



Примерное 10-дневное меню

для пребывания питания детей в дошкольных учреждениях
с 12- часовым пребыванием от 1 года до 3 лет



И.М.Зорина

День 1 - мн

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Питательная ценность			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угле-ды			
		брутто	нетто				Ккал	С	
Каши "Дружба" молочные 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 поваренная		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 Деш 2016
Батон вареной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,99	11,69	46,65	328,64	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Деш 2016
В ассортименте в инд упаковке									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Котлета тушеная (инд. тарир)	30			0,61	0,97	2,82	22,53		№139 сб шк 2017
котлета свиная		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						
сладкий перец		0,90	0,90						
соль поваренная		0,20	0,20						
Суп картофельный с вермишелью, с мясным фаршем	150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,190	№88 СБ дошк 2016
говядина б/к (кошкетное мясо)		11,97	11,4						
кол фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль поваренная		0,1	0,1						
масло полуфракционат			14,3						
масло говяжье фракционат			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 поваренная		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 (кошкетное мясо б/к)		26,57	35,00						
кол фарш говяжий		36,75	35,00						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		1,00	1,00						
масло сливочного лука репчатого			5,00						
Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
Вода		7,00	7,00						
сухари пшеничные		5,00	5,00						
соль поваренная		0,40	0,40						
масло полуфракционат			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	№ 335 СБ дошк 2016
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						
соль поваренная		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,540	№394 С6 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	№120 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, хитык)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
Кисломолочный напиток	кефир	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	№136 СБ дошк 2016
	рыба (мелкая 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 поваренная		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 поваренная		0,09	0,09						
	масса соуса			15						
Рис отварной рассычатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 СБ 2017
	Крупа рисовая		35,6	35,6						
	соль поваренная		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 зеленый		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	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Каша: пшеничная молотая с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №1Д
Крупа пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль поваренная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Утка с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
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 дошк 2016
Батон мясной		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 груши, 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 соусами	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						

Берис со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/7	15,6 16,43 11,25 7,80 32 1,5 3,0 0,65 120 7,0	12,5 12,5 9,0 6,5 25,0 1,5 3,0 0,7 120,0 7,0	1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63 сб доник 2016
Фрикадельки куриные в молочном соусе	40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№ 325 сб доник 2016
		пыльца - бройлеры с/м или фарш куриный Хлеб пшеничный Вода соль водопроводная Масса полуфабриката Масло растительное Соус молочный Молоко Масло сливочное Мука пшеничная Вода Сахар соль водопроводная	45,6 30,77 7,3 9,0 0,3 46,0 0,6 20,0 10,0 1,04 1,04 10,0 0,2 0,2	29,3 29,3 7,3 9,0 0,3 46,0 0,6 20,0 10,0 1,0 1,0 10,0 0,2 0,2					
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб доник 2016
		макаронные изделия вода соль водопроводная масло сливочное	38,5 231,0 0,45 3	38,5 231,0 0,45 3					
Кисель	150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
		Кисель-концентрат Сахар вода	17,5 5 150	17,5 5 150					
Хлеб ржаной	35		35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деки + 2012
Итого:	555			14,68	17,43	66,35	493,49	7,73	
Кисломолочный десерт (кефир, ряженка, халва)	150	ПОЛДНИК		4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб доник 2017
Булочка дрожжевая	35	кисломолочный десерт	155	150	2,37	4,88	14,73		№453 сб доник 2016
		Мука пшеничная мука пшеничная 2д пылеп Сахар Масло сливочное соль водопроводная дрожжи сухие вода масса полуфабриката для крошки: мука пшеничная масло сливочное масса крошки масло растительное для сметанной заливки	21,35 0,70 4,20 4,55 0,21 0,14 10,70 39,90 0,84 0,70 1,40 0,70	21,00 0,70 4,20 4,55 0,21 0,14 10,70 39,90 0,84 0,70 1,40 0,70					
Итого:	185			6,72	8,63	21,03	188,74	0,45	
Запеканка творожная с мяском сушеным	110/20	УЖИН		20,73	16,98	29,49	353,40	0,61	№251 сб доник 2016
		Творог крупа манная Яйца Сахар Сметана Масло сливочное Сухари панировочные соль водопроводная молоко сгущенное	103,2 6,6 5,28 8,8 4,4 4,4 4,4 0,55 20,40	101,2 6,6 4,4 8,8 4,4 4,4 4,4 0,55 20,00					
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб доник Деки 2016
		чай зеленый Сахар лимон Вода	0,4 5 5,55 150,0	0,4 5 5 150,0					
Хлеб пшеничный	25		25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Деки + 2012
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 - пн

Наименование блюд и	Масса	Кол - во	Кол - во	Пошаговые вещества	Энергетическая	Витамин	Сборник
---------------------	-------	----------	----------	--------------------	----------------	---------	---------

продукты	порции	(в гр.)		(в гр.)			ценность		рециптур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каши кукурузная молочные 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						
Соль		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 безовой		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 Деян 2016
Батон мясной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			10,25	11,62	58,89	381,66	1,87	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Деян 2016
в допорименте в 1 мл упаковки									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из спаржи с яблоками	40			0,44	3,1	2,07	30,68		№36 дошк. 2016
свежа		41	32						
яблоки		8	7						
масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с маслом пшени	150/10			4,26	2,19	7,27	68,25	0,06	№86 сб дошк 2016
выпекать-бройлеры с/м		24,4	23,0						
масло отварной мякоти пшени			10,0						
круп пшеница		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						
масло говяжьего мясного фарша			40,00						
картофель		46,55	35,00						
морковь		23,40	17,60						
масло запеченной моркови			16,00						
Лук репчатый		19,48	15,40						
масло припущенного лука			12,32						
капусты свежая		32,13	25,70						
масло припущенной капусты			22,70						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль									
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						
соль		0,33	0,33						
соль йодированная		0,33	0,33						
масло слива			33,00						
масло рагу с фаршем			150,00						
Компот из яблок	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
яблок		15,3	15,0						
масло отварных сухофруктов			27,6						
Вода		152	152,0						
сахар		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деян + 2012
Итого:	535			18,47	24,66	46,17	478,55	14,11	
ПОЛДНИК									
Молоко сливочное (молочко)	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие песочное	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Деян +, 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		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни
МУХД ПИШНИЧНАЯ		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:									
говядины (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 зеленый		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, Деш + 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 порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,59	№100 сб дошк 2016
Суповод звездочка (звездочки)		14,40	14,40						
Смет		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 помидором	25/5/10			1,98	4,38	14,82	106,70	0,16	№2 сб дошк 2016
Батон мясной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
помидор		10	10						
Итого:	406			10,00	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									
Нард мороженая	30			0,60	0,03	6,17	27,36		ТТК №135 от 24.02.2019
мороженая		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 зеленый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Мороженая		9,6	7,5						

Гушки из отварной птицы	сок подорожника		0,15	0,15						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон	30/30	105	105	9,56	5,30	2,04	92,63		ТТК
	Цыпленок - бройлеры с/м		73,12	65,0						
	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						
	Масло растительное		2	2,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	Соль		0,5	0,5						
	Томатная паста		0,9	0,9						
		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, сб донк 2016
	крупа гречневая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	сок подорожника		0,3	0,3						
	масло сливочное			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
	масло сливочное с овощами			110,0						
Напиток из сухофруктов	масло сливочное	150	2,0	2,0	0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 Сб донк 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:		537			19,98	15,37	78,90	472,51	4,04	
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, йогурт)	ПОЛДНИК									
	кисломолочный напиток	150/2	155	150	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб донк 2016
	сахар		2	2						
Булочки 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 из тонкого		1,00	1,00						
	Сахарный песок		3,90	3,90						
	масло сливочное		1,40	1,40						
	Яйцо		2,88	2,40						
	Дрожжи сухие		0,25	0,25						
	Молоко		13,00	13,00						
	Соль йодированная		0,35	0,35						
	Вода		11,80	11,80						
Итого:	Масло подсолнечника			59,00						
	Яйцо (на сметану заменой)		1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
		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	41,10	30,0	5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
	или филе рыбный		31,50	30,0						
	хлеб пшеничный		4,00	4,00						
	вода питьевая		6,50	6,50						
	Лук репчатый		9,00	7,50						
	масло растительное		6,60	6,60						
	масло приправленного лука			3,75						
	яйцо куриное		0,72	0,60						
	сок подорожника		0,35	0,35						
Соус томатный с овощами	сухари панировочные		4,00	4,00						
	Масло подсолнечника			47,2						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масло 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						
	Масло сливочное		0,9	0,9						
Пюре Картофельное	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						
	масло готового томатного соуса			18,0						
		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 329 СБ донк 2016
	Картофель		136,80	102,60						

Чай с сахаром	Молоко	18,96	18,00						№411 сб допик Дели 2016
	Масло сливочное	4,20	4,20						
	соль йодированная	0,45	0,45						
				0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	
	чай весовой	0,4	0,4						
Хлеб пшеничный	Сахар	5	5						табл 6 стр 134, Дели + 2012
	Вода	150	150						
Итого:		360		9,86	8,75	42,52		15,29	
ВСЕГО:		1605		48,40	42,34	204,00	№3НАЧ!	32,45	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Какао термическая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66		ТТК №5Д
крупка термическая			18	18						
молоко			70	70						
вода			42	42						
сахарный песок			2	2						
соль			0,4	0,4						
масло сливочное			3	3						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 Дели 2016
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 допик 2016
Батон нарезной			25	25						
Сыр			10,2	10						
Масло сливочное			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 соусами		40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 допик 2016
Картофель			13,76	10,00						
Свекла			10,20	8,00						
морковь			7,56	6,00						
огурцы соевые			14,56	8,00						
лук репчатый			7,14	6,00						
масло растительное			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
картофель			57,19	43,00						
капуста свежая			23,75	19,00						
морковь			9,40	7,50						
Лук репчатый			9,60	8,00						
Масло растительное			3,00	3,00						
соль йодированная			0,50	0,50						
Бульон			112,50	112,50						
Сметана			5,00	5,00						
Топленое куриное заливное в сметанно-томатном соусе		40/20			4,98	5,17	5,89	90,00		ТТК
Цыпленок - бройлеры с/м			40,00	26,00						
хлеб пшеничный			6,00	6,00						
вода питьевая			8,00	8,00						
лук репчатый			9,60	8,00						
масло растительное			1,50	1,50						
мука пшеничная			2,70	2,70						
масло растительное			2,00	2,00						
сметанно-томатный соус				20,00						
сметана			5,00	5,00						
мука пшеничная			1,50	1,50						
вода питьевая			15,00	15,00						
томатная паста			1,00	1,00						
соль йодированная			0,16	0,16						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб допик 2016
макаронные изделия			38,5	38,5						
вода			231,0	231,0						
соль йодированная			0,45	0,45						
масло сливочное			3	3						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	342 сб шк 2017
яблоки свежие			27,4	24,0						

вода		152,0	152,0							
сахар		5,0	5,0							
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:		558			13,56	16,19	74,68	504,82	6,93	
Меню в детском саду (молочко)	ПОЛДНИК	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 С6 доник 2016
Кондитерское изделие	молочко	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	
Омлет с сыром	УЖИН	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229 с6 доник 2016
	яйцо		102	85						
	молоко		51	51						
	сыр		13,26	13						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	соль поваренная		0,3	0,3						
	масло подсолнечное			130						
Чай с сахаром и лимоном	масса готового омлета	150х5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 с6 доник 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	180,28	1498,32	16,62	

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		Кол - во	в (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
		брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каши пшеничные Молочная с маслом сливочным	140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
		17,7	17,7						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180х6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 с6 доник 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Булочка с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	359			8,87	13,61	45,79	341,02	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ - доник 2016
(яблоки или апельсины, или бананы или малина)									
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 доник С6 2016
		30,60	30,00						
Рапсовое масло рапсовый из курдюком бульон, со сметаной	150х5			1,34	3,80	7,37	72,45	0,06	№82 с6 доник 2016
		66,5	50						
		6	6						
		7,5	6						
		3,57	3						
		18,2	10						
		3	3						
		114	114						
		0,5	0,5						
		5	5						
Курица тушеная с овощами по-татарски	40/20			9,70	9,52	1,77	131,85	3,33	ТТК
		96,6	92,0						
		0,3	0,30						
			40,0						
		18,00	15,00						
		10,00	8,00						
		1,60	1,60						
		6,70	6,70						
Итого:	110			6,46	2,96	29,15	169,00		№179 с6 шк 2017

Каша гречневая рисовая

Кисель	Крупа гречневая		52,00	52,00						
	Вода		78,00	78,00						
	Масло сливочное		1,70	1,70						
	соль поваренная		0,24	0,24						
		150			0,54	0,68	13,50	62,70	0,90	ТТК
Хлеб ржаной	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	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, Дени + 2012
Итого:		540			20,62	18,19	67,42	526,11	4,38	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб допик 2017
			155,00	150,00						
Кондитерские изделия	какао	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дени + 2012
Итого:		170			5,10	9,85	18,80	185,00	0,45	
УЖИН										
Корневая загрузка		130			15,38	9,50	50,58	350,13	0,07	ТТК 810 от 15.02.2023
	посыпка мел			35,00						
	Масло сливочное		9,00	9,00						
	мука пшеничная з/с		17,00	17,00						
	сахарный песок		9,00	9,00						
	творожный напиток			95,00						
	Творог		68,00	68,00						
	Сахарный песок		13,50	13,50						
	Йогурт		16,20	13,50						
	посыпка мел			14,20						
	Масло сливочное		3,50	3,50						
	мука пшеничная з/с		7,20	7,20						
	сахарный песок		3,50	3,50						
	масло сливочное			144,00						
		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75	№399 сб допик 2016
Напиток из шиповника	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

Наименование блюда и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Полезные вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
Крупа манная		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль поваренная		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 сб допик 2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3 сб допик 2016
Батон вчерашний		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
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 Дев 2016
в ассортименте в нед. 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 допик 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						
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 допик 2016
Капуста свежая		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль поваренная		0,5	0,5						
Бульон		120	120						
Сметана		5	5						
Плов из отварной индейки	150			6,92	5,95	34,32	217,98	4,08	№265 сб допик 2017

	индейки филе б/к		33,60	33,60						
	масло 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 модифицированная		0,50	0,50						
	масло гарнизера			126,00						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 Сб допик 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб рисовый		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Деи + 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 допик 2016
(Кефир, ряженка, йогурт)	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 модифицированная		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 рубленые из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай г/м БГ)		51,0	37,5						
	пани фарш рыбный		39,4	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 модифицированная		0,4	0,4						
	сахар		0,1	0,1						
	сухари панировочные		3,8	3,8						
	Масло растительное		1,3	1,3						
	Масло подсолнечника			59,0						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 Сб допик 2016
	Картофель		126,60	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль модифицированная		0,45	0,45						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб допик 2016
	чай восточный		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 Деи + 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

Диск 8 - 01		Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюда и продуктов	(в гр.)		(в гр.)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
	брутто		нетто							
ЗАВТРАК		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66		ТТК №5Д
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным										
крупка геркулесовая										
молоко										
вода										
содовой песок										
соль										
масло сливочное										

Какао с молоком		1888			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2	2						
	Сахар		6	6						
	Молоко		110	110						
Бутерброд с маслом сливочным	Вода	25/5	80	80						
	Батон жареной		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
(апельсин, или ананас, или банан, или мандарин)										доп.к 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка с/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ доп.к. 2016
	зеленый горошек с/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с греческой крупой из куриного бульона		150			1,18	1,63	7,27	51,45	0,05	№86 сб доп.к 2016
	картофель		59,85	45						
	крупа греческая		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-пюре куриное с рисом		55			9,47	9,02	2,52	129,00		№328 СБ 2016
	курица филе		92,34	92,34						
	масло сливочное			38,00						
	крупа рисовая		3,50	3,50						
	вода		12,90	12,90						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	Масло сливочное			15,00						
	Яйцо		7,20	6,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	сир		1,53	1,50						
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148 ,сб доп.к 2016
	картофель		53,20	40,00						
	морковь		24,00	19,20						
	масло сливочное			18,00						
	Лук репчатый		20,40	16,80						
	масло сливочное			13,20						
	кукуруза свежая		32,75	26,20						
	масло сливочное			24,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	сир			35,00						
	вода		1,58	1,58						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		2,63	2,10						
	Морковь		1,26	1,05						
	Лук репчатый		2,10	2,10						
	томатная паста		0,53	0,53						
	Масло сливочное		0,35	0,35						
	сир		0,35	0,35						
Компот из фруктов	масло сливочное			35,00						
	масло сливочное			120,00						
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		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ доп.к 2016
(кефир, ряженка, сметана)										
Греческий салат		40	155	150	3,67	5,65	20,12	146	0,11	№445 сб доп.к 2016
	Мука пшеничная с/с		25,64	25,64						
	масло сливочное с/с из масла		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						
	пшеница		10,2	10						
	Масло растительное		1,25	1,25						
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 сливочное			135						
	масло сливочное		2	2						
	соль поваренная		0,3	0,3						
	масло сливочное			130						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№411 сб дошк Дени 2016
	чай зеленый		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 Дени + 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 блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша овсяная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа овсяная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль поваренная		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 фильтровый		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 ватрушечный		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 Дени2016
в документе в виде указания	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из протушенной моркови с яблоком	40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошк 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоко		11,40	10,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп картофельный с горошком из мясным бульоном, с мясными фрикадельками	150/10			5,63	5,02	9,96	115,15	0,14	СБ дошк 2016 №87
Картофель		40,00	30						
Горох колотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль поваренная		0,5	0,5						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
говядина (холодное мясо б/к)			11,9						
или фарш говяжий			11,97						
Лук репчатый			1,19						
Ябло			0,96						
Вода для фарша			1						
соль поваренная			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 дошк 2016
говядина (холодное мясо б/к)			33,30						
или фарш говяжий			33,30						
соль поваренная			0,50						
хлеб пшеничный			10,00						
вода питьевая			10,00						
лук репчатый			12,00						
масло растительное			1,50						
масса припущенного лука									5
мукд. 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 доп.к. 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, Доп.к + 2012
Итого:		548			18,78	13,46	69,83	490,08	1,01	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир ржаных, даток)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб доп.к 2017
			155,00	150,00						табл 6 стр 136, Доп.к + 2012
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:		170			5,85	5,71	21,18	159,90	0,45	
УЖИН										
Запеканка творожная с молоком сушемым		110/20			20,73	16,78	26,49	353,40	0,61	№251 сб доп.к 2016
	Творог		103,2	101,2						
	крупы 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						
	Сушеное молоко		4,4	4,4						
	соль поваренная		0,55	0,55						
	молоко сушеное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб доп.к Доп.к 2016
	чай зеленый		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 - мп		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
Наименование блюда и продукция					белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша рисовая манная 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 поваренная		0,4	0,4						
Кофейный напиток с молоком	Масло сливочное		3	3						№414 сб доп.к 2016
		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	
	Кофейный напиток		2,5	2,5						
	Сахар		6	6						
	Молоко		90	90						
	Вода		108	108						
Булочки с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Доп.к 2016
	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 доп.к 2016
	Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из овощей отварной с растительным маслом		40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34 сб доп.к. 2016
	Свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп-пюре домашний из курицы бульон		150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,03	№94 сб доп.к 2016
	Мука пшеничная		11,3	11,3						
	Яйца		3,6	3						
	Бульон		2,1	2,1						
	Соль		0,18	0,18						
	Масло сливочное			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						

Биточки "Домашние"		50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	Акт переработки от 25.12.2018 №509
	пыльца - бройлеры с/м		59,5	39,38						
	яич фарш куриный		41,4	39,38						
	морковь		11,75	9,4						
	Лук репчатый		9	7,5						
	соль поваренная		0,4	0,4						
	яйцо		0,6	0,5						
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
Картофель запеченный		120			3,26	7,07	25,31	182,40		№147 СБ 2017
	картофель		231,60	174,00						
	соль поваренная		0,30	0,30						
Компот из яблок и вишни		150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
	яблоки свежие		27,4	24,0						
	вишня		152,0	152,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дни + 2012
Итого:		535			15,41	24,45	68,13	565,69	1,23	
ПОЛДНИК										
Молоко сливочное (молочко)	молоко	150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ, дниш 2016 + 2012
	печенье	20	158	150	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:		170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН										
Рисотой с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная		50,0	50,0						
	мука пшеничная 342 сорт		2,0	2,0						
	Салар		2,50	2,5						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	дрожжи сухие		0,20	0,2						
	вода		21,5	21,5						
	Масса теста			75,0						
	яичный ПБГ с/м		57,0	41,0						
	масса готовой рыбы			39,5						
	Лук репчатый		6,0	5,0						
	Масса пассерованного лука			2,5						
	Мука пшеничная		0,4	0,4						
	масло сливочное		4,0	4,0						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	Масса фарша рыбного			40,0						
	Масса полуфабриката			115,0						
	сметана 15%		0,4	0,4						
Напиток из мороженого		150			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№199 сб, дниш 2016
	мороженое		15,3	15						
	сироп		5	5						
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	13749,3	374,52	
В среднем на 1 ребенка в день		1554			49,64	52,84	194,62	1374,93	37,45	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применяются 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 Дниш принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и энергетической ценности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дниш Принт 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических инструкций, рецептов блюд и кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов из продукции питания для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дниш принт 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории убитая окорок;
 - семьсотых годоватая птица (индейка) потрошенная;
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы;
 - яйца куриные, рассчитаны условно при массе брутто 45г, массой нетто 40г;
 - картофель рассчитан по данным продуктов с/м (94,25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1,09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,2%
 - огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%