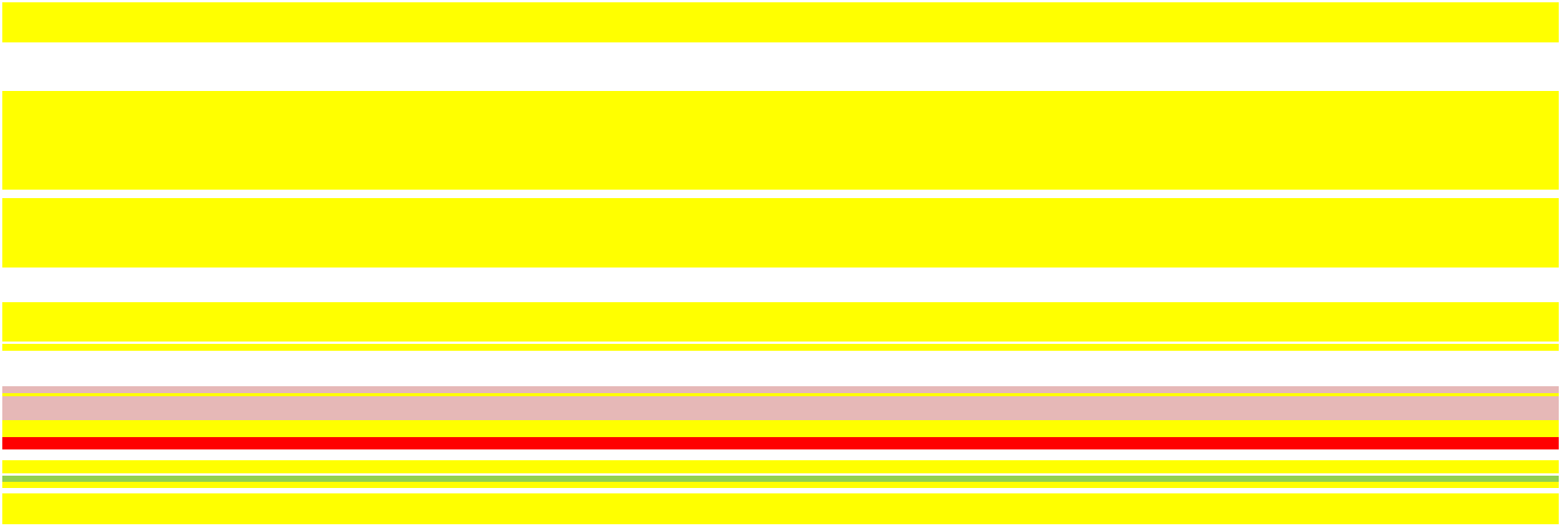




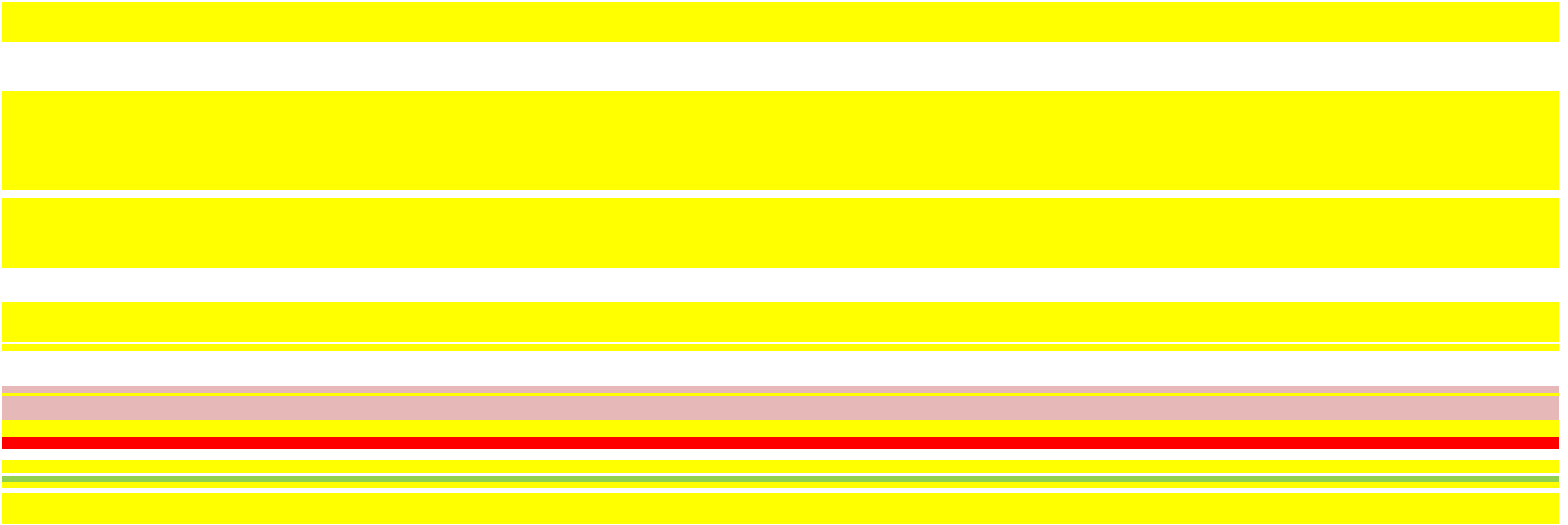


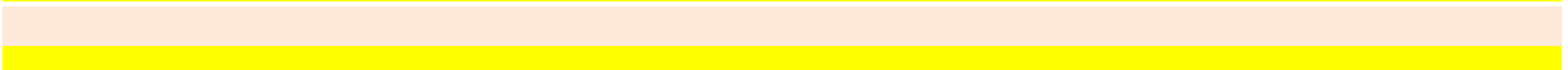


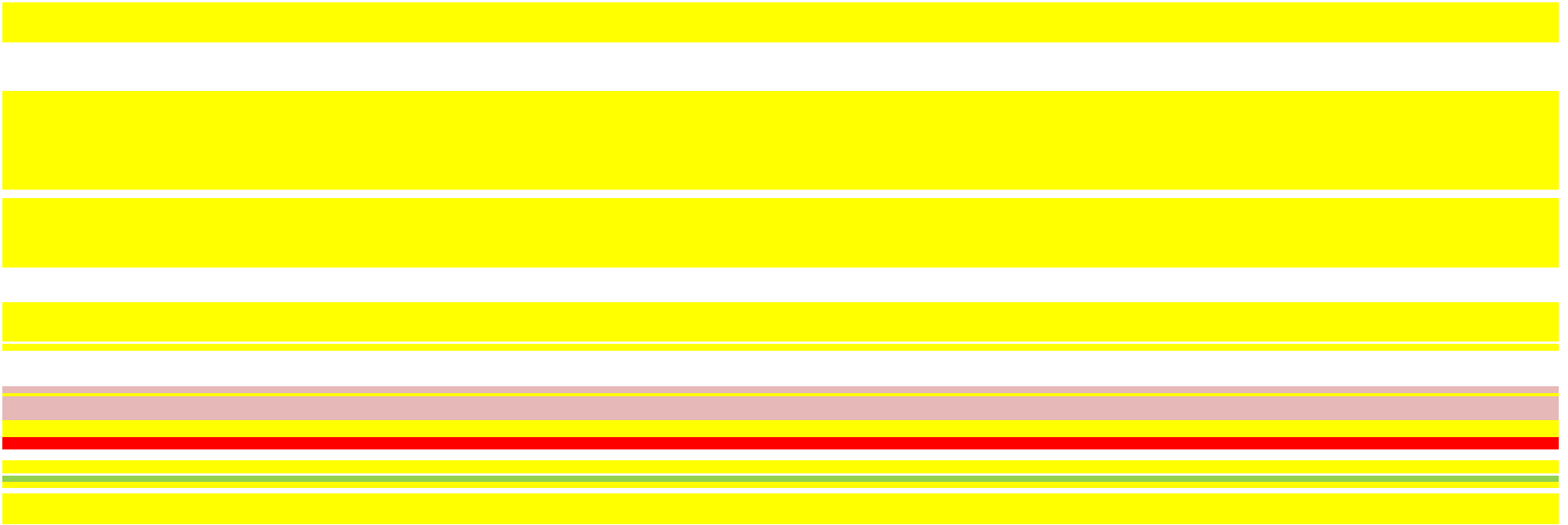


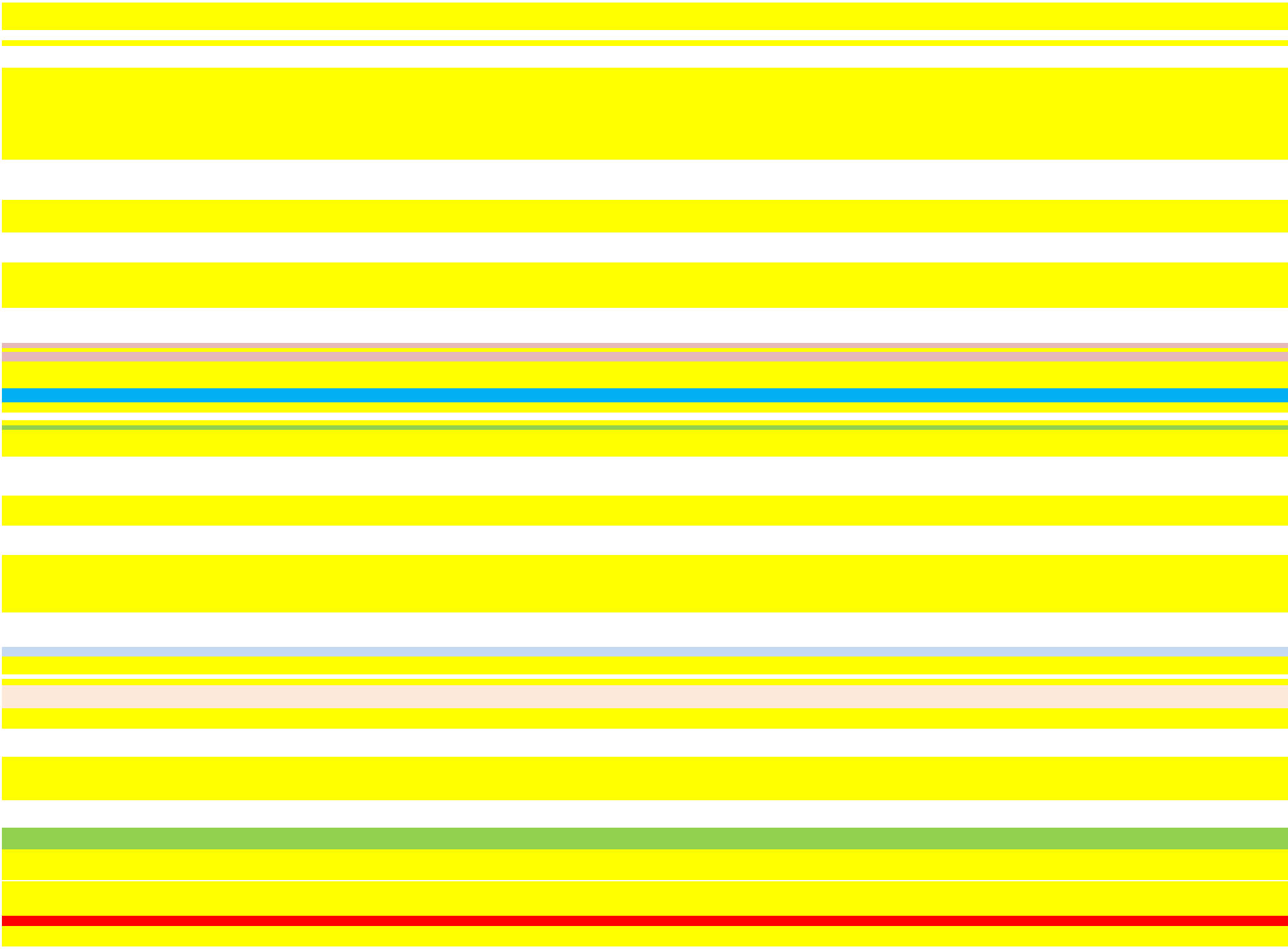


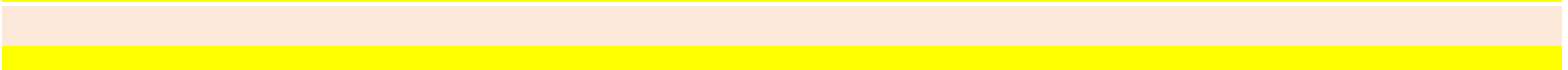


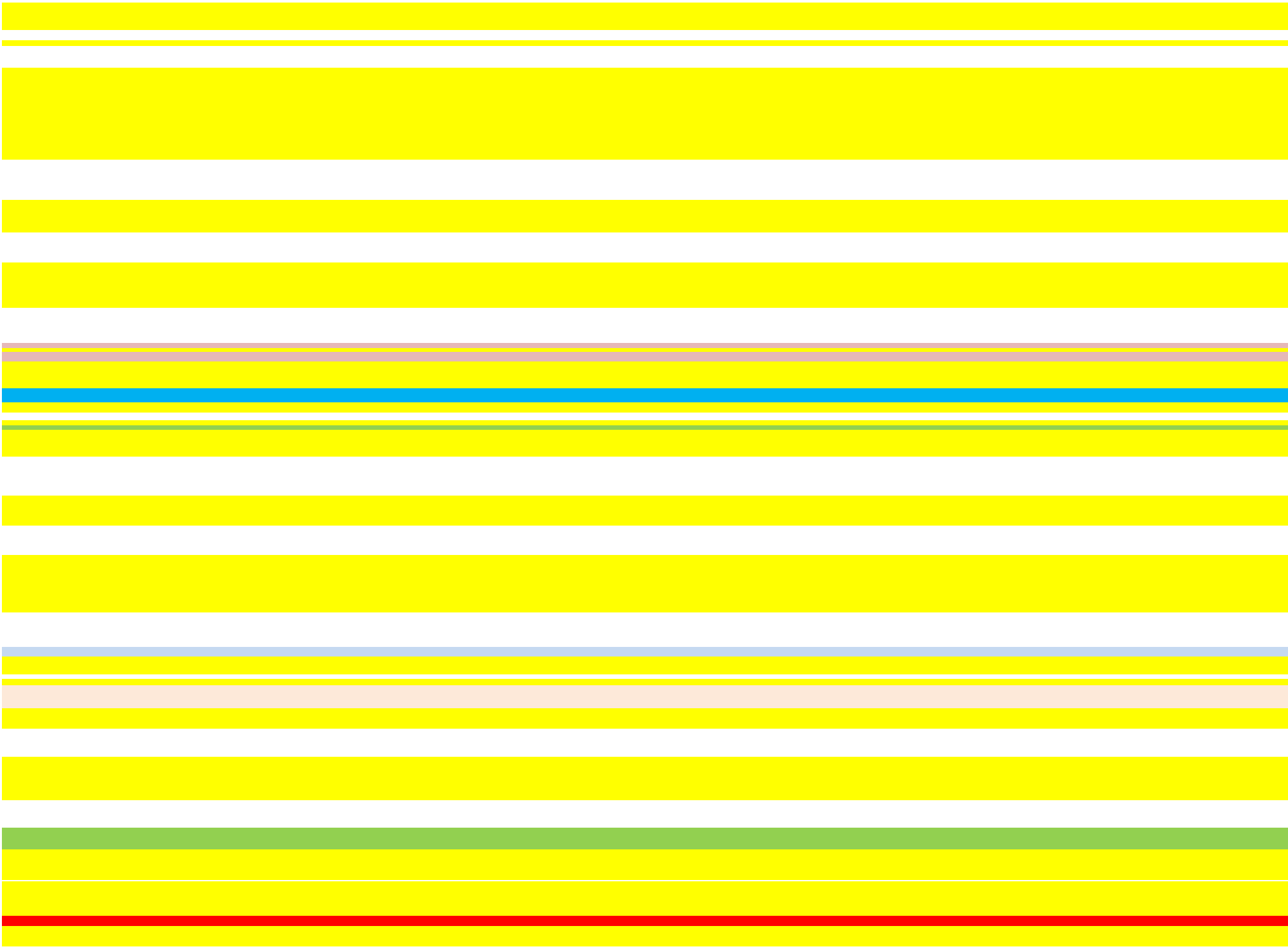


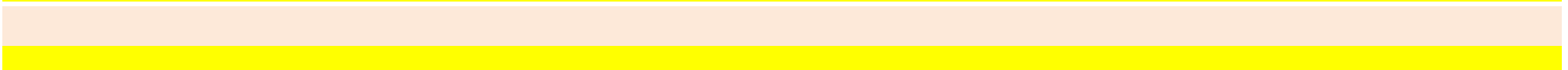


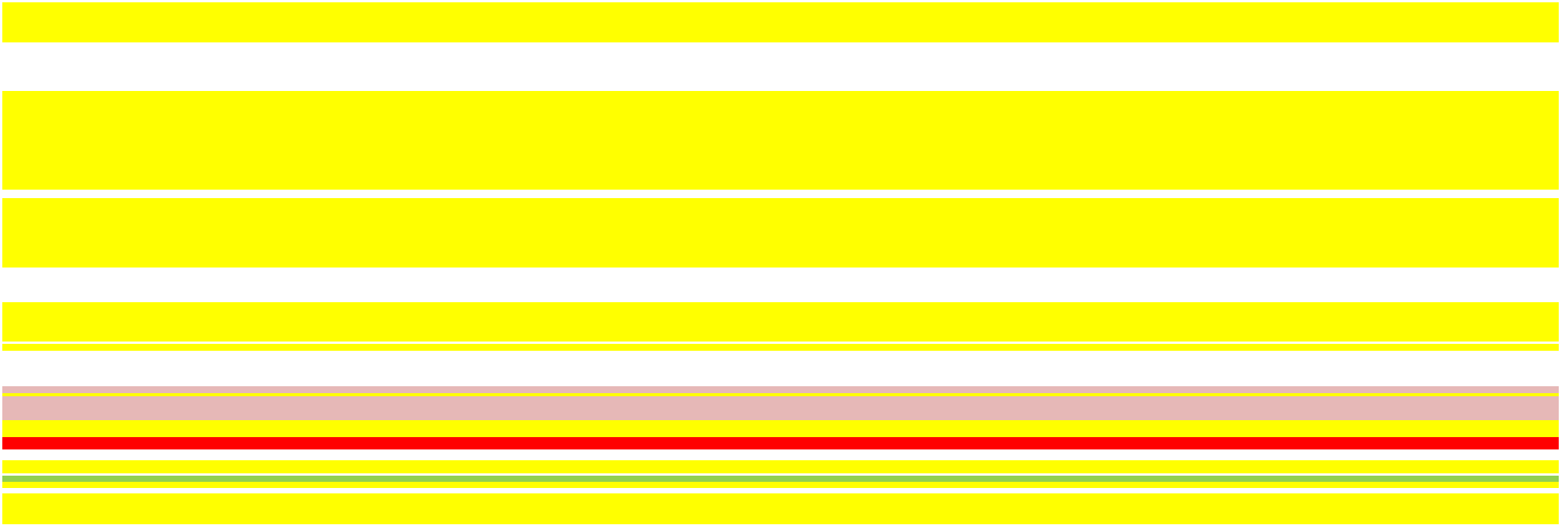


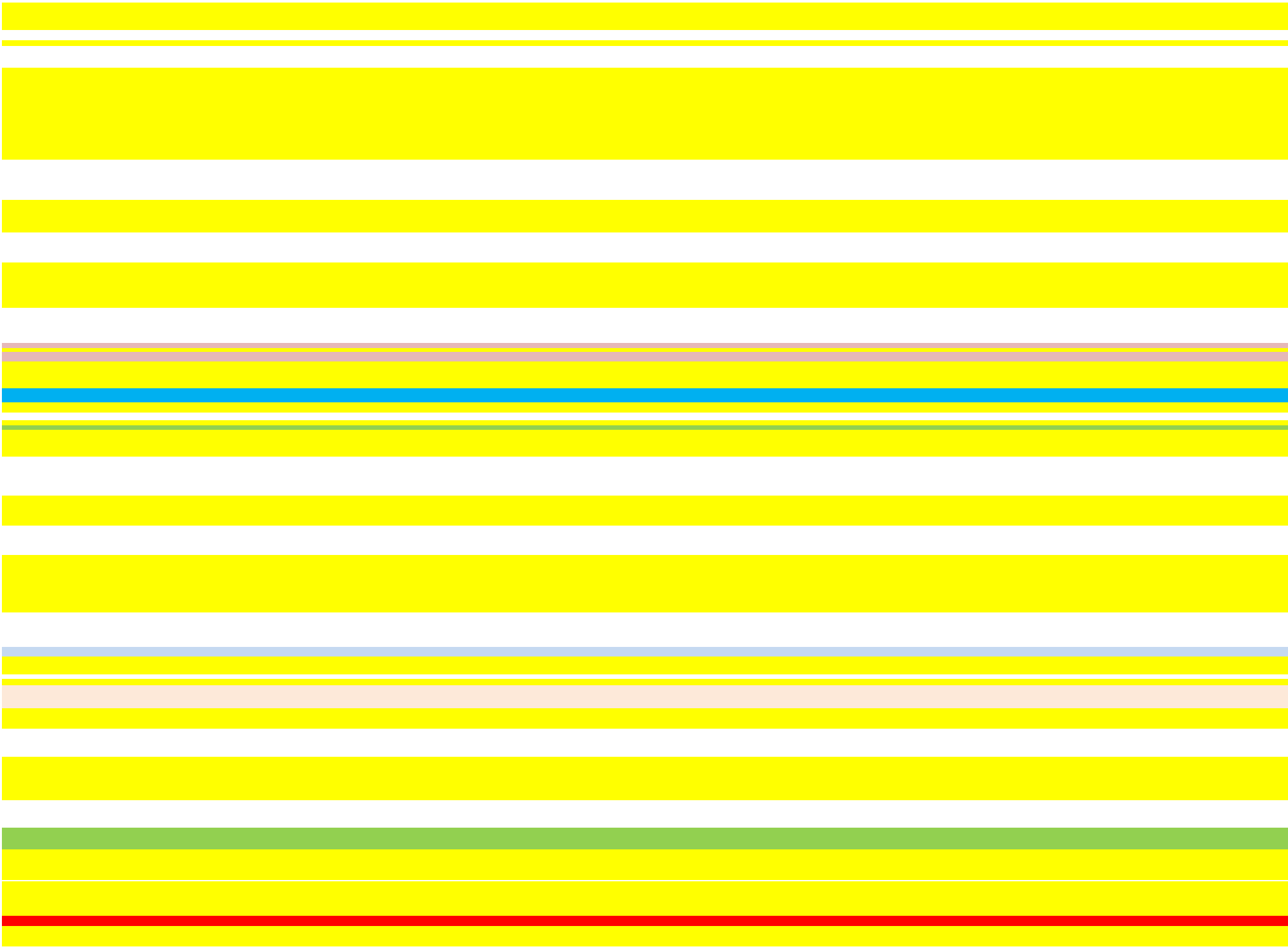




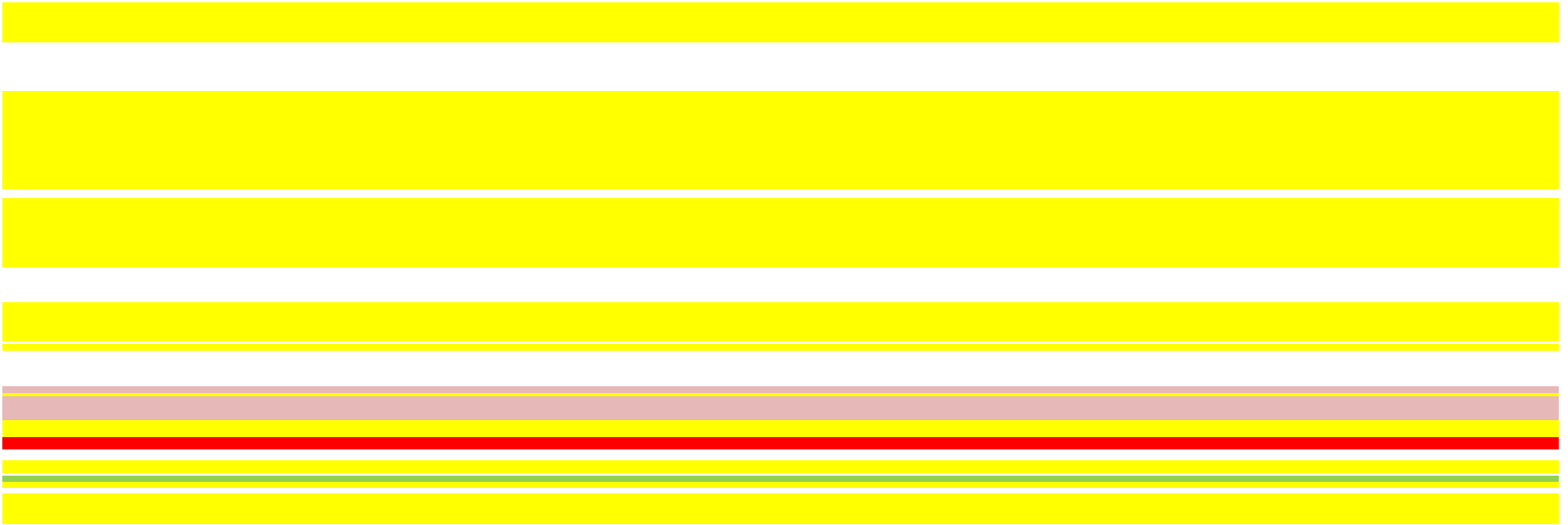




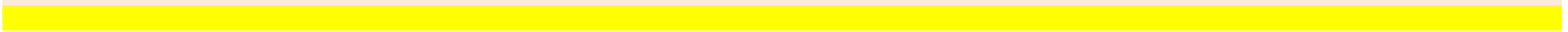


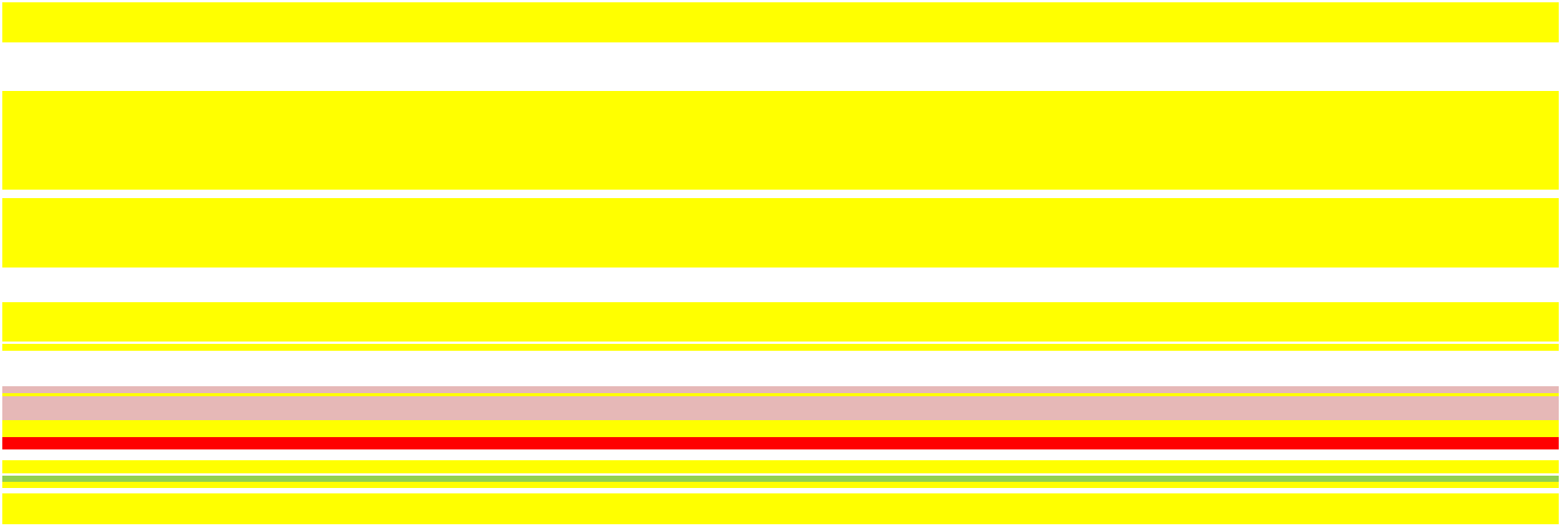


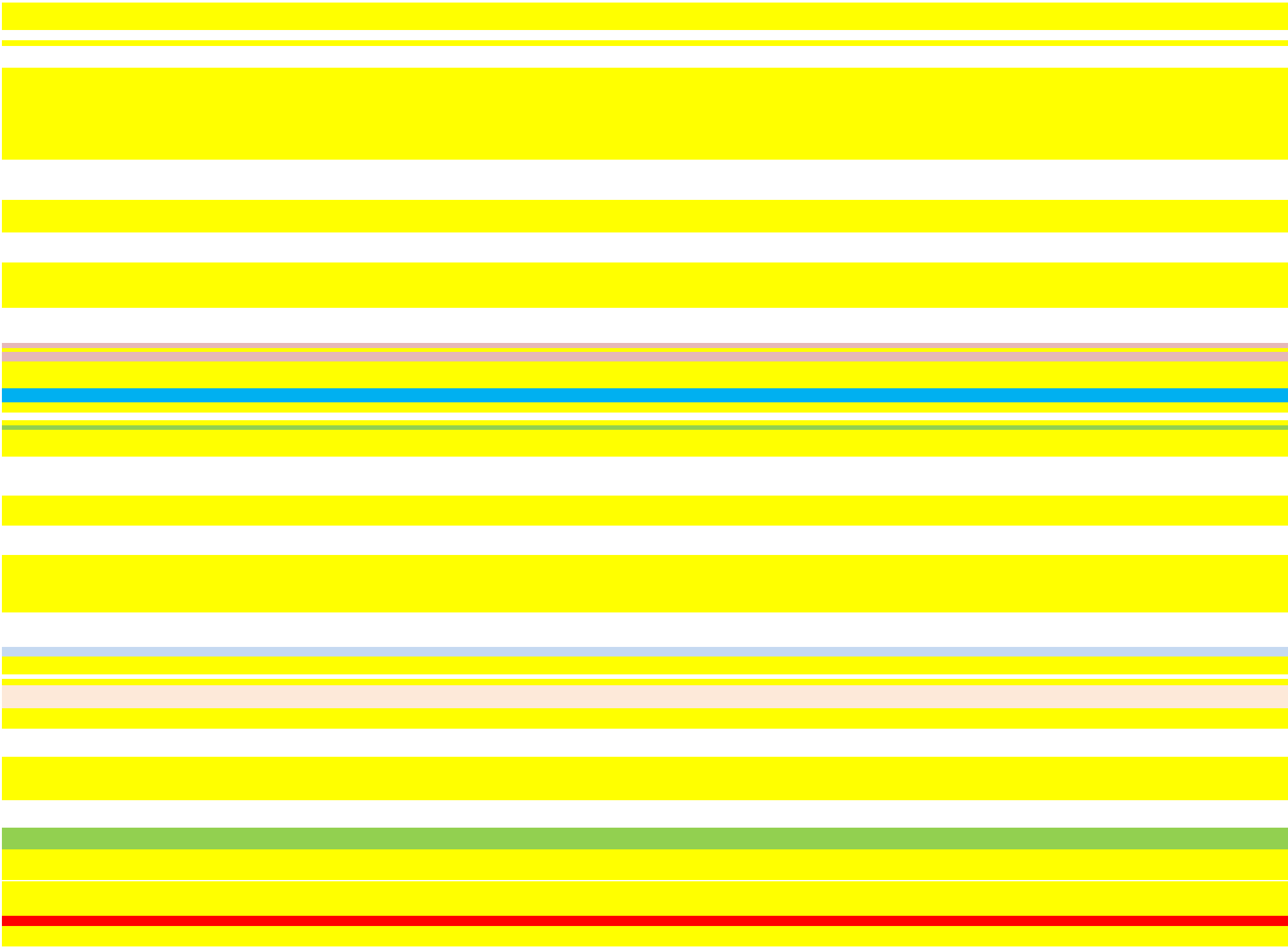


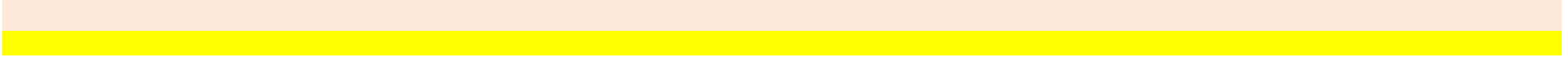
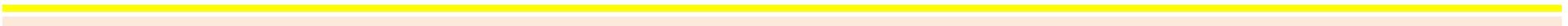


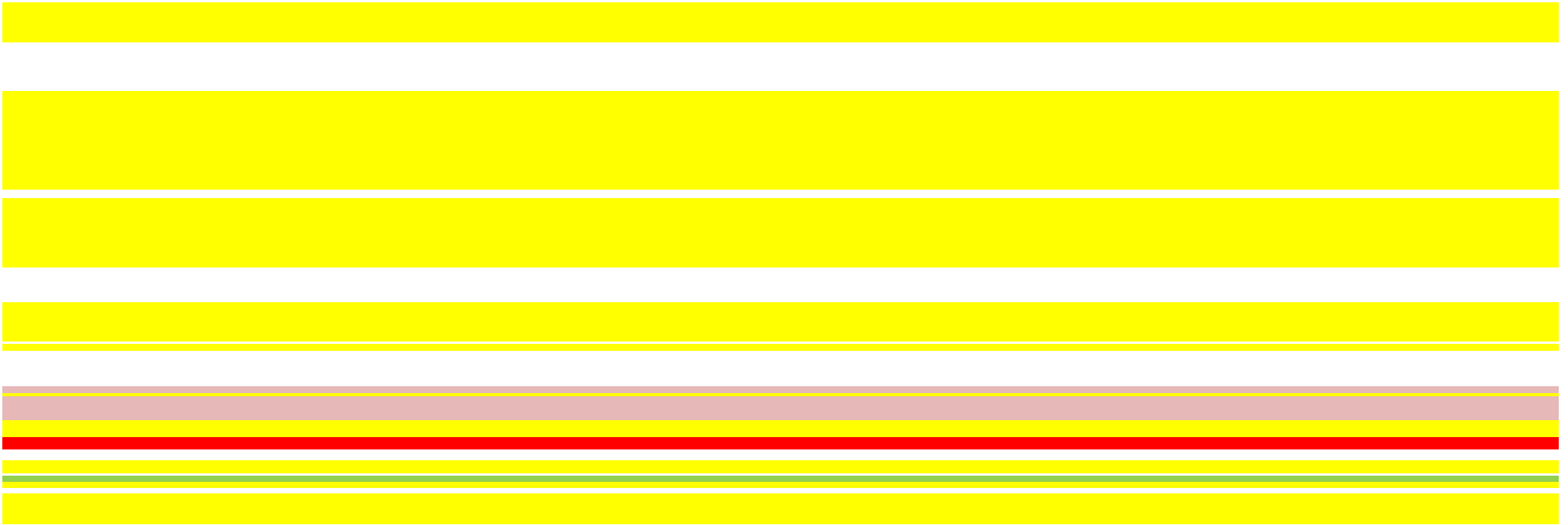


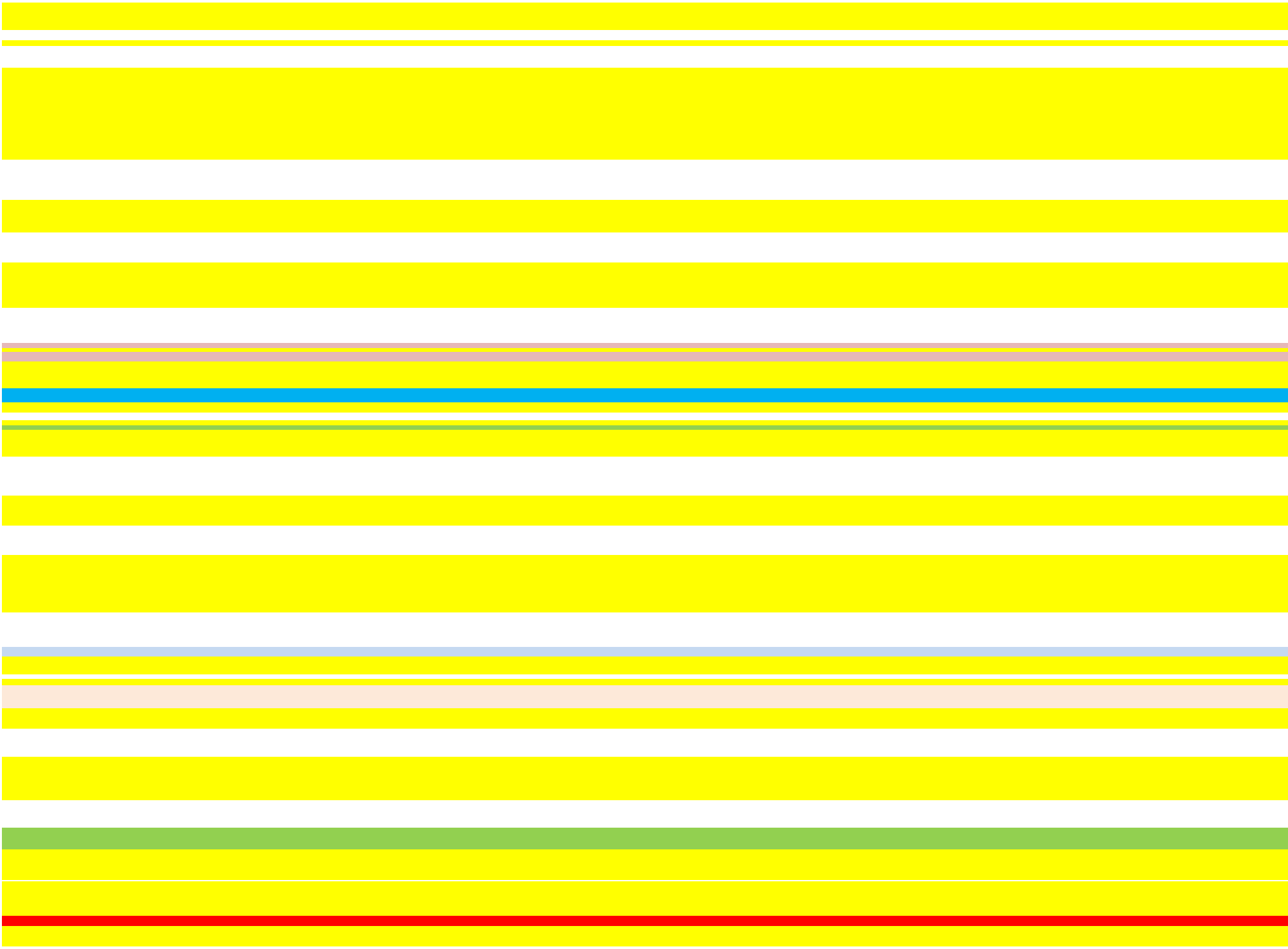


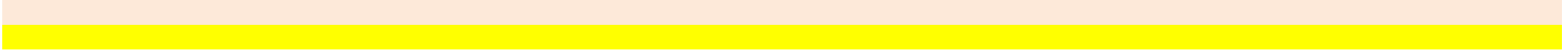
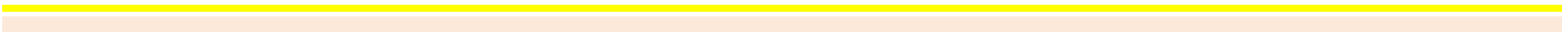




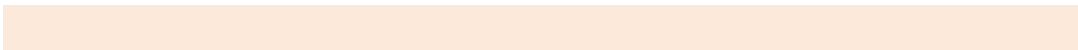
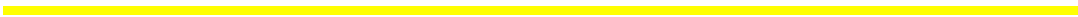














**Расход продуктов ДОУ
от 3 до 7 лет**

Наименов. прод.	1	2	3	4	5	6	7	8
Сахар	26.38	30.60	24.20	19.00	21.10	24.80	28.00	18.11
Заварка	0.30	0.35	0.60	0.30	0.30	0.60	0.35	0.30
Яйцо	1.00	17.64	49.50	14.70	13.00	7.00	9.30	0.00
Дрожжи сухие	0.20	0.00	0.30	0.00	0.00	0.38	0.00	0.30
Батон нарезной	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00
Хлеб пшеничный 1с	26.00	20.00	33.00	20.00	20.00	20.00	39.00	20.00
Хлеб сельский	37.50	37.50	37.50	37.50	37.50	37.50	37.50	37.50
Мука пшеничная	36.40	0.00	34.06	4.00	1.50	30.00	5.95	42.00
Кисель-концентрат	21.60	0.00	0.00	21.60	0.00	21.60	0.00	0.00
Макаронные изделия	0.00	0.00	0.00	45.50	0.00	45.50	0.00	0.00
Вермишель	8.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	15.55
Крупа рисовая	37.70	15.00	12.00	0.00	38.50	0.00	18.00	45.60
Крупа кукурузная	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупа манная	23.00	13.15	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Горох	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.00	0.00
Крупа пшениная	0.00	11.00	0.00	30.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупа ячневая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00
Полба	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	0.00
Крупа перловая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.00	0.00	0.00
Крупа геркулесовая	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00
Крупа пшеничная	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупа гречневая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00
Картофель	148.00	151.60	169.68	131.20	151.50	60.00	151.60	56.00
Морковь	37.80	8.00	84.47	29.74	35.60	42.28	8.00	95.40
Лук репчатый	33.19	21.00	42.23	21.59	28.89	19.93	14.50	31.30
Свекла	0.00	47.50	0.00	28.40	51.00	0.00	47.50	32.00
Капуста свежая	40.50	16.00	162.00	40.00	35.00	40.50	0.00	45.30
Икра кабачковая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Огурцы соленые	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	12.00	0.00	0.00
Помидоры свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Огурцы свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
перец	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Томат-паста	1.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	1.00
Масло сливочное	13.00	9.00	19.50	12.60	8.00	13.10	19.90	6.51
Масло растительное	18.70	8.60	7.80	12.83	17.30	14.30	6.00	11.10
Фрукты свежие	0.00	85.00	0.00	85.00	0.00	85.00	0.00	85.00
Яблоки	0.00	36.00	0.00	0.00	47.25	0.00	36.00	0.00
крыжовник зам.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Лимон	0.00	5.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	0.00
Ягодная смесь зам.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сок	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00
Фруктовое пюре	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сухофрукты	0.00	0.00	18.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Урюк	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	15.00
повидло фруктовое	0.00	20.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.00	0.00

Крупа манная	23.00	13.15	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Горох	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.20	0.00
Крупа пшеничная	0.00	11.00	0.00	30.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупа ячневая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00
Полба	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	0.00
Крупа перловая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.00	0.00	0.00
Крупа геркулесовая	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00
Крупа пшеничная	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупа гречневая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00
Картофель	227.92	233.46	261.30	202.04	233.31	92.40	233.46	86.24
Морковь	50.26	10.64	112.34	39.55	47.33	56.22	10.64	126.88
Лук репчатый	39.52	25.00	50.27	25.70	34.40	23.72	17.26	37.25
Свекла	0.00	64.60	0.00	38.62	69.36	0.00	64.60	43.52
Капуста свежая	50.63	20.00	202.50	50.00	43.75	50.63	0.00	56.60
Икра кабачковая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Огурцы соленые	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	21.84	0.00	0.00
Помидоры свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Огурцы свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Соус Переменка	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Томат-паста	1.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	1.00
Масло сливочное	13.00	9.00	19.50	12.60	8.00	13.10	19.90	6.51
Масло растительное	18.70	8.60	7.80	12.83	17.30	14.30	6.00	11.10
Фрукты свежие	0.00	96.90	0.00	96.90	0.00	96.90	0.00	96.90
Яблоки	0.00	40.80	0.00	0.00	53.30	0.00	40.80	0.00
крыжовник зам.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Лимон	0.00	5.10	0.00	0.00	0.00	0.00	5.10	0.00
Ягодная смесь зам.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сок	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00
Фруктовое пюре	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сухофрукты	0.00	0.00	18.36	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Урюк	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	15.30
повидло фруктовое	0.00	20.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.00	0.00
Шиповник порошок	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.70
Молоко	100.00	333.77	148.00	212.60	293.90	152.50	314.37	171.00
Кефир	0.00	0.00	0.00	114.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Ряженка	0.00	0.00	113.30	0.00	0.00	114.00	0.00	0.00
Катык	114.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	114.00
Молоко гущенное	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сметана	0.00	20.28	6.00	5.00	14.20	5.00	3.90	5.00
Творог	0.00	109.28	0.00	0.00	0.00	0.00	98.80	0.00
Говядина	0.00	0.00	0.00	41.78	0.00	0.00	0.00	52.00
Фарш из говядины	48.00	0.00	17.10	0.00	0.00	43.00	17.10	0.00
Цыплята	87.68	33.85	80.00	0.00	127.22	118.46	0.00	60.65
индейка филе	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
куриная грудка	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сыр	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14
рыба фарш	0.00	52.50	0.00	88.56	0.00	0.00	56.00	0.00
Кофейный напиток	0.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	1.50	0.00
Какао-порошок	0.00	1.50	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00
печенье	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	0.00
крекер	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00
Соль	4.40	3.80	4.70	4.93	3.50	4.60	3.34	6.11
печенье КП	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Сухари панировочные	0.00	5.00	7.00	0.00	3.20	6.00	0.00	0.00

вафли	0.00	0.00	0.00	21.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Крупы, бобовые	60.70	39.15	37.00	30.00	63.50	58.00	63.20	45.60
Овощи разные	141.41	120.24	365.11	153.87	195.84	152.41	92.50	265.25
Фрукты	0.00	142.80	0.00	96.90	53.30	96.90	45.90	96.90
Фрукты сухие	0.00	20.00	18.36	0.00	0.00	0.00	20.00	15.30
Молочные прод.	214.00	333.77	261.30	326.60	293.90	266.50	314.37	285.00
птица	87.68	33.85	80.00	0.00	127.22	118.46	0.00	60.65
Говядина	48.00	0.00	17.10	41.78	0.00	43.00	17.10	52.00
Макаронные изделия	8.00	0.00	0.00	45.50	0.00	45.50	0.00	15.55
Хлеб пшеничный	51.00	45.00	58.00	45.00	45.00	45.00	66.40	45.00
Кондитерские изделия	0.00	10.00	0.00	21.00	10.00	0.00	10.00	0.00

НЕТТО

9	10	Кол-во израсход ованных продукто в за 10 дней	Среднее
19.80	16.45	228.44	22.84
0.30	0.60	4.00	0.40
1.50	105.00	218.64	21.86
0.00	0.00	1.18	0.12
25.00	25.00	250.00	25.00
26.00	20.00	244.00	24.40
37.50	37.50	375.00	37.50
0.60	2.00	156.51	15.65
21.60	0.00	86.40	8.64
0.00	45.50	136.50	13.65
0.00	0.00	23.55	2.36
22.00	0.00	188.80	18.88
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	36.15	3.62
0.00	0.00	20.00	2.00
0.00	30.00	71.00	7.10
0.00	0.00	25.00	2.50
25.00	0.00	50.00	5.00
0.00	0.00	8.00	0.80
0.00	0.00	50.00	5.00
0.00	0.00	0.00	0.00
12.00	0.00	37.00	3.70
171.60	40.00	1231.18	123.12
31.75	33.74	406.78	40.68
32.75	9.00	254.38	25.44
0.00	28.40	234.80	23.48
35.00	16.00	430.30	43.03
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	12.00	1.20
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	3.00	6.00	0.60
16.60	12.60	130.81	13.08
5.00	12.50	114.13	11.41
0.00	85.00	425.00	42.50
11.25	0.00	130.50	13.05
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	10.00	1.00
0.00	0.00	0.00	0.00
125.00	0.00	625.00	62.50
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	18.00	36.00	3.60
0.00	0.00	15.00	1.50
0.00	0.00	40.00	4.00

0.00	0.00	5.70	0.57
197.50	286.00	2190.00	219.00
110.00	0.00	220.00	22.00
0.00	0.00	220.00	22.00
0.00	0.00	220.00	22.00
0.00	0.00	0.00	0.00
2.00	6.00	67.38	6.74
0.00	0.00	204.64	20.46
0.00	0.00	93.78	9.38
69.10	0.00	194.30	19.43
0.00	22.00	352.11	35.21
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	64.00	64.00	6.40
11.27	7.00	46.27	4.63
69.00	0.00	266.06	26.61
0.00	0.00	3.00	0.30
1.50	0.00	4.50	0.45
0.00	0.00	0.00	0.00
10.00	0.00	20.00	2.00
5.30	4.80	45.48	4.55
0.00	0.00	20.00	2.00
5.80	0.00	27.00	2.70
0.00	21.00	42.00	4.20
59.00	30.00	485.95	48.60
99.50	90.14	1344.26	134.43
11.25	85.00	565.50	56.55
0.00	18.00	56.70	5.67
307.50	286.00	2850.00	285.00
69.10	0.00	288.08	28.81
0.00	86.00	416.11	41.61
0.00	45.50	160.05	16.01
51.00	45.00	494.00	49.40
10.00	21.00	82.00	8.20

брутто

9	10	Кол-во	Среднее
19.80	16.45	228.44	22.84
0.30	0.60	4.00	0.40
1.50	105.00	218.64	21.86
0.00	0.00	1.18	0.12
25.00	25.00	250.00	25.00
26.00	20.00	246.40	24.64
37.50	37.50	375.00	37.50
0.60	2.00	156.51	15.65
21.60	0.00	86.40	8.64
0.00	45.50	136.50	13.65
0.00	0.00	23.55	2.36
22.00	0.00	188.80	18.88
0.00	0.00	0.00	0.00

0.00	0.00	36.15	3.62
0.00	0.00	20.20	2.02
0.00	30.00	71.00	7.10
0.00	0.00	25.00	2.50
25.00	0.00	50.00	5.00
0.00	0.00	8.00	0.80
0.00	0.00	50.00	5.00
0.00	0.00	0.00	0.00
12.00	0.00	37.00	3.70
264.26	61.60	1895.99	189.60
42.22	44.87	540.95	54.10
38.97	10.72	302.81	30.28
0.00	38.62	319.32	31.93
43.75	20.00	537.85	53.79
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	21.84	2.18
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	3.00	6.00	0.60
16.60	12.60	130.81	13.08
5.00	12.50	114.13	11.41
0.00	96.90	484.50	48.45
12.50	0.00	147.40	14.74
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	10.20	1.02
0.00	0.00	0.00	0.00
125.00	0.00	625.00	62.50
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	18.36	36.72	3.67
0.00	0.00	15.30	1.53
0.00	0.00	40.00	4.00
0.00	0.00	5.70	0.57
198.47	291.90	2216.51	221.65
114.00	0.00	228.00	22.80
0.00	0.00	227.30	22.73
0.00	0.00	228.00	22.80
0.00	0.00	0.00	0.00
2.00	6.00	67.38	6.74
0.00	0.00	208.08	20.81
0.00	0.00	93.78	9.38
69.10	0.00	194.30	19.43
0.00	33.85	541.71	54.17
0.00	0.00	0.00	0.00
0.00	85.33	85.33	8.53
11.50	7.14	47.20	4.72
69.00	0.00	266.06	26.61
0.00	0.00	3.00	0.30
1.50	0.00	4.50	0.45
0.00	0.00	20.00	2.00
10.00	0.00	20.00	2.00
5.30	4.80	45.48	4.55
0.00	0.00	0.00	0.00
5.80	0.00	27.00	2.70

0.00	21.00	42.00	4.20
59.00	30.00	486.15	48.62
124.94	117.21	1728.77	172.88
12.50	96.90	642.10	64.21
0.00	18.36	92.02	9.20
312.47	291.90	2899.81	289.98
0.00	119.18	627.04	62.70
69.10	0.00	288.08	28.81
0.00	45.50	160.05	16.01
51.00	45.00	496.40	49.64
10.00	21.00	82.00	8.20

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



"Согласовано"

"Утверждаю"

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

А.К. Агапова

Январь 2025г

Примерное 10-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях от 3-7 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	200/3	10.00	10.00	24.50	228.00	ТТК №4
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.90	4.40	13.00	99.00	№1 Дели2010
Итого:	418	11.96	14.42	42.49	347.00	
Сок абрикосовый	125	0.90	0.08	22.00	91.00	№418Дели2016
Итого:	125	0.90	0.08	22.00	91.00	
	543	12.86	14.50	64.49	438.00	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	50	0.70	2.50	4.50	44.00	№21 Дели2016
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	200/15	3.86	5.80	15.24	133.00	№88 Дели 2016 ТТК № 1152 от 09.10.2020 и №364 С-Петербург 2008
Тефтели из говядины с соусом томатным	70/10	6.2	6.5	5	103	№334 Дели2016
Рис отварной с овощами	130	6.5	5	38.6	225	№284Партнер2014
Кисель	180			10.00	40.00	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	692.5	19.06	20.20	91.34	627.50	
ПОЛДНИК						
Булочка Домашняя	50	4.90	5.00	38.00	217.00	№258 Партнер г. Уфа 2014
Катык	110	3.77	2.75	5	62.1	№401Дели2010
Рагу с курицей	120/25	6.00	9.50	16.90	177.00	ТТК №63
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	510	16.79	17.71	76.24	534.10	
ВСЕГО:	1745.5	48.71	52.41	232.07	1599.60	

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	200/3	5.20	5.80	25.20	174.00	ТТК №7 №272 Парнер г. Уфа 2014
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.00	
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Итого:	418	11.62	14.38	51.64	383.00	

Фрукты свежие апельсин	85	0.34	0.34	10.50	47.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	85	0.34	0.34	10.50	47.00	
	503	11.96	14.72	62.14	430.00	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0.60	2.50	4.20	42.00	№34, Дели2016
Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6	3.50	7.80	19.70	163.00	№64 "Партнер"2014
Биточки рубленые из рыбы	70	8.75	6.80	8.15	129.00	ТТК №3Д
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	49.00	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	688.5	18.45	22.04	86.85	620.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3.20	3.38	27.00	151.00	
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Суфле из творога с повидлом	150/20	9.00	12.50	24.00	245.00	ТТК №567
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.00	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	500	16.34	18.80	75.04	535.00	
ВСЕГО:	1691.5	46.75	55.56	224.03	1585.50	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
каша 1 еркулесовая молочная с маслом	200/3	6.70	7.50	22.00	182.00	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Итого:	418	11.21	14.15	49.19	370.00	
Сок яблочно-абрикосовый	125	0.90	0.06	22.00	91.00	№418Дели2016
Итого:	125	0.90	0.06	22.00	91.00	
	543	12.11	14.21	71.19	461.00	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	200/15	5.50	5.20	16.20	134.00	№86 Дели 2016
Котлеты рубленые из птицы	70	8.10	10.80	11.00	178.00	№ 205,справ.М2003 №138 Партнер г. Уфа 2014
Картофель тушёный	130	2.65	5.29	16.00	122.00	
Компот из сухофруктов	180	0.18	0.1	25.9	89	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	682.5	18.98	21.84	95.56	642.50	
ПОЛДНИК						
Ряженка	110	3.19	2.75	4.62	59.00	№401 Дели2010
Булочка Дорожная	50	3.55	5.91	30.10	188.00	№453 Дели 2016
Яйцо вареное	48	5.10	4.60	0.30	63.00	№227 Дели 2016
Капуста тушенная (в сметанном соусе)	130	3.25	5.3	25.3	162	ТТК№53Д
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	543	16.67	18.74	75.15	539.00	
ВСЕГО:	1768.5	47.76	54.79	241.90	1642.50	

День 4 - ый

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

Наименование блюд					ценность	
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3	8.00	6.60	26.00	195.40	ТТК №6 №270 Партнер г. Уфа 2014 №3 Дели2010
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4.00	6.00	12.83	122.00	
Итого:	418	13.22	13.94	50.77	382.40	
Фрукты свежие яблоко	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	503	13.56	14.28	62.04	431.40	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	1.30	2.50	6.00	51.00	ТТК №60
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	200/5	4.60	8.00	23.80	186.00	№73 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	160	10.9	11.1	33.58	278	ТТК №29 Д
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	632.5	18.60	22.00	91.38	637.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	1.20	6.20	22.00	148.00	
Кефир	110	3.68	2.75	5.07	68.00	№401 Дели2010
Суфле рыбное	100	5.60	5.40	5.62	94.00	№208, сб.диет2002
Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	566	16.86	18.13	76.92	546.00	
ВСЕГО:	1701.5	49.02	54.41	230.34	1614.90	

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	200/3	8.2	7.9	19.2	180	ТТК №1 №272 Парнер г. Уфа 2014
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.00	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Итого:	413	12.53	14.83	45.70	366.00	
Сок вишневый	125	0.60	0.06	21.00	95.00	№418Дели2016
Итого:	125	0.60	0.06	21.00	95.00	
	538	13.13	14.89	66.70	461.00	
ОБЕД						
Салат витаминный	50	0.75	1.32	4.00	31.00	№15 Партнер 2009
Свекольник с курицей, со сметаной	200/10/6	3.80	5.40	18.60	138.00	№35,сб 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	49.00	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	643.5	18.25	20.72	91.30	624.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	5.80	4.00	32.00	187.00	
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016

Запеканка картофельная с овощами,соусом	130/20	6.50	10.50	24.30	218.00	№293, справ.М.2003
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	475	16.38	17.43	75.13	523.00	
ВСЕГО:	1656.5	47.76	53.04	233.13	1608.50	

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	200/3	6.70	7.50	22.00	182.00	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Итого:	423	13.30	15.80	49.13	393.00	
Фрукты свежие яблоко	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	508	13.64	15.40	60.40	442.00	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	50	0.70	2.50	4.50	44.00	№21 Дели2016
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5	3.56	4.50	23.60	149.00	№82 Дели 2016
Биточки куриные "Солнышко"	70	8.00	10.50	6.20	152.00	ТТК №97Д
Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	687.5	18.86	21.50	91.70	636.50	
ПОЛДНИК						
Булочка сдобная	50	3.8	4.8	22.3	148	№257 Партнер2014 г. Уфа
Ряженка	110	3.19	2.75	4.62	59.00	№401 Дели2010 ТТК №1030 от 10.11.2021
Гречка с фаршем и овощами	130	7.30	10.00	33.20	252.00	
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	495	15.87	17.73	74.95	526.00	
ВСЕГО:	1690.5	48.37	55.37	227.05	1604.50	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом	200/3	9.50	8.80	20.10	198.00	ТТК №8 №270 Партнер г. Уфа 2014
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Итого:	413	12.63	14.49	44.93	362.00	
Сок персик-банан	125	0.60	0.06	22.00	91.00	№418Дели2016
Итого:	125	0.60	0.06	22.00	91.00	
	538	13.23	14.55	66.93	453.00	

ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0.60	2.50	4.20	42.00	№34, Дели2016
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	200/15/10	3.80	3.50	20.50	129.00	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	49.00	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	695.5	18.40	20.54	91.50	626.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	10	3.00	4.38	24.00	147.00	
печенье						
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Пудинг из творога с рисом с повидлом	130/20	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	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	480	16.14	17.70	76.34	528.40	
ВСЕГО:	1713.5	47.77	52.79	234.77	1607.90	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	200	8.90	8.40	32.90	243.00	№100 Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Итого:	420	12.96	14.42	50.72	385.00	
Фрукты свежие яблоко	85	0.34	0.34	11.27	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85	0.34	0.34	11.27	49.00	
	505	13.30	14.76	61.99	434.00	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной	200/5	3.00	7.90	18.80	158.00	№63 Дели 2016
Плов из отварной говядины	160	13.50	12.20	35.00	303.00	№108"Партнер"2014
Напиток из урюка	180	0.6	0.1	15.0	63	ТТК №68
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	632.5	19.65	20.62	95.30	643.00	
ПОЛДНИК						
Булочка молочная	50	0.90	1.80	43.60	194.00	№779, сбшк2004
Катык	110	3.77	2.75	5	62.1	№401Дели2010
Рагу из птицы с овощами	120/25	10.7	13.7	11	210	ТТК №4Д
Напиток шиповника	180/5	0.011	0.001	5.168	21	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	510	16.90	18.41	74.61	534.10	
ВСЕГО:	1647.5	49.85	53.79	231.90	1611.10	

День 9 - ый

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

		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	200/3	8.2	7.9	19.2	180	ТТК №1 №272 Парнер г. Уфа 2014
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.00	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.91	4.35	12.89	99.00	№1 Дели2010
Итого:	425	12.53	14.83	45.70	366.00	
Сок яблоко-груша	125	0.60	0.06	21.00	91.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.60	0.06	21.00	91.00	
	550	13.13	14.89	66.70	457.00	
ОБЕД						
Салат витаминный	50	0.75	1.32	4.00	31.00	№15 Партнер 2009
Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	200/15	3.35	7.20	13.80	134.00	№86 Дели 2016
Биточки рубленные из говядины	70	8.90	8.40	21.50	197.00	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	18.50	21.76	92.30	639.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	1.50	4.00	27.10	150.00	
Кефир	110	3.68	2.75	5.07	68.00	№401 Дели2010
Запеканка рыбная с рисом и овощами	150	10.20	12.90	30.00	276.00	ТТК №3
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	475	16.96	19.83	77.00	561.00	
ВСЕГО:	1707.5	48.59	56.48	236.00	1657.50	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3	8.00	6.60	26.00	195.00	ТТК №6
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4.00	6.00	12.83	122.00	№3 Дели2010
Итого:	423	14.60	14.90	53.13	406.00	
Фрукты свежие яблоко	85	0.34	0.34	10.20	45.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	85	0.34	0.34	10.20	45.00	
	508	14.94	15.24	63.33	451.00	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	1.30	2.50	6.00	51.00	ТТК №60
Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6	3.50	7.80	19.70	163.00	№64 "Партнер"2014
Гуляш из куриной грудки	45/45	7.56	5.70	3.00	130.00	ТТК №91
Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.00	№218 Дели 2016
Компот из сухофруктов	180	0.18	0.1	25.8	89	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	708.5	19.14	20.10	101.90	684.50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	21	3.20	6.20	42.30	237.00	

вафли						
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Омлет натуральный	140	8.50	8.68	13.60	167.00	№229 Дели2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.00	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.52	0.16	9.84	47.00	
Итого:	518	15.78	17.81	74.73	522.00	
ВСЕГО:	1734.5	49.86	53.15	239.96	1657.50	
ИТОГО за 10 дней:	17057.00	484.42	541.80	2331.15	16189.50	

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 блюд ужина.

документы:

- 3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, 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. Москвы, выпуск 4, 2003 2014гг.
- 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 1 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 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г
- картофель, овощи (морковь, свекла, капуста, лук ...) рассчитаны с учетом сезонности
- огурцы и помидоры свежие парниковые
- масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
- огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой
- сметана с массовой долей жира 15%
- кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%