Утверждаю
Директор ООО "УДСОЦСЕРВИС"
Хрипунова Э.Р.

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной организации
Республика Коми

примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		13,50	13,50						
	Крупа пшенная		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Деки 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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Деки2016
	Батон нарезной		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 (нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб донк 2016
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,32**	**3,60**	
ОБЕД										
Капуста тушеная (пол. гарнир)		50			1,03	1,62	4,71	37,55		№139 сб шк 2017
	капуста свежая		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						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с вермишелью и с мясными фрикадельками		180/10			3,86	3,07	12,65	103,43	6,23	№88 СБ донк 2016
	говядина ок (постное мясо)		11,97	11,40						
	мин 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 йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
	Картофель		79,50	60,00						
	Вермишель		8,00	8,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,60	8,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Вода		140,00	140,00						
Котлеты рубленые из говядины с маслом сливочным		70/2			11,81	14,54	11,54	224,26	0,06	ТТК от 25.01.2023
	говядина б/к (постное мясо)		51,16	49,00						
	мин фарш говяжий		51,45	49,00						
	Лук репчатый		16,80	14,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	масса полуфабриката репчатого лука			7,00						
	Хлеб пшеничный		12,60	12,60						
	Вода		10,00	10,00						
	Сухари панировочные		7,00	7,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	масса полуфабриката			84,00						
	масло растительное		0,70	0,70						
	масло сливочное		2	2						
Пюре картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ донк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,52	0,52						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ донк 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	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Деки + 2012

	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 (Кефир,ряженка,катык)		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
	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 (минтай 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

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
	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 солеными 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 соленые		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						
	Сметана		7,0	7,0						
Фрикадельки куриные в молочном соусе		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						
	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						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		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						
	масло сливочное		3	3						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,5	17,5						
	Сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		**555**			**14,68**	**17,43**	**66,35**	**493,49**	**7,73**	
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык)		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк 2017
	кисломолочный напиток		155	150						
Булочка дорожная		35			2,37	4,88	14,73	112,24		№453 сб дошк2016
	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						
	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**	
	УЖИН									
Запеканка творожная с молоком сгущеным		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						
	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		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 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 - ий

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

продуктов		порции	(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	рецептур
	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 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 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
	цыплята-бройлеры с/м		24,4	23,0						
	масса отварной мякоти птицы			10,0						
	крупа пшенная		9	9						
	картофель		60	45						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		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						
	соус:									№366 ,сб дошк 2016
	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 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		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		**535**			**18,57**	**24,66**	**46,17**	**478,55**	**14,11**	
	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									

Эч-почмак с мясным фаршем		75			9,90	11,20	43,00	310,72		Согласно сборника 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 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									
Суп молочный со звездочками		180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,59	№100,сб дошк 2016
	Суповая засыпка (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		5	5						
	повидло		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									
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 иодированная		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 колотый		12,15	12						
	лук репчатый		7,2	6						
	Морковь		9,6	7,5						

	соль иодированная		0,15	0,15						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		105	105						
Гуляш из отварной птицы		30/30			9,56	5,30	2,04	92,63		ТТК
	Цыплята - 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						
	Масло растительное		2	2,00						
	Соль		0,5	0,5						
	Томатная паста		0,9	0,9						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, сб дошк 2016
	крупа гречневая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса каши			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
	масса каши с овощами			110,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
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:		**537**			**19,98**	**15,37**	**78,90**	**472,51**	**4,04**	
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток с сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		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						
	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 (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**	
	УЖИН									
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами		40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
	рыба (минтай с/м БГ)		41,10	30,0						
	или фарш 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		0,60	0,60						
	масса припущенного лука			3,75						
	яйцо куриное		0,72	0,60						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	сухари панировочные		4,00	4,00						
	Масса полуфабриката			47,2						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса готовых котлет			**40,0**						
соус томатный с овощами				**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						
	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						
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 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:		**360**			**9,86**	**8,75**	**42,52**		**15,29**	
ВСЕГО:		**1605**			**48,40**	**42,34**	**204,00**	**#ЗНАЧ!**	**32,45**	

День 5 - 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 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		180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	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 дошк 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 в ассортименте в инд.упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
Итого:		**200**			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
	ОБЕД									
Винегрет овощной с солеными огурцами		40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 дошколь. 2016
	Картофель		13,76	10,00						
	Свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	огурцы соленые		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 иодированная		0,50	0,50						
	Бульон		112,50	112,50						
	Сметана		5,00	5,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		40/20			4,98	5,17	5,89	90,00		ТТК
	Цыплята - 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 дошк.2016
	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль иодированная		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**	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)		150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
	молоко									
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 дошк2016
	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 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная с маслом сливочным		140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
	Крупа пшено		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						
Каша гречневая рассыпчатая		110			6,46	2,96	29,15	169,00		№179 сб шк 2017

	Крупа гречневая		52,00	52,00						
	Вода		78,00	78,00						
	Масло сливочное		1,70	1,70						
	соль иодированная		0,24	0,24						
Кисель		150			0,54	0,08	13,50	62,70	0,99	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:		**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
	посыпка 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						
	Яйцо 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

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 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 иодированная		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 дошк,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 дошк2016
	Батон нарезной		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 Дели2016
в ассортименте в инд.упаковке										
Итого:		**200**			**1,00**	**0,00**	**20,20**	**84,80**	**4,00**	
	ОБЕД									
Салат с картофелем и солеными огурцами		40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб дошколь. 2016
	Картофель		21,92	16,00						
	морковь		10,24	8,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	лук репчатый		2,40	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной		150/5			1,19	3,72	4,72	61,95	9,49	№73 сб дошк 2016
	Капуста свежая		37,5	30						
	Картофель		23,94	18						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		3	3						
	соль иодированная		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 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,катык)	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 рубленые из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		51,0	37,5						
	или 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 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

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 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		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 маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		**359**			**11,37**	**13,82**	**50,08**	**374,94**	**1,43**	
	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 из зеленого горошка к/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 Сб дошколь. 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	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						
	крупа 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						
Суфле куриное с рисом		55			9,47	9,02	2,52	129,00		№328 Сб 2016
	куры/цыплята		92,34	92,34						
	масса отварной мякоти птицы			38,00						
	крупа рисовая		3,50	3,50						
	вода		12,90	12,90						
	соль иодированная		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:									№366 ,сб дошк 2016
	вода		35,00	35,00						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из 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 (кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Гребешок 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 на подпыл		0,8	0,8						
	Сахар		1,36	1,36						
	Масло сливочное		1,16	1,16						
	яйцо куриное		1,63	1,36						
	соль иодированная		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 дошк2016
яйцо		84	70						
молоко		65	65						
масса омлетной смеси			135						
масло сливочное		2	2						
соль иодированная		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 дошкДели2016
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	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная		18	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 нарезной		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 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 припущеной 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 колотый		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 (котлетное 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 (котлетное мясо б/к)		33,30	31,70						
или фарш говяжий		33,30	31,70						
соль йодированная		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						

	масло растительное		1,50	1,50						
Вермишель отварная с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк.2016
	вермишель		38,5	38,5						
	вода		231	231						
	соль иодированная		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**,катык)		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк 2017
	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Длели +,2012
Итого:		**170**			**5,85**	**5,71**	**21,18**	**159,90**	**0,45**	
	УЖИН									
Запеканка творожная с молоком сгущеным		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						
	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 дошкДели2016
	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

Наименование блюд и продукции		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
					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 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 из свеклы отварной с растительным маслом		40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34 сб дошколь. 2016
	Свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп-лапша домашняя на 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						
	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 проработки от 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		150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко		158	150						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		+,2012
Итого:		**170**			**5,85**	**5,71**	**22,08**	**163,65**	**1,95**	
	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 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**						
	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**						
	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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждений, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептур 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 рецептур блюддля питания детей г. Москвы,выпуск 4,2003

1.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

1.6. Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., МогильныйМ.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 с1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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