



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Ккал	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
Крупа рисовая		10	10						
Крупа пшеничная		7,5	7,5						
Молоко		75	75						
Вода		48	48						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк, 2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,99	11,69	46,65	328,64	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Капуста тушеная (доп. гарнир)	30			0,61	0,97	2,82	22,53		№139 сб шк 2017
капуста свежая		42,75	34,20						
масло растительное		1,20	1,20						
Морковь		2,19	1,75						
лук репчатый		3,00	2,40						
томатная паста		0,72	0,72						
мука пшеничная		0,30	0,30						
сахарный песок		0,90	0,90						
соль йодированная		0,20	0,20						
Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками	150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,190	№88 СБ дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо)		11,97	11,4						
или фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль йодированная		0,1	0,1						
масса полуфабриката			14,3						
масса готовых фрикаделек			10						
Картофель		59,90	45,00						
вермишель		6,00	6,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Котлеты рубленные из говядины с маслом сливочным	50/2			8,44	10,79	8,25	163,96	0,060	ТТК от 25.01.2023
говядина (котлетное мясо б/к)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		36,75	35,00						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		1,00	1,00						
масса пассерованного лука репчатого			5,00						
Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
Вода		7,00	7,00						
Сухари панировочные		5,00	5,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			60,00						
Масло растительное		0,60	0,60						
масло сливочное		2,00	2,00						
Пюре Картофельное	120			2,45	3,84	16,35	109,80	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						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,540	№394 СБ дошк 2016

	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		547			17,92	18,96	65,83	516,08	20,32	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток с сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, йогурт)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		172			5,10	9,85	20,50	191,50	1,05	
УЖИН										
Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,12	№286 СБ дошк 2016
	рыба (молтай с/м БГ)		51,54	37,9						
	масса отварной рыбы			30						
	Хлеб пшеничный		6,2	6,2						
	яйцо		4,8	4						
	молоко		9	9						
	масло сливочное		1,7	1,7						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	Масло растительное		0,8	0,8						
	масса пудинга			45						
	Соус молочный									
	молоко		7,5	7,5						
	масло сливочное		0,8	0,8						
	Мука пшеничная		0,8	0,8						
	Вода		7,5	7,5						
	Сахар		0,15	0,15						
	соль иодированная		0,09	0,09						
	масса соуса			15						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 СБ 2017
	Крупа рисовая		39,6	39,6						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	вода питьевая		240,0	240,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
Чай с сахаром		150/5			0,0525	0,015	5,02	20,08	0,02	№411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		352			13,58	4,92	47,58	292,86	0,14	
ВСЕГО:		1630			46,59	45,41	200,76	1413,89	27,35	

День 2-ой

День 2- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		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		ТТК №1Д
Крупа полбяная		18	18						
Молоко		70	70						
вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок		2	2						
Сахар		6	6						
Молоко		110	110						
Вода		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	369			11,97	16,33	46,75	385,61	1,50	
2- ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат картофельный с соевыми огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб дошк. 2016
картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
огурцы соевые		21,84	12,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						

Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/7			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63 сб дошк 2016
	Капуста свежая		15,6	12,5						
	Картофель		16,63	12,5						
	Морковь		11,25	9,0						
	Лук репчатый		7,80	6,5						
	Свекла		32	25,0						
	Сахар		1,5	1,5						
	Масло растительное		3,0	3,0						
	соль иодированная		0,65	0,7						
	Бульон		120	120,0						
Фрикадельки куриные в молочном соусе	Сметана		7,0	7,0						
		40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№ 325 сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		45,6	29,3						
	или фарш куриный		30,77	29,3						
	Хлеб пшеничный		7,3	7,3						
	Вода		9,0	9,0						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	Масса полуфабриката			46,0						
	Масло растительное		0,6	0,6						
	Соус молочный:			20,0						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	Молоко		10,0	10,0						
	Масло сливочное		1,04	1,0						
	Мука пшеничная		1,04	1,0						
	Вода		10,0	10,0						
	Сахар		0,2	0,2						
	соль иодированная		0,2	0,2						
		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб дошк, 2016
	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Кисель	масло сливочное		3	3						
		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,5	17,5						
	Сахар		5	5						
	вода		150	150						
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Хлеб ржаной									
	Итого:		555		14,68	17,43	66,35	493,49	7,73	
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт)	Булочка дорожная									
		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк 2017
	Кисломолочный напиток		155	150						
		35			2,37	4,88	14,73	112,24		№453 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		21,35	21,00						
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
	Сахар		4,20	4,20						
	Масло сливочное		4,55	4,55						
	соль иодированная		0,21	0,21						
	дрожжи сухие		0,14	0,14						
Булочка дорожная	вода		10,70	10,70						
	масса полуфабриката			39,90						
	для крошки:									
	мука пшеничная		0,84	0,84						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	масса крошки			1,40						
	масло растительное для смазки изделий		0,70	0,70						
	Итого:		185		6,72	8,63	21,03	188,74	0,45	
Запеканка творожная с молоком сгущенным										
		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,61	№251 сб дошк 2016
	Творог		103,2	101,2						
	крупа манная		6,6	6,6						
	Яйцо		5,28	4,4						
	Сахар		8,8	8,8						
	Сметана		4,4	4,4						
	Масло сливочное		4,4	4,4						
	Сухари панировочные		4,4	4,4						
	соль иодированная		0,55	0,55						
Чай с сахаром и лимоном	молоко сгущенное		20,40	20,00						
		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
	Хлеб пшеничный									
	Итого:		315		22,73	17,20	46,96	433,93	2,63	
	ВСЕГО:		1524		56,50	60,00	190,89	1548,78	22,31	

День 3 - ий										
Наименование блюд и	Масса	Кол - во	Кол - во		Пищевые вещества	Энергетическая	Витамин		Сборник	

продуктов	порции	(в гр.)		белки	жиры	угл-ды	ценность		рецептур
		брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			5,31	4,87	35,49	207,40	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18	18,						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			10,25	11,62	58,89	381,66	1,87	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из свеклы с яблоками	40			0,44	3,1	2,07	30,68		№36 дошк. 2016
свекла		41	32						
яблоки		8	7						
масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы	150/10			4,26	2,19	7,27	68,25	0,06	№86 сб дошк 2016
пыльца-бройлеры с/м		24,4	23,0						
масса отварной мякоти птицы			10,0						
крупя пшенная		9	9						
картофель		60	45						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль йодированная		0,5	0,5						
Бульон		105,0	105,0						
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40			11,21	18,94	9,15	253,56	14,05	№148 ,сб дошк 2016
фарш говяжий		52,50	50,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
масса готового мясного фарша			40,00						
картофель		46,55	35,00						
морковь		23,40	17,60						
масса запеченной моркови			16,00						
Лук репчатый		18,48	15,40						
масса припущенного лука			12,32						
капуста свежая		32,13	25,70						
масса припущенной капусты			22,70						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						№366 ,сб дошк 2016
соус:									
вода		33,00	33,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Мука пшеничная		1,50	1,50						
Морковь		2,66	2,00						
Лук репчатый		1,20	1,00						
томатная паста		2,00	2,00						
Масло сливочное		0,50	0,50						
сахар		0,33	0,33						
соль йодированная		0,33	0,33						
масса соуса			33,00						
масса рагу с фаршем			150,00						
Компот из урожая	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,3	15,0						
масса отварных сухофруктов			27,6						
Вода		152	152,0						
сахар		5	5						табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	14,11	
Итого:	535			18,57	24,66	46,17	478,55		
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:	170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН									

Эч-почмак с мясным фаршем	75			9,90	11,20	43,00	310,72		рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни
мука пшеничная		23,25	23,25						
в том числе на подпыл		0,75	0,75						
яйцо		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 йодированная		0,30	0,30						
масса теста			37,50						
фарш:									
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		0,40	0,40						
масса фарша			49,00						
яйцо для смазки изделий		1,44	1,20						
масло растительное для смазки листов		0,23	0,23						
масса готового эч-почмака			75,00						
масло растительное для смазки изделий		0,75	0,75						
Чай с мармеладом	170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
чай весовой		0,5	0,5						
вода питьевая		170	170						
мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	280			11,87	11,42	66,04	412,81	0,02	
ВСЕГО:	1544			47,55	53,41	213,38	1521,47	21,95	

День 4 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,60	15,15	119,16	0,59	№100, сб дошк 2016
Суповая заправка (звездочки)		14,40	14,40						
Сахар		1,40	0,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		0,80	0,80						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк, 2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25*5/10			1,98	4,38	14,82	106,70	0,16	№2 сб дошк, 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное повидло		5	5						
		10	10						
Итого:	406			10,80	11,48	40,32	300,44	1,92	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк, 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Икра морковная	30			0,60	0,03	6,17	27,36		ТТК №135 от 26.02.2019
морковь		31,30	25,00						
Лук репчатый		6,00	5,00						
томатная паста		4,00	4,00						
масло растительное		1,50	1,50						
сахарный песок		0,30	0,30						
соль йодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	150			3,80	7,93	20,48	106,69	3,50	СБ дошк, 2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горох золотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						

Гуляш из отварной птицы	соль йодированная		0,15	0,15						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		105	105						
		30/30			9,56	5,30	2,04	92,63		ТТК
	Цыпята - бройлеры с/м		73,12	69,0						
	Морковь		12,5	10,0						
	Лук репчатый		6	5,0						
	Масло растительное		1,0	1,0						
	вода питьевая		20,0	20,0						
	Мука пшеничная в/с		1,5	1,5						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным	Масло растительное		2	2,00						
	Соль		0,5	0,5						
	Томатная паста		0,9	0,9						
		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, сб дошк 2016
	крупя гречневая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	соль йодированная		0,3	0,3						
	масса каши			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
Напиток из сухофруктов	масса каши с овощами			110,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
		150			0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Хлеб ржаной									
	Итого:	537			19,98	15,37	78,90	472,51	4,04	
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, катык)	ПОЛДНИК									
	кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
	сахар		155	150						
			2	2						
	Булочка с сахаром	50			3,80	2,60	24,46	136,67	0,15	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная		30,00	30,00						
	Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	Сахарный песок		3,90	3,90						
	масло сливочное		1,40	1,40						
	Яйно		2,88	2,40						
Булочка с сахаром	Дрожжи сухие		0,25	0,25						
	Молоко		13,00	13,00						
	Соль йодированная		0,35	0,35						
	Вода		11,80	11,80						
	Масса полуфабриката			59,00						
	Яйно (на смазку изделий)		1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
	Итого:	202			8,15	6,35	32,45	219,67	1,20	
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	УЖИН									
	рыба (минтай с/м БГ)	40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
	или фарш рыбный		41,10	30,0						
	хлеб пшеничный		31,50	30,0						
	вода питьевая		4,00	4,00						
	Лук репчатый		6,50	6,50						
	масло растительное		9,00	7,50						
	масса припущенного лука		0,60	0,60						
	айно куриное			3,75						
	соль йодированная		0,72	0,60						
Соус томатный с овощами	соль йодированная		0,35	0,35						
	сахари панировочные		4,00	4,00						
	Масса полуфабриката			47,2						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса готовых котлет			40,0						
				20,0						
	лук репчатый		2,4	2,00						
	морковь		5,0	4,00						
	масло растительное		0,6	0,60						
	бульон или вода		20,0	20,0						
Пюре Картофельное	Масло сливочное		0,9	0,9						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	морковь		1,5	1,2						
	лук репчатый		0,72	0,6						
	томатная паста		1,2	1,2						
	Масло сливочное		0,3	0,3						
	сахар		0,2	0,2						
	соль йодированная		0,2	0,2						
	масса готового томатного соуса			18,0						
	Итого:	120			2,45	3,84	16,35	109,80	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						
Чай с сахаром		150/5		0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№411 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,4						
	Сахар		5						
	Вода		150						табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
Итого:		360		9,86	8,75	42,52		15,29	
ВСЕГО:		1605		48,40	42,34	204,00	№ЗНАЧ!	32,45	

День 5 - ый

День 5 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	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		ТТК №5Д
		18	18						
		70	70						
		42	42						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 Дели 2016
		2	2						
		6	6						
		110	110						
		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3, сб дошк 2016
		25	25						
		10,2	10						
		5	5						
Итого:	364			14,00	16,48	55,03	425,23	1,50	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
в ассортименте в инд упаковке									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Винегрет овощной с соевыми огурцами	40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 дошк. 2016
		13,76	10,00						
		10,20	8,00						
		7,56	6,00						
		14,56	8,00						
		7,14	6,00						
		2,40	2,40						
Суп из овощей, на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,08	3,74	5,67	65,25	6,25	ТТК 535 23,12,2020
		57,19	43,00						
		23,75	19,00						
		9,40	7,50						
		9,60	8,00						
		3,00	3,00						
		0,50	0,50						
		112,50	112,50						
		5,00	5,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20			4,98	5,17	5,89	90,00		ТТК
		40,00	26,00						
		6,00	6,00						
		8,00	8,00						
		9,60	8,00						
		1,50	1,50						
		2,70	2,70						
		2,00	2,00						
			20,00						
		5,00	5,00						
		1,50	1,50						
		15,00	15,00						
		1,00	1,00						
		0,16	0,16						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб дошк. 2016
		38,5	38,5						
		231,0	231,0						
		0,45	0,45						
		3	3						
Компот из свежих яблок	150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	342 сб шк 2017
		27,4	24,0						

вода		152,0	152,0							табл 6 стр 144, Дели + 2012
сахар		5,0	5,0							
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		
Итого:		558			13,56	16,19	74,68	504,82	6,93	
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН										
Омлет с сыром		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229, сб дошк 2016
	яйцо		102	85						
	молоко		51	51						
	сыр		13,26	13						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		310			13,70	21,70	17,29	319,82	2,24	
ВСЕГО:		1602			48,11	60,08	189,28	1498,32	16,62	

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеница молочная с маслом сливочным	140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
Крупа пшени		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,87	13,61	45,79	341,02	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Икра кабачковая	30			0,27	1,41	1,78	20,88		№54 дошк. Сб 2016
икра кабачковая		30,60	30,00						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,34	3,80	7,37	72,45	0,06	№82 сб дошк 2016
Картофель		66,5	50						
крупа перловая		6	6						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		3,57	3						
Огурцы соленые		18,2	10						
Масло растительное		3	3						
вода питьевая		114	114						
соль иодированная		0,5	0,5						
Сметана		5	5						
Курица тушеная с овощами по-татарски	40/20			9,70	9,52	1,77	131,85	3,33	ТТК
цыплята - бройлеры с/м		96,6	92,0						
соль иодированная		0,3	0,30						
масса отварной мякоти птицы			40,0						
лук репчатый		18,00	15,00						
морковь		10,00	8,00						
Масло сливочное		1,60	1,60						
бульон		6,70	6,70						
Итого:	110			6,46	2,96	29,15	169,00		№179 сб шк 2017
Каша гречневая рассыпчатая									

Кисель	Крупа гречневая		52,00	52,00					
	Вода		78,00	78,00					
	Масло сливочное		1,70	1,70					
	соль иодированная	150	0,24	0,24	0,54	0,08	13,50	62,70	0,99 ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50					
Хлеб ржаной	Сахар		5,00	5,00					
	вода		150,00	150,00					
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		540			20,62	18,19	67,42	526,11	4,38
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45 №386 Сб дошк 2017
(кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155,00	150,00					
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50	табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		170			5,10	9,85	18,80	185,00	0,45
УЖИН									
Королевская ватрушка		130			15,98	9,50	50,58	350,13	0,07 ТТК 810 от 15.02.2023
	росытка низ:			35,00					
	Масло сливочное		9,00	9,00					
	мука пшеничная в/с		17,00	17,00					
	сахарный песок		9,00	9,00					
	творожная начинка			95,00					
	Творог		68,00	68,00					
	Сахарный песок		13,50	13,50					
	Яйно куриное		16,20	13,50					
	посыпка низ:			14,20					
	Масло сливочное		3,50	3,50					
	мука пшеничная в/с		7,20	7,20					
	сахарный песок		3,50	3,50					
	масса полуфабриката			144,00					
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75 №399 сб дошк 2016
	шиповник		15,3	15					
	сахар		5	5					
	вода		150	150					
Итого:		285			16,49	9,71	56,15	376,28	75,07
ВСЕГО:		1454			51,47	51,75	197,96	1475,41	91,10

День 7 - ой

День 7 - ой		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
			брутто	нетто				Ккал		
Какао маковая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			4,24	4,60	22,51	149,26	0,82	ТТК №4Д
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк,2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		369			11,64	14,02	45,88	356,67	2,06	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок		200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
в ассортименте в инд.упаковке										
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат с картофелем и соевыми огурцами		40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб дошк. 2016
Щи со свежей капустой с картофелем из бульона из индейки, со сметаной		150/5			1,19	3,72	4,72	61,95	9,49	№73 сб дошк 2016
Плов из отварной индейки		150			6,92	5,95	34,32	217,98	4,08	№265 сбшк 2017

	индейки филе б/к		33,60	33,60						
	масса отварного филе индейки			24,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,93	7,50						
	Морковь		12,50	10,00						
	Крупа рисовая		32,00	32,00						
	вода		65,00	65,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масса гарнира			126,00						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		530			11,41	13,30	70,47	453,72	14,11	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток с сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, маццы)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
Ватрушка с творогом		50			6,15	3,65	19,45	134,67	0,03	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		26,50	26,50						
	Яйцо куриное		1,68	1,40						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	вода питьевая		10,70	10,70						
	сахарный песок		1,40	1,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	творог		19,70	19,50						
	Яйцо куриное		1,08	0,90						
	сахарный песок		1,1	1,1						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	Яйцо куриное		1,2	1						
	Масло растительное		0,2	0,2						
	Масло растительное		0,2	0,2						
Итого:		202			10,50	7,40	27,45	217,67	1,08	
УЖИН										
Биточки рубленные из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		51,0	37,5						
	Крупа манная		1,25	1,3						
	яйцо		9,00	7,50						
	Лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		3,75	3,8						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	сахар		0,1	0,1						
	сухари панировочные		3,8	3,8						
	Масло растительное		1,3	1,3						
	Масса полуфабриката			59,0						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5						
	вода питьевая		170	170						
	мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		375			10,52	7,94	46,73	300,89	14,71	
ВСЕГО:		1676			45,06	42,67	210,73	1413,75	35,96	

День 8 - ой

День 8 - ой									
Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		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		ТТК №5Д
крупа геркулесовая		18	18						
молоко		70	70						
вода		42	42						
сахарный песок		2	2						
соль		0,4	0,4						
масло сливочное		3	3						

Какао с молоком	Какао-порошок	180,6	2	2	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Сахар		6	6						
	Молоко		110	110						
	Вода		80	80						
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезной	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		359			11,37	13,82	50,08	374,94	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка в/с	зеленый горошек в/с	30	48,10	28,50	0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ дошк. 2016
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне		150			1,18	1,63	7,27	51,45	0,05	№86 сБ дошк 2016
	картофель		59,85	45						
	крупя гречневая		12	12						
	лук репчатый		7,14	6						
	морковь		7,5	6						
	масло растительное		1,5	1,5						
	соль йодированная		0,65	0,65						
	бульон		105	105						
Суп куриный с рисом		55			9,47	9,02	2,52	129,00		№328 СБ 2016
	курица/цыпленок		92,34	92,34						
	масса отварной мякоти птицы			38,00						
	крупя рисовая		3,50	3,50						
	вода		12,90	12,90						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	Масса вязкой рисовой каши			15,00						
	Яйцо		7,20	6,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	сыр		1,53	1,50						
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148 ,сБ дошк 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:									
	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 урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,3	15,0						
	масса отварных сухофруктов			27,6						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5	5						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		2012
Итого:		550			16,22	25,20	49,18	493,88	14,35	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток	кисломолочный напиток	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, мацун)										
Гребенок из дрожжевого теста		40			3,67	5,65	20,12	146	0,11	№445 сБ дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		25,64	25,64						
	мука пшеничная в/с из полпы		0,8	0,8						
	Сахар		1,36	1,36						
	Масло сливочное		1,16	1,16						
	яйцо куриное		1,63	1,36						
	соль йодированная		0,4	0,4						
	Дрожжи сухие		0,2	0,2						
	Вода питьевая		10,32	10,32						
	повидло		10,2	10						
	Масло растительное		1,25	1,25						
	яйцо для смазки изделий		0,75	0,75						
Итого:		190			8,02	9,40	26,42	222,00	0,56	

УЖИН										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229,сб дошк 2016
	яйцо		84	70						
	молоко		65	65						
	масло омлетной смеси			135						
	масло сливочное		2	2						
	соль йодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№411 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		310			14,03	21,73	19,60	329,87	0,24	
ВСЕГО:		1509			50,05	70,55	155,08	1467,69	26,58	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3,сб дошк 2016
Батон вареной		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	369			13,59	14,25	54,37	400,55	1,94	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
в ассортименте в инд.упаковке									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоком	40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошколь. 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоки		11,40	10,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с мясными фрикадельками	150/10			5,63	5,02	9,96	115,15	0,14	СБ дошк.2016 №87
Картофель		40,00	30						
Горох замороженный		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль иодированная		0,5	0,5						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
говядина (хотлетное мясо б/к)		11,9	11,4						
или фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль иодированная		0,1	0,1						
масса полуфабриката фрикаделек			14,3						
масса готовых фрикаделек			10						
Тефтели мясные	50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	№303 сб дошколь. 2016
говядина (хотлетное мясо б/к)		33,30	31,70						
или фарш говяжий		33,30	31,70						
соль иодированная		0,50	0,50						
хлеб пшеничный		10,00	10,00						
вода питьевая		10,00	10,00						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		1,50	1,50						
масса припущенного лука			5						
мука пшеничная		3,40	3,40						
масса полуфабриката			60,00						

Вермишель отварная с маслом сливочным	масло растительное	110/3	1,50	1,50	4,17	2,66	23,45	134,38	№219 Сб дошк.2016
	вермишель		38,5	38,5					
	вода		231	231					
	соль поваренная		0,4	0,4					
	масло сливочное		3	3					
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		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		548			18,78	13,46	69,83	490,08	1,01
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, сметана)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,50	0,45 №386 Сб дошк 2017
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		170			5,85	5,71	21,18	159,90	0,45
УЖИН									
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,61 №251 сб дошк 2016
	Творог		103,2	101,2					
	крупа манная		6,6	6,6					
	Яйцо		5,28	4,4					
	Сахар		8,8	8,8					
	Сметана		4,4	4,4					
	Масло сливочное		4,4	4,4					
	Сухари панировочные		4,4	4,4					
	соль поваренная		0,55	0,55					
	молоко сгущенное		20,40	20,00					
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02 №412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,8	0,8					
	Сахар		5	5					
	лимон		5,55	5					
	Вода		150	150					
Итого:		290			20,83	17,00	34,66	375,18	2,63
ВСЕГО:		1577			60,05	50,42	200,24	1510,52	10,03

День 10 - ый

День 10 -ый									
Наименование блюд и продукции	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	140/3			4,17	4,69	30,01	179,36	0,67	ТТК №8Д
Крупа рисовая		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,93	11,46	53,28	352,44	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34 сб дошк. 2016
Свекла		48,64	38,00						
масло растительное		2,40	2,40						
Суп-лапша домашняя из курином бульоне	150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,03	№94 сб дошк2016
Мука пшеничная		11,3	11,3						
Яйцо		3,6	3						
бульон		2,1	2,1						
Соль		0,18	0,18						
Масса лапши		12	12						
Морковь		7,50	6,0						
Лук репчатый		7,1	6,0						
Масло растительное		3	3						
Бульон		143	143,00						
Соль		0,5	0,5						

Блюда "Домашние"	50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м		59,5	39,38						
или фарш куриный		41,4	39,38						
морковь		11,75	9,4						
Лук репчатый		9	7,5						
соль йодированная		0,4	0,4						
яйцо		0,6	0,5						
Мука пшеничная		3,75	3,75						
масло растительное		1,9	1,9						
Картофель запеченный	120			3,26	7,07	25,31	182,40		№147 СБ 2017
картофель		231,60	174,00						
соль йодированная		0,30	0,30						
масло растительное		5,00	5,00						
Компот из свежих яблок	150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
яблоки свежие		27,4	24,0						
вода		152,0	152,0						
сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	535			15,41	24,45	68,13	565,69	1,23	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
молоко		158	150						
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		+, 2012
печенье									
Итого:	170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН									
Растетай с рыбой	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
мука пшеничная		50,0	50,0						
мука пшеничная на подпыл		2,0	2,0						
Сахар		2,50	2,5						
Масло сливочное		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
дрожжи сухие		0,20	0,2						
вода		21,5	21,5						
Масса теста			75,0						
мунтай ПБГ с/м		57,0	41,0						
масса готовой рыбы			33,6						
Лук репчатый		6,0	5,0						
Масса пассированного лука			2,5						
Мука пшеничная		0,4	0,4						
масло сливочное		4,0	4,0						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масса фарша рыбного			40,0						
Масса полуфабриката			115,0						
смазки листов		0,4	0,4						
Напиток из шиповника	150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
шиповник		15,3	15						
сахар		5	5						
вода		150	150						
Итого:	255			12,01	9,71	30,57	246,15	75,15	
ВСЕГО:	1419,00			42,60	51,72	183,86	1374,93	90,17	
ИТОГО за 10 дней	15540,00			496,38	528,36	1946,18	#ЗНАЧ!	374,52	
В среднем на 1 ребенка в день	1554			49,64	52,84	194,62	#ЗНАЧ!	37,45	

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, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов из продукции питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян 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
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%