

Примерное 12-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8-10,5 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 -ый «ФУДСЕРВИС»

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	крупка геркулесовая		18,00	18,00						
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			11,17	14,38	49,56	375,91	1,91	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
	сахар		2,00	2,00						
Итого:		152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с		30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		46,60	27,90						
	сахар		0,60	0,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы		150/10			4,92	4,72	11,30	115,56	3,69	№91 сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры потр с/м		24,30	23,00						
	масса отварной мякоти птицы			10,00						
	картофель		66,60	50,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		112,50	112,50						
	клецки:			15,00						
	мука пшеничная		4,60	4,60						
	масло сливочное		0,50	0,50						
	яйцо		1,60	1,32						
	вода		7,30	7,30						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса теста			13,50						
	масса готовых клецек			15,00						
Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,32	№286 СБ дошк
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,90						
	масса отварной рыбы			30,00						
	хлеб пшеничный		6,20	6,20						
	яйцо		4,80	4,00						
	молоко		9,00	9,00						
	масло сливочное		1,70	1,70						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масло растительное		0,80	0,80						
	масса пудинга			45,00						
	соус молочный									
	молоко		7,50	7,50						
	масло сливочное		0,80	0,80						
	мука пшеничная		0,80	0,80						
	вода		7,50	7,50						
	сахар		0,15	0,15						
	соль йодированная		0,09	0,09						
	масса соуса			15,00						
Пюре картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк
	картофель		136,80	102,60						
	молоко		18,96	18,00						
	масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 СБ дошк
	сухофрукты		12,75	12,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20			1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	№100 стр 124, Дели 1-2012
			20,00	20,00						

Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	570			21,21	13,93	70,18	501,54	21,87	
ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
творог		103,20	101,20						
крупа манная		6,60	6,60						
йогурт		5,28	4,40						
сахар		8,80	8,80						
сметана		4,40	4,40						
масло сливочное		4,40	4,40						
сухари панировочные		4,40	4,40						
соль йодированная		0,55	0,55						
молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром	150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
сахар		5,00	5,00						
вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	385			21,19	17,40	44,30	420,35	10,52	
ВСЕГО:	1471			57,92	49,46	172,03	1380,80	35,35	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
	крупа полбяная		18,00	18,00						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	какао-порошок		2,00	2,00						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		110,00	110,00						
	вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,35	13,67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк 2016
	морковь		48,00	38,40						
	сахар		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15,00	12,00						
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	сахар		3,00	3,00						
	томат-паста		0,15	0,15						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						
Гуляш из отварной говядины		30/30			8,73	10,07	1,73	132,60	0,56	№203 сб рецептов 2017
	говядина лопатка б/к		48,00	48,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	лук репчатый		6,36	5,30						
	вода питьевая		22,50	22,50						
	томатная паста		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,15	0,15						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		52,40	52,40						
	вода питьевая		78,10	78,10						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	25,00						
	сахар		5,00	5,00						

вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	567			21,11	17,58	84,90	586,31	11,76	
ПОЛДНИК									
Элещ с птицей	100			10,90	14,00	22,30	245,00		Согласно сборника рецептов блюд и
мука пшеничная		30,80	30,80						
в том числе на подпыл		1,20	1,20						
сахарный песок		0,80	0,80						
масло сливочное		5,00	5,00						
яйцо куриное		6,00	5,00						
сметана		12,50	12,50						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса теста			52,00						
цыплята - бройлеры с/м		51,60	36,00						
картофель		34,58	26,00						
лук репчатый		7,20	6,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
соль		0,80	0,80						
масса фарша			72,00						
изделия		1,20	1,00						
масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
сахар		5,00	5,00						
лимон		5,55	5,00						
вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 140, Дели +, 2012
Итого:	360			12,50	14,52	48,48	362,78	12,24	
ВСЕГО:	1486			43,96	45,77	200,33	1385,17	30,10	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
	крупка рисовая		10,00	10,00						
	крупка пшениная		7,50	7,50						
	молоко		75,00	75,00						
	вода		48,00	48,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком,сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,78	13,01	46,78	346,99	2,05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к		41,60	33,30						
	масса прогретой капусты			30,00						
	морковь		8,75	7,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	сахарный песок		2,00	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с куриными фрикадельками		150/10			2,83	2,96	10,92	88,60	7,41	№83 сб дошк 2016
	картофель		90,00	67,50						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	бульон		105,00	105,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	фрикадельки куриные:									
	цыплята-бройлеры потр с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						

	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	фрикаделек			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Птица тушеная с овощами по-татарски		30/30			7,72	9,04	3,92	128,16	1,97	ТТК №753 от 20.08.2022
	цыплята-бройлеры потр с/м		72,90	69,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной мякоти			30,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон		10,00	10,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	вода питьевая		231,00	231,00						
	соль йодированная		0,45	0,45						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	кисель-концентрат		17,50	17,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		552			17,59	19,23	63,24	510,49	23,19	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		325			15,61	23,85	32,59	407,63	36,85	
ВСЕГО:		1386			47,34	59,83	148,91	1341,11	62,54	

День 4 - ый

День 4 - ВП										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	крупка ячневая		17,50	17,50						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,47	11,57	46,52	344,55	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		40			0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
	свекла		41,00	32,00						
	яблоки свежие		8,00	7,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		150/10			3,99	2,00	7,32	66,28	5,00	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупка пшенная		9,00	9,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
батон нарезной		25,00	25,00						
сыр		5,10	5,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	358			6,84	10,31	47,46	313,08	0,91	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 сб дошк 2016
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк
морковь		48,00	38,40						
сахар		2,00	2,00						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10			5,29	4,33	10,00	108,56	3,55	№87 СБ дошк. 2016
картофель		40,05	30,00						
горох колотый		12,15	12,00						
лук репчатый		7,20	6,00						
морковь		9,60	7,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
масло растительное		3,00	3,00						
вода питьевая		105,00	105,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо куриное		0,96	0,80						
вода питьевая		1,00	1,00						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса полуфабриката фрикаделек			10,00						
Тефтели мясные	50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	СБ дошкольн. №303, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		33,30	31,70						
или фарш говяжий		33,30	31,70						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		1,50	1,50						
хлеб пшеничный		6,70	6,70						
вода питьевая		10,00	10,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
мука пшеничная в/с		3,40	3,40						
масса полуфабриката			60,00						
масло растительное		1,50	1,50						
Рагу из овощей	120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	2016
картофель		53,20	40,00						
морковь		24,00	19,20						
масса запеченной моркови			18,00						
лук репчатый		20,40	16,80						
масса припущенного лука			13,20						
капуста свежая		32,75	26,20						
масса припущенной капусты			24,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
масло растительное		4,00	4,00						
соус:									2016
вода		35,00	35,00						
масло сливочное		1,58	1,58						
мука пшеничная		1,58	1,58						
морковь		2,63	2,10						
лук репчатый		1,26	1,05						
томатная паста		2,10	2,10						
масло сливочное		0,53	0,53						
сахар		0,35	0,35						
соль йодированная		0,35	0,35						
масса соуса			35,00						
масса рагу			120,00						
Компот из свежих фруктов	150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
яблоки свежие		22,80	20,00						
апельсин		7,50	5,00						
лимон		5,55	5,00						
вода		152,00	152,00						
сахар		5,00	5,00						
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	570			15,75	22,59	49,40	476,45	25,97	
ПОЛДНИК									

Плов с сухофруктами	130			3,59	8,83	37,44	245,70	0,73	№195 СБ шк 2017
крупя рисовая		34,00	34,00						
вода питьевая		71,50	71,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
масло сливочное		13,00	13,00						
курага		13,30	13,00						
морковь		32,50	26,00						
изюм		6,60	6,50						
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
сахар		5,00	5,00						
лимон		5,55	5,00						
вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	410			5,61	9,41	62,26	361,48	12,97	
ВСЕГО:	1488			32,55	46,06	165,41	1227,01	40,30	

День 6 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный с клецками	180			4,28	5,04	9,32	99,72	0,82	№105,128 сб дошк2016
молоко		126,00	126,00						
вода		63,00	63,00						
масло сливочное		1,80	1,80						
клецки:			22,50						
мука пшеничная		7,00	7,00						
масло сливочное		0,80	0,80						
яйцо куриное		2,40	2,00						
вода		10,80	10,80						
соль йодированная		0,2	0,2						
масса теста			20,3						
масса готовых клецек			22,50						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
какао-порошок		2,00	2,00						
сахар		6,00	6,00						
молоко		110,00	110,00						
вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
батон нарезной		25,00	25,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	396			9,87	12,58	33,11	289,00	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в инд.упаковке	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№21 сб дошк Дели2016
капуста свежая б/к		41,60	33,30						
масса прогретой капусты			30,00						
морковь		8,75	7,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
сахарный песок		2,00	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Рассольник ленинградский, со сметаной	150/6			1,37	3,95	7,40	74,07	5,05	№82 сб дошк2016
картофель		66,50	50,00						
крупя перловая		6,00	6,00						
морковь		7,50	6,00						
лук репчатый		3,57	3,00						
масло растительное		2,00	2,00						
огурцы соленые		18,20	10,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
бульон		114,00	114,00						
сметана		6,00	6,00						
Биточки "Домашние"	50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		60,68	39,40						
или фарш куриный		41,37	39,40						
морковь		11,85	9,40						
лук репчатый		14,40	12,00						
масло растительное		1,00	1,00						
масса припущенного лука			6,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
яйцо		0,60	0,50						
мука пшеничная		3,75	3,75						
масса полуфабриката			59,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	
макаронные изделия		38,50	38,50						
вода		231,00	231,00						
соль йодированная		0,45	0,45						

Компот из свежих яблок	масло сливочное	150	2,00	2,00	0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	25,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,82	79,12	0	
Итого:		568			17,68	17,30	87,70	568,42	20,93	
ПОЛДНИК										
Расстегай с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная		50,00	50,00						
	мука пшеничная на подпыл		2,00	2,00						
	сахар		2,50	2,50						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		21,50	21,50						
	масса теста			75,00						
	минтай ПБГ с/м		57,00	41,00						
	масса готовой рыбы			33,60						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масса пассированного лука			2,52						
	мука пшеничная		0,40	0,40						
	масло сливочное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Чай с сахаром	масса фарша рыбного			40,00						№410, 411 Дели 2016
	масса полуфабриката			115,00						
	смазки листов		0,40	0,40						
		150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан или мандарин)	чай весовой		0,40	0,40						табл 9 стр 186, Дели +, 2012
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
Итого:		355			13,06	10,02	51,01	335,95	10,18	
ВСЕГО:		1519			41,60	39,90	192,02	1278,17	37,36	

2 неделя

День 7 - ой

д.с. № 7 - 01

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			3,83	2,34	19,46	117,34	0,00	ТТК №6Д
	крупка пшено		17,70	17,70						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			8,60	9,11	42,73	290,42	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с		30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		46,60	27,90						
	сахар		0,60	0,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15,00	12,00						
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		0,15	0,15						
	томатная паста		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						

Жаркое по-домашнему из отварной птицы	цыплята - бройлеры с/м	150	80,50	76,00	11,75	7,98	14,70	177,15	0,54	ТТК 580/а от 24.06.2020
	масса готовой мякоти птицы			33,00						
	картофель		144,70	108,80						
	лук репчатый		11,30	9,40						
	морковь		5,90	4,70						
	масло сливочное		3,80	3,80						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая		18,80	18,80						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	150	12,75	12,50	0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 СБ дошк
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		515			16,90	13,96	49,71	396,59	10,30	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный	яйцо	130	96,00	80,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоками		150/5/10			0,09	0,06	5,99	24,70	1,02	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	сахар		5,00	5,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		335			15,19	23,70	33,00	406,13	1,27	
ВСЕГО:		1409			41,69	46,76	145,63	1177,94	16,74	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	крупа ячневая		17,50	17,50						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,65	11,55	46,65	345,73	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашенной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
	капуста квашенная		34,30	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	сахар		1,50	1,50						
Суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками		150/10			2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сб дошк 2016
	крупа гречневая		5,00	5,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40						

	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода для фарша		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Биточки рубленые из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		51,00	37,50						
	или фарш рыбный		39,40	37,50						
	крупа манная		1,30	1,25						
	яйцо		0,90	0,75						
	лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		7,00	7,00						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	сахар		0,14	0,14						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масло растительное		1,25	1,25						
	масса полуфабриката			59,00						
Пюре картофельное с маслом сливочным		120/3			2,47	6,01	16,39	129,60	14,53	№339 СБ дошк 2016
	картофель		136,80	102,60						
	молоко		18,96	18,00						
	масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	вода питьевая		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		543			14,02	14,65	60,03	432,13	25,80	
ПОЛДНИК										
Макаронные изделия отварные с сыром		130			9,00	7,70	18,45	178,82	0,15	№204 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		43,00	43,00						
	вода		258,00	258,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	сыр голландский		10,20	10,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 СБ дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		305			11,03	8,07	33,86	251,97	75,15	
ВСЕГО:		1357			39,04	38,02	146,84	1105,83	102,78	

День 9 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	крупа геркулесовая		18,00	18,00						
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	какао-порошок		2,00	2,00						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		110,00	110,00						
	вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			11,38	13,82	50,08	374,94	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Винегрет овощной		40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 сб дошк 2016
	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	капуста квашенная		11,50	8,00						
	лук репчатый		7,16	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						

День 10- ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
			брутто	нетто				Ккал		

Каша рисовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК		140/3			4,17	4,69	30,01	179,40	0,67	ТТК № 12Д	
	крупa рисовая			17,70	17,70							
	молоко			70,00	70,00							
	вода			53,00	53,00							
	сахар			2,00	2,00							
	соль йодированная			0,40	0,40							
Кофейный напиток с молоком	масло сливочное		180/6	3,00	3,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016	
	кофейный напиток			2,50	2,50							
	сахар			6,00	6,00							
	молоко			90,00	90,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	вода		25/5/5	108,00	108,00	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016	
	батон нарезной			25,00	25,00							
	сыр			5,10	5,00							
	масло сливочное			5,00	5,00							
Итого:			364			9,55	12,79	53,28	369,65	1,91		
2 - ой ЗАВТРАК												
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016	
				155,00	150,00							
Итого:			150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45		
Салат из моркови с сахаром	ОБЕД		40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк	
	морковь			48,00	38,40							
	сахар			2,00	2,00							
			150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016	
	мука пшеничная			11,30	11,30							
	яйцо			3,60	3,00							
	вода			2,10	2,10							
	соль йодированная			0,20	0,20							
	масса подсушенной лапши				12,00							
	морковь			7,50	6,00							
	лук репчатый			7,14	6,00							
	масло растительное			3,00	3,00							
	бульон			143,00	143,00							
	соль йодированная			0,65	0,65							
	Биточки "Домашние"			50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
		цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный			60,68	39,40						
				41,37	39,40							
морковь				11,85	9,40							
лук репчатый				14,40	12,00							
масло растительное				1,00	1,00							
масса припущенного лука					6,00							
соль йодированная				0,40	0,40							
яйцо				0,60	0,50							
мука пшеничная				3,75	3,75							
масса полуфабриката					59,00							
масло растительное				2,00	2,00							
Картофель запеченный		картофель		120	231,60	174,00	3,26	7,07	25,31	182,4	17,4	№147 сб шк 2017
		масло растительное			5,00	5,00						
		соль йодированная			0,30	0,30						
Кисель		кисель-концентрат		150	17,50	17,50	0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
	сахар			5,00	5,00							
	вода			150,00	150,00							
Хлеб пшеничный			20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134. Дели +, 2012	
Хлеб ржаной			30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144.	
Итого:			560			16,66	16,83	82,82	552,35	20,50		
ПОЛДНИК												
Пудинг творожный с повидлом			110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	0,21	№249 СБдошк 2016	
	творог			94,82	93,50							
	манная крупа			8,80	8,80							
	сахар			5,28	4,40							
	яйцо куриное			8,80	8,80							
	масло сливочное			0,40	0,40							
	соль йодированная			4,40	4,40							
	сухари панировочные			4,40	4,40							
	сметана			4,40	4,40							
	повидло			20,40	20,00							
Чай с сахаром и лимоном			150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016	
	чай весовой			0,40	0,40							
	сахар			5,00	5,00							
	лимон			5,55	5,00							
	вода			150,00	150,00							

Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан или мандарин)	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	390			17,23	12,26	54,74	399,28	12,45	
ВСЕГО:	1 464			47,79	45,63	197,14	1397,28	35,31	

День 11 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
	крупа пшеничная		18,00	18,00						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай без сахара, с мармеладом		170/10			0,07	0,02	11,93	48,15	0,02	ТТК
	чай весовой		0,40	0,40						
	вода питьевая		170,00	170,00						
	мармелад		15,00	15,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		353			8,01	9,21	55,82	338,61	0,69	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ дошк. 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		150/10			2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сБ дошк 2016
	крупа рисовая		5,00	5,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	томатная паста		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Капуста тушеная с мясом		150			7,18	9,00	13,39	169,20	20,50	ТТК №647 от 24.08.2022
	капуста свежая		138,00	110,00						
	вода питьевая		24,00	24,00						
	масса тушеной капусты			100,00						
	лук репчатый		10,80	9,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса пассерованного лука			4,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,50	37,50						
	или фарш говяжий		39,50	37,50						
	масса готового фарша			30,00						
	мука пшеничная в/с		3,00	3,00						
	масса соуса			15,00						
	вода питьевая		15,00	15,00						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	мука пшеничная в/с		0,70	0,70						
	морковь		1,25	1,00						
	лук репчатый		0,36	0,30						
	томатная паста		0,90	0,90						
	масло растительное		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,15	0,15						
	сахар		0,15	0,15						
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
	яблоки свежие		22,80	20,00						
	апельсин		7,50	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		540			14,34	14,05	52,48	405,16	31,82	

	яйцо куриное		2,34	1,95						
	масло сливочное		1,95	1,95						
	сахарный песок		0,75	0,75						
	молоко		9,40	9,40						
	дрожжи сухие		0,23	0,23						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса теста			37,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		17,85	17,00						
	или фарш говяжий		17,85	17,00						
	картофель		29,30	22,00						
	лук репчатый		7,80	6,50						
	масло сливочное		3,40	3,40						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса фарша			49,00						
	яйцо куриное		1,44	1,20						
	масло растительное для смазки изделий		0,23	0,23						
	масло растительное для смазки		0,75	0,75						
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода питьевая		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 2 стр 184, Дели +, 2012
Итого:		330			9,80	5,17	42,10	270,15	135,00	
ВСЕГО:		1423			33,15	28,43	170,60	1098,72	171,51	

День 12 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		140/3			6,33	6,19	24,57	180,10	1,15	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		28,00	28,00						
	сахар		3,00	3,00						
	молоко		98,00	98,00						
	вода питьевая		21,00	21,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			11,28	12,94	47,97	354,36	2,53	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир ряженка катык)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 сб дошк 2016
	свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп гороховый с картофелем, с гречками		150/10			5,29	4,33	10,00	108,56	3,55	№87 СБ дошк. 2016
	картофель		40,05	30,00						
	горох		12,15	12,00						
	морковь		7,20	6,00						
	лук репчатый		9,60	7,50						
	масло растительное		0,50	0,50						
	соль иодированная		3,00	3,00						
	бульон		105,00	105,00						
	гречки:			10,00						
	хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		150			14,09	15,73	14,42	256,52	5,88	тлк
	говядина (лопатка б/к)		48	48						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса отварной говядины			30						
	картофель		133	100						
	лук репчатый		18	15						
	огурцы соленые		36,4	20						
	томатная паста		4	4						
	масло растительное		8	8						
	масса овощей			120						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	вода питьевая		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012

Итого:	ПОЛДНИК	550			23,79	23,04	63,29	565,81	12,10	
Королевская ватрушка		130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №810 от 15.02.2023
	посыпка низ:									
	масло сливочное		9,00	9,00						
	мука пшеничная		17,00	17,00						
	сахарный песок		9,00	9,00						
	творожная начинка:									
	творог		68,00	68,00						
	сахарный песок		13,50	13,50						
	яйцо куриное		16,20	13,50						
	посыпка низ:									
	масло сливочное		3,50	3,50						
	мука пшеничная		7,20	7,20						
	сахарный песок		3,50	3,50						
Чай с сахаром, с яблоком		170/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	вода		170,00	170,00						
Итого:		316			16,09	9,56	57,57	378,83	1,03	
ВСЕГО:		1375			55,51	49,29	175,13	1375,00	16,11	
ИТОГО за 12 дней		17214			514,75	524,50	2076,09	15208,27	603,62	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1435			42,90	43,71	173,01	1267,36	50,30	

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 №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тютельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тютельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тютельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тютельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
 - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1,09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1,09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сыр с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%