

День 1 - вкл		Масса порции	Кол-во (в гр)	Кол-во (в гр)	Энергетическая ценность			Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюда и продуктов	белки				жиры	угл-ды	Ккал		
ЗАВТРАК									
Капша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180г3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК №7Д
Крупя рисовая		13,50	13,50						
Крупя пшеничная		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль поваренная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180г6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Деян 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	30г5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Деян 2016
Батон паровой		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			10,49	12,32	60,05	379,27	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (мин. сахар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дека 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Картофель тушеный (дом. гарнир)	50			1,03	1,62	4,71	37,55		№139 сб дек 2017
картофель свежий		71,25	57,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Морковь		3,75	3,00						
лук репчатый		4,80	4,00						
томатная паста		1,20	1,20						
мука пшеничная		0,50	0,50						
сладкий перец		1,50	1,50						
соль поваренная		0,30	0,30						
Суп картофельный с вермишелью и с мясным фаршем	180г10			3,86	3,07	12,65	103,43	6,23	№88 СБ дека 2016
говядина ОК (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль поваренная		0,10	0,10						
масса полуфабриката			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Картофель		79,80	60,00						
Березовый		8,00	8,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
соль поваренная		0,70	0,70						
Вода		140,00	140,00						
Компот рубленый из говядины с маслом сливочным	70г2			11,81	14,54	11,54	224,26	0,06	ТТК от 25.01.2023
говядина Б/к (котлетное мясо)		51,16	49,00						

Итого:	677			23,13	24,33	82,63	654,05	23,89	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, йогурт)	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,28	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
Итого:	203			5,97	10,60	22,69	210,50	1,28	
УЖИН									
Пудинг рыбный	60/20	68,34	50,25 39,75	11,97	3,91	5,87	106,67	0,16	№286 СБ дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)									
масса отварной рыбы		8,25	8,25						
Хлеб пшеничный		6,3	5,25						
яйцо		12	12						
молоко		2,25	2,25						
масло сливочное		0,4	0,4						
соль иодированная		1	1						
Масло растительное			60						
масса пудинга									
Соус молочный		10	10						
молоко		1,1	1,1						
масло сливочное		1,1	1,1						
Мука пшеничная		10	10						
Вода		0,2	0,2						
Сахар		0,13	0,13						
соль иодированная			20						
масса соуса									
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	46,80 0,60 281,70 2,00	46,80 0,60 281,70 2,00	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
Крупа рисовая									
соль иодированная									
Вода питьевая									
Масло сливочное									
Чай с сахаром	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Дели 2016
чай весовой									
сахар									
Вода									
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	428			17,46	9,63	59,21	393,28	0,19	
ВСЕГО:	1892			57,95	56,88	242,75	1713,42	30,99	

День 2- ой

День 2- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	4,81	7,85	29,38	207,32		ТТК №1Д
Крупа полбяная									
Молоко									
вода									
Сахар									
соль иодированная									
Масло сливочное									
Какао с молоком	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,82	90,78	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок									
Сахар									
Молоко									
Вода									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	30,00 10,20 5,00	30,00 10,00 5,00	4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
Батон нарезной									
Сыр									
Масло сливочное									
Итого:	414			13,41	18,19	55,69	444,20	1,54	
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 картофеля с соевыми огурцами	60	32,90 15,36 32,76 3,60 3,00	24,00 12,00 18,00 3,00 3,00	0,73	4,70	5,38	66,83		№23 дошк. СБ 2016
картофель									
морковь									
огурцы соевые									
лук репчатый									
масло растительное									
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	18,75 19,95 12,50 9,60 38,40 1,80 3,60 0,80 144,00 7,00	15,00 15,00 10,00 8,00 30,00 1,80 3,60 0,80 144,00 7,00	1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	№63 сб дошк 2016
Капуста свежая									
Картофель									
Морковь									
Лук репчатый									
Свекла									
Сахар									
Масло растительное									
соль иодированная									
Бульон									
Сметана									
Фрикадельки куриные в молочном соусе	50/25			7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№ 325 сб дошк 2016

Макаронные изделия отварные с маслом	цпплата - бройлеры с/м или фарш куриный		57,00	37,00						
	Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	Вода		12,00	12,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	Масса полуфабриката			57,00						
	Масло растительное		0,70	0,70						
	Соус молочный;			25,00						
	Молоко		12,50	12,50						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Мука пшеничная		1,3	1,3						
Кисель	Вода		12,50	12,5						
	Сахар		0,30	0,3						
	соль иодированная		0,3	0,3						
		130/3			4,91	3,13	27,60	158,16		№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
		180			0,54	0,09	16,18	75	1,19	ТТК
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
Хлеб ржаной	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
		45	45,00	45,00	2,97	0,53	17,19	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Итого:	680			18,14	22,13	80,91	613,27	9,44	
	ПОЛДНИК	180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
	Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	50	185	180	3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк 2016
	Булочка дорожная		30,50	30,00						
	Мука пшеничная		1,00	1,00						
	мука пшеничная на подпыл		6,00	6,00						
	Сахар		6,50	6,50						
Итого:	Масло сливочное		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	дрожжи сухие		15,30	15,30						
	вода			57,00						
	масса полуфабриката для крошки:		1,20	1,20						
	мука пшеничная		1,00	1,00						
	масло сливочное			2,00						
	масса крошки		1,00	1,00						
	масло растительное для смазки изделий									
	Итого:	230			8,61	11,48	28,63	252,30	0,54	
Запеканка творожная с молоком сгущенным	УЖИН	130/20			24,20	20,00	32,78	408,20	0,70	№251, сб дошк 2016
	Творог		121,55	119,20						
	Крупа манная		7,80	7,80						
	Яйцо		6,50	5,42						
	Сахар		10,40	10,40						
	Сметана		5,20	5,20						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	соль иодированная		0,65	0,65						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
		25	25,00	25,00	1,54	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
	Хлеб пшеничный				25,87	20,23	51,31	493,43	3,53	
	Итого:	368			66,43	72,43	226,34	1850,20	25,05	
	ВСЕГО:	1792								

День 3 - ий

День 3 - ий		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			(в гр)	(в гр)						
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		180/3			6,82	5,63	45,62	261,00	0,86	ТТК №2Д
Крупа кукурузная			22,50	22,50						
Молоко			90,00	90,00						
Вода			68,00	68,00						
Сахар			2,50	2,50						
соль иодированная			0,50	0,50						
Масло сливочное		180/6	3,00	3,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
Чай с молоком, сахаром										
чай весовой			0,45	0,45						
Сахар			6	6						
Молоко			92	90						
Вода			90	90						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2016
Батон нарезной			30,00	30,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		404			12,14	12,53	71,59	448,36	2,06	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар)		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016

в ассортименте									
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60
ОБЕД									
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02	№36 дошк. 2016
свекла			61,5	48					
яблоки			11,4	10					
масло растительное			3,00	3,00					
Суп картофельный с пшенной крупой из курином бульоне, с мясом птицы		180/10			4,50	2,51	8,72	78,54	0,07 №86 сб дошк 2016
цыплята-бройлеры с/м			24,4	23,0					
масса отварной мякоти птицы				10,0					
крупка пшенная			12,00	12,00					
картофель			80,00	60,00					
Морковь			10,00	8,00					
Лук репчатый			9,52	8,00					
Масло растительное			2,00	2,00					
соль йодированная			0,70	0,70					
Бульон			120,00	120,00					
Рагу из овощей с мясным фаршем		150/50			14,23	24,98	12,46	333,86	19,05 №148 ,сб дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо)			65,60	62,50					
фарш говяжий			65,60	62,50					
Масло растительное			2,50	2,50					
масса готового мясного фарша				50,00					
картофель			63,44	47,70					
морковь			31,92	24,00					
масса запеченной моркови				22,00					
Лук репчатый			24,00	20,00					
масса припущенного лука				16,00					
капуста свежая			43,75	35,00					
масса припущенной капусты				31,00					
соль йодированная			0,80	0,80					
Масло растительное			5,00	5,00					№366 ,сб дошк 2016
соус:									
вода			40,00	40,00					
Масло сливочное			1,80	1,80					
Мука пшеничная			1,80	1,80					
Морковь			3,20	2,40					
Лук репчатый			1,44	1,20					
томатная паста			2,40	2,40					
Масло сливочное			0,60	0,60					
сахар			0,40	0,40					
соль йодированная			0,40	0,40					
масса соуса				40,00					
масса рагу с фаршем				200,00					
Компот из урожая		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44 №394 сб дошк 2016
урюк			18,40	18,00					
Сахар			6,00	6,00					
вода			183,00	183,00					табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	
Итого:		675			22,75	31,15	59,48	615,81	21,56
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189	180	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34 №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
		200			6,72	6,46	23,52	179,70	2,34
УЖИН									
Эч-почмак с мясным фаршем		100			13,20	14,93	57,30	414,29	Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий татарской кухни
мука пшеничная			30,20	30,20					
в том числе на подпыл			1,00	1,00					
яйцо			3,00	2,50					
масло сливочное			2,50	2,50					
сахарный песок			0,90	0,90					
молоко			12,20	12,20					
дрожжи сухие			0,30	0,30					
соль йодированная			0,40	0,40					
масса теста				48,75					
фарш:									
говядина (котлетное мясо б/к)			23,20	22,10					
или фарш говяжий			23,20	22,10					
картофель			38,10	28,65					
Лук репчатый			10,14	8,45					
Масло сливочное			4,40	4,40					
соль			0,60	0,60					
масса фарша				63,70					
яйцо для смазки изделий			1,92	1,60					
масло растительное для смазки листов			0,30	0,30					
масса готового эч-почмака				100,00					

Чай с мармеладом	масло растительное для смазки изделий	170/10	1,00	1,00	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		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	71,00	0,00	табл 6 стр 134, Деи + 2012
Итого:		310			15,48	15,17	72,06	485,29	0,00	
ВСЕГО:		1769			57,99	65,32	244,82	1805,48	29,56	

День 4 - ый

День 4 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,66	№100, сбшк 2016
Суповая заправка (звездочки)		16,00	16,00						
Сахар		1,60	1,60						
Молоко		140,00	140,00						
Вода		60,00	60,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Кофейный напиток с молоком	180/5			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк, 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, с повидлом	30/5/10			2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	№2 сб дошк, 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		10,00	10,00						
Итого:	431			10,95	12,14	44,57	326,78	1,99	
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	50			1,01	0,05	10,28	45,60		ТТК №135 от 26.02.2019
морковь		50,00	40,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
томатная паста		7,00	7,00						
масло растительное		2,50	2,50						
сахарный песок		0,50	0,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200			4,39	9,22	23,23	128,60	4,66	№87, сб дошк 2016
Картофель		53,2	40						
Горох		16,2	16						
Морковь		12,8	10,00						
Лук репчатый		9,6	8,00						
Масло растительное		4	4						
соль иодированная		0,2	0,2						
Бульон		140	140						
Гуляш из отварной птицы	40/40			12,75	7,06	2,72	123,61		ТТК
Цыпленок - бройлеры с/м		97,5	92,0						
Морковь		16,6	13,3						
Лук репчатый		7,02	6,6						
Масло растительное		1,3	1,3						
вода питьевая		27,0	27,0						
Мука пшеничная в/с		2	2,0						
Масло растительное		2,6	2,60						
Соль		0,6	0,6						
Томатная паста		1,2	1,2						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк 2016
крупка гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль иодированная		0,33	0,33						
масса каши			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масса каши с овощами		3,00	130,00						
масло сливочное			3,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		15,3	15,0						
Сахар		6	6,0						
вода		183	183,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Деи + 2012
Итого:	688			25,81	22,92	91,21	630,82	6,67	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, йогурт)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,28	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
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 повидло		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						
	Масса полуфабриката			59,00						
	Яйцо (из смесей изделий)		1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
Итого:		233			9,02	7,10	34,65	238,67	1,43	
УЖИН										
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами		50/25			6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	ТТК №784 от 17.11.2023
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		51,40	37,50						
	хлеб пшеничный		39,40	37,50						
	вода питьевая		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,20	8,20						
	Масло растительное		11,40	9,50						
	масса припущенного лука		0,80	0,80						
	Яйцо куриное			4,70						
	соль йодированная		0,90	0,75						
	сухари панировочные		0,44	0,44						
	Масса полуфабриката		5,00	5,00						
	Масло растительное			59,00						
	масса готовых котлет		1,25	1,25						
				50,00						
				25,00						
Соус томатный с овощами			3,00	2,50						
	морковь		6,25	5,00						
	масло растительное		0,75	0,75						
	бульон или вода		25,00	25,00						
	Масло сливочное		1,125	1,125						
	мука пшеничная		1,125	1,125						
	морковь		1,875	1,50						
	лук репчатый		0,90	0,75						
	томатная паста		1,50	1,50						
	Масло сливочное		0,375	0,375						
	сахар		0,25	0,25						
	соль йодированная		0,25	0,25						
	масса готового томатного соуса			22,50						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Дети2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	71,00	0,00	табл 6 стр 134, Дети + 2012
Итого:		431			12,03	10,62	50,92	348,18	17,91	
ВСЕГО:		1883			58,21	53,18	231,15	1591,45	38,00	

День 5 - ый

День 5 - ый									
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	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,43	7,45	33,78	233,10	0,86	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		54,00	54,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 Дети2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	414			16,03	17,80	65,09	485,94	2,40	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Винегрет овощной с соевыми огурцами	60			0,84	6,02	4,37	75,06		№46 дошколь. 2016
Картофель		20,64	15,00						
Свекла		15,30	12,00						
морковь		11,40	9,00						
огурцы соевые		21,84	12,00						
лук репчатый		10,71	9,00						

Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	масло растительное	180/7	3,60	3,60							ТТК 535 23,12,2020
	картофель		77,14	58	1,33	4,64	6,84	79,92	7,50		
	капуста свежая		31,25	25							
	морковь		12,5	10							
	Лук репчатый		12	10,08							
	Масло растительное		4	4							
	соль йодированная		0,8	0,8							
	Бульон		130	130							
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	Сметана	50/25	7	7	6,23	6,46	7,36	112,50			ТТК
	Цыпленок - бройлеры с/м		50,00	32,50							
	хлеб пшеничный		7,50	7,50							
	вода питьевая		10,00	10,00							
	лук репчатый		12,00	10,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
	мука пшеничная		3,50	3,50							
	масло растительное		2,00	2,00							
Макаронные изделия отварные с маслом	сметанно-томатный соус			25,00							№219 СБ дошк 2016
	сметана		6,25	6,25							
	мука пшеничная		1,88	1,88							
	вода питьевая		18,75	18,75							
	томатная паста		1,25	1,25							
	соль йодированная		0,20	0,20							
	макаронные изделия	130/3	45,50	45,50	4,91	3,13	27,60	158,16			
	вода		275,00	275,00							
Компот из свежих яблок	соль йодированная		0,50	0,50							№390 СБ дошк 2016
	Масло сливочное		3,00	3,00							
	яблоки свежие	180	31,92	28,0	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81		
	вода		183,0	183,0							
Хлеб ржаной	сахар		6,0	6,0							табл 6 стр 144,Дели + 2012
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10	8,31		
Итого:		680			16,42	20,94	89,08	617,88			
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34		№419 СБ дошк 2016 табл 6 стр 136,Дели + 2012
	молоко	20	189 20,00	180 20,00	1,50	1,96	14,88	83,40			
Кондитерское изделие	печенье				6,72	6,46	23,52	179,70	2,34		
Итого:		200									
УЖИН											
Омлет с сыром		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,25		№229,сб дошк2016
	яйцо		120	100							
	молоко		57	57							
	сыр		15,3	15							
	масло сливочное		3	3							
	соль йодированная		0,4	0,4							
Чай с сахаром и лимоном	масса готового омлета	180/6/7		150	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83		№412 сб дошк Дели2016
	чай весовой		0,90	0,90							
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00		
Хлеб пшеничный											табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		373			16,35	25,09	23,63	386,64	3,08		
ВСЕГО:		1847			56,41	70,29	219,50	1746,48	19,73		

2 недели

День 6 - йй

День 6 - ый									
Наименование блюд 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	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
крупя пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
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 десовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб дошк Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			10,36	15,08	54,74	396,12	1,20	
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										
Икра кабачковая	икра кабачковая	50	51,00	50,00	0,45	2,35	2,97	34,80		№54 дошк. С6 2016
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,63	4,71	8,88	88,56	5,52	№82 сб дошк 2016
	Картофель		79,8	60						
	крупа перловая		8	8						
	Морковь		10	8						
	Лук репчатый		4,76	4						
	Огурцы соленые		21,84	12						
	Масло растительное		3,6	3,6						
	вода питьевая		132	132						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	Сметана		7	7						
Курица тушеная с овощами по-татарски		50/30			12,21	12,42	2,63	171,57	4,75	ТТК
	цыплята - бройлеры с/м		120,75	115,0						
	соль иодированная		0,4	0,40						
	масса отварной мякоти птицы			50,0						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		15,00	12,00						
	Масло сливочное		2,40	2,40						
	бульон		10,00	10,00						
Кама гречневая рассыпчатая		130			7,64	3,50	34,45	199,75		№179 сб шк 2017
	Крупа гречневая		61,00	61,00						
	Вода		92,00	92,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	1,19	ТТК
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		697			25,44	23,61	82,95	659,11	11,46	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)		180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
	вафли									
Итого:		200			5,97	10,60	20,06	200,30	0,54	
УЖИН										
Королевская ватрушка		150			18,44	10,96	58,36	404,00	0,08	ТТК 810 от 15.02.2023
	посыпка нмз:			41,00						
	Масло сливочное		10,70	10,70						
	мука пшеничная в/с		21,00	21,00						
	сахарный песок		10,70	10,70						
	творожная начинка			110,00						
	Творог		78,50	78,50						
	Сахарный песок		15,00	15,00						
	Яйцо куриное		18,00	15,00						
	посыпка нмз:			16,30						
	Масло сливочное		4,25	4,25						
	мука пшеничная в/с		7,80	7,80						
	сахарный песок		4,25	4,25						
	масса полуфабриката			167,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	вода		160	180						
Итого:		336			19,05	11,21	65,04	435,38	90,08	
ВСЕГО:		1737			61,22	60,90	232,59	1737,91	113,28	

День 7- ой

День 7- ой		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,29	29,06	186,30	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк 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		30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		414			13,23	14,86	54,90	406,98	2,33	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар)		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016

в ассортименте				0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
Итого:	180								
ОБЕД									
Салат с картофелем и соевыми огурцами	60			0,73	4,70	5,38	66,83		№23 сб дошк 2016
Картофель		32,90	24,00						
морковь		15,36	12,00						
огурцы соевые		32,76	18,00						
лук репчатый		3,60	3,60						
масло растительное		3,00	3,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной	180/7			1,45	4,61	5,94	75,96	11,39	№73, сб дошк 2016
Капуста свежая		50,00	40,00						
Картофель		31,92	24,00						
Морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
Бульон		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Плов из отварной индейки	200			9,22	7,94	45,75	290,64	5,44	№265 сб дошк 2017
индейки филе б/к		44,80	44,8						
масса отварного филе индейки			32,0						
масло сливочное		8,0	8,0						
Лук репчатый		11,9	10,00						
Морковь		16,3	13,00						
Крупа рисовая		55,0	55,0						
вода		86,0	86,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
масса гарнира			168,0						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 Сб дошк 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	672			14,97	17,87	91,71	594,05	17,48	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, катык)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,28	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
Ватрушка с творогом	75			9,22	5,48	29,18	202,00	0,04	№410, 468 шк 2017
мука пшеничная		39,75	39,75						
Яйцо куриное		2,52	2,10						
Масло сливочное		1,80	1,80						
вода питьевая		16,00	16,00						
сахарный песок		2,10	2,10						
дрожжи сухие		0,30	0,30						
соль иодированная		0,60	0,60						
мука пшеничная		1,80	1,80						
творог		30,00	29,25						
Яйцо куриное		1,62	1,35						
сахарный песок		1,65	1,65						
мука пшеничная		1,35	1,35						
Яйцо куриное		1,8	1,5						
Масло растительное		0,3	0,3						
Масло растительное		0,3	0,3						
Итого:	258			14,44	9,98	39,37	304,00	1,32	
УЖИН									
Биточки рубленные из рыбы	70			8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3
рыба (минтай с/м БГ)		71,4	52,5						
или фарш рыбный		55,1	52,5						
крупа манная		1,8	1,8						
яйцо		12,6	10,5						
Лук репчатый		15,5	13,0						
вода		5,3	5,3						
соль иодированная		0,5	0,5						
сахар		0,2	0,2						
сухари панировочные		5,3	5,3						
Масло растительное		1,8	1,8						
Масса полуфабриката			83,0						
Пюре Картофельное	150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		170,60	128,30						
Молоко		23,75	22,50						
Масло сливочное		5,25	5,25						
соль иодированная		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	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	430			14,08	9,86	54,56	370,44	18,93	
ВСЕГО:	1954			57,62	52,57	258,71	1751,79	43,66	

День 8 - ой

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	группы веществ			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,43	7,45	33,78	233,10	0,86	ТТК №5Д

Какао с молоком	Крупа геркулесовая		22,50	22,50	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		54,00	54,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Какао-порошок		2,00	2,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2016
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода	30/5	80,00	80,00						
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,39	15,14	60,14	435,48	2,29	
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 домик 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка л/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 СБ домиков, 2016
	зеленый горошек л/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне		180			1,42	1,95	8,72	61,74	0,06	№86,сб домик 2016
	крупы гречневая		15,00	15,00						
	картофель		79,80	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,80	0,80						
	Бульон		120,00	120,00						
	Суфле куриное с рисом	70			12,05	11,48	3,21	164,18		№328 СБ 2016
	куры/цыплята масса отборный мякоти птицы		116,64	116,64						
крупы рисовая		4,45	4,45							
вода		16,40	16,40							
соль иодированная		0,13	0,13							
Масса вязкой рисовой каши			19,00							
Яйцо		9,12	7,60							
масло сливочное		3,80	3,80							
сыр		2,04	2,04							
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148 ,сб домик 2016
	картофель		66,50	50,00						
	морковь		30,00	24,00						
	масса запеченной моркови			22,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	масса припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		41,00	32,75						
	масса припущенной капусты			30,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						№366 ,сб домик 2016
соус:										
вода		40,00	40,00							
Масло сливочное		1,80	1,80							
Мука пшеничная		1,80	1,80							
Морковь		3,00	2,40							
Лук репчатый		1,44	1,20							
томатная паста		2,40	2,40							
Масло сливочное		0,60	0,60							
сахар		0,40	0,40							
соль йодированная		0,40	0,40							
масса соуса			40,00							
масса рагу			150,00							
Компот из яблок		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб домик 2016
	яблоко		18,40	18,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		685			20,86	32,28	61,77	627,88	20,37	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180	185	180	5,22	4,50	7,56	91,20	0,54	№420 СБ домик 2016
Гребешок из дрожжевого теста		60			5,51	8,48	30,189	219	0,165	№445 сб домик 2016
	Мука пшеничная в/с		38,50	38,50						
	мука пшеничная в/с на подпыл		1,20	1,20						
	Сахар		2,00	2,00						
	Масло сливочное		1,74	1,74						
	яйцо куриное		2,40	2,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Дрожжи сухие		0,30	0,30						
	Вода питьевая		15,50	15,50						
	повидло		15,30	15,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	яйцо для смазки изделий		1,00	1,00						
	Итого:		240			10,73	12,98	37,75	310,20	0,71
УЖИН										

Омлет натуральный	яйцо	150	96,00	80,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,26	№229, сб дошк 2016
	молоко		75,00	75,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром	чай весовой	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Дели 2016
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		366			16,28	25,09	23,42	384,26	0,29	
ВСЕГО:		1795			61,66	85,88	192,88	1804,81	33,66	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	22,50	22,50	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	30,00	30,00	4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк 2016
		10,20	10,00						
		5,00	5,00						
Итого:	414			15,69	15,16	65,78	463,02	2,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Салат из притушенной моркови с яблоками	60	57,25	45,80	0,65	0,11	5,18	24,24		№39 дошк. СБ 2016
		17,10	15,00						
		3,00	3,00						
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с мясными фрикадельками	180/10	47,88	36,00	5,90	5,27	10,75	122,27	0,15	№87, сб дошк 2016
		14,58	14,40						
		11,52	9,00						
		8,64	7,20						
		3,60	3,60						
		0,70	0,70						
		126,00	126,00						
		11,9	11,4						
		11,97	11,4						
		1,19	1						
		0,96	0,8						
		1	1						
		0,1	0,1						
			14,3						
			10						
Тефтели мясные	70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	№303 СБ дошколь. 2016
		46,20	44,40						
		46,20	44,40						
		0,70	0,70						
		14,00	14,00						
		14,00	14,00						
		16,80	14,00						
		2,10	2,10						
			7						
		4,80	4,80						
			84,00						
		2,00	2,00						
Вермишель отварная с маслом сливочным	130/3	45,50	45,50	4,93	2,75	27,70	155,22		№219, сб дошк 2016
		3,00	3,00						
		1,30	1,30						
		275,00	275,00						
Кисель	180			0,54	0,09	16,2	75	0,99	ТТК
		21,00	21,00						

	Сахар вода		6,00 180,00	6,00 180,00						табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
Итого:		678			23,09	16,05	85,52	595,60	1,20	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, йогурт)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ доик 2016
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		220			8,22	8,42	37,32	258,60	0,54	
УЖИН										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,00	32,78	408,20	0,70	№251, сб доик 2016
	Творог		121,55	119,20						
	Крупа манная		7,80	7,80						
	Яйцо		6,50	5,42						
	Сахар		10,40	10,40						
	Сметана		5,20	5,20						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	соль иодированная		0,65	0,65						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб доик Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		343			24,33	20,03	39,01	434,68	3,53	
ВСЕГО:		1835			72,22	59,66	245,81	1828,22	11,04	

День 10 - й

День 10 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	22,50	22,50	5,35	5,42	38,58	225,00	0,86	ТТК №8Д
крупа рисовая		90,00	90,00						
Молоко		68,00	68,00						
Вода		2,50	2,50						
Сахар		0,50	0,50						
соль поваренная		3	3						
Масло сливочное									
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб доик 2016
Кофейный напиток		6,00	6,00						
Сахар		90,00	90,00						
Молоко		108,00	108,00						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб доик Дели 2016
Батон нарезной		5,00	5,00						
Масло сливочное									
Итого:	404			10,49	12,33	64,42	411,18	2,03	
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 доик 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	72,96	57,00	0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб доик 2016
свекла		3,60	3,60						
масло растительное									
Суп-лапша домашняя из курином бульоне	180	15,00	15,00	1,85	3,99	8,37	83,34	0,04	№94 сб доик 2016
Мука пшеничная		4,80	4,00						
Яйцо		2,80	2,80						
вода		0,20	0,20						
соль поваренная			16,00						
Масло лапши		10,00	8,00						
Морковь		9,52	8,00						
Лук репчатый		4,00	4,00						
Масло растительное		170,00	170,00						
бульон		0,70	0,70						
соль поваренная									
Биточки "Домашние"	70	83,25	55,13	10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м		57,9	55,13						
или фарш куриный		16,4	13,12						
морковь		12,6	10,5						
Лук репчатый		0,57	0,57						
соль поваренная		0,84	0,7						
яйцо		5,25	5,25						
Мука пшеничная		2,6	2,6						
масло растительное									
Картофель запеченный	140	270,00	203,00	3,80	8,25	29,53	212,80		№147 СБ 2017
картофель		0,35	0,35						
соль поваренная		5,00	5,00						
масло растительное									
Компот из свежих яблок	180	31,92	28,00	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб тк 2017
яблоки свежие		6,00	6,00						
сахар		183,00	183,00						
вода		45,00	45,00						
Хлеб ржаной	45			2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	675			20,27	32,08	84,65	722,24	5,59	

ПОЛДНИК		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ доик 2016
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели 4, 2012
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	8,22	8,42	38,40	263,10	2,34	
Итого:		220								
УЖИН										
Расстегай с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная		50,0	50,0						
	мука пшеничная на поднял		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						
	минтай 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						
	Масло растительное для		0,4	0,4						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,58	31,38	90,00	№399 сБ доик 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Итого:		286			12,11	9,75	31,68	251,38	90,15	
ВСЕГО:		1685			51,49	62,98	228,95	1694,90	110,11	
ИТОГО за 10 дней		18189			633,50	640,08	2323,51	17524,65	458,07	
В среднем на 1 ребенка в день		1819			63,35	64,01	232,35	1752,46	45,51	

Примечания:

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 предприятий 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. 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, 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 голов
 - 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%