

Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8-10,5 часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - 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 "Дружба" молочная с маслом сливочным | 180/5 | | | 5,36 | 9,85 | 29,49 | 229,05 | 0,85 | 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 иодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | | | 2,85 | 2,41 | 5,99 | 42,67 | 1,17 | №414 Дели 2016 |
| Кофейный напиток | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Молоко | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| Вода | | 108,00 | 108,00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 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: | 406 | | | 10,50 | 16,76 | 50,97 | 383,32 | 2,02 | |
| 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 кукурузы к/с | 50 | | | 1,44 | 3,09 | 4,02 | 49,65 | 4,650 | №12 сб дошк Дели2016 |
| кукуруза к/с | | 78,50 | 47,00 | | | | | | |
| сахар | | 0,80 | 0,80 | | | | | | |
| масло растительное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Суп картофельный с вермишелью и с мясными фрикадельками | 180/15 | | | 4,28 | 3,90 | 12,60 | 111,34 | 6,18 | №88 СБ дошк 2016 |
| говядина б/к (котлетное мясо) | | 17,85 | 17,1 | | | | | | |
| или фарш говяжий | | 17,85 | 17,1 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 1,79 | 1,5 | | | | | | |
| Яйцо | | 1,44 | 1,2 | | | | | | |
| Вода для фарша | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,15 | 0,15 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 21,5 | | | | | | |
| масса готовых фрикаделек | | | 15 | | | | | | |
| Картофель | | 80,00 | 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 иодированная | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| Вода | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| Котлеты рубленые из говядины | 70 | | | 11,79 | 13,09 | 11,51 | 211,06 | 0,84 | ТТК от 25.01.2023 |
| говядина б/к (котлетное мясо) | | 51,16 | 49 | | | | | | |
| или фарш говяжий | | 51,45 | 49 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 14,64 | 12,3 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 11 | 11 | | | | | | |
| Вода | | 14,7 | 14,7 | | | | | | |
| Сухари панировочные | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | 75,3 | | | | | | |
| масло растительное | | 1 | 1 | | | | | | |
| Капуста тушеная | 130 | | | 2,65 | 4,79 | 10,26 | 100,10 | 22,210 | №354 сб дошк 2016 |
| Капуста свежая | | 186,30 | 149,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 6,24 | 5,20 | | | | | | |
| Морковь | | 3,25 | 2,60 | | | | | | |
| Томатная паста | | 3,12 | 3,12 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 1,56 | 1,56 | | | | | | |
| Масло растительное | | 4,55 | 4,55 | | | | | | |
| Сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Напиток из сухофруктов | 180 | | | 0,60 | 0,08 | 20,81 | 68 | 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: | 670 | | | 23,73 | 25,49 | 77,02 | 629,43 | 34,53 | |

| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|-------|----------------------------------|
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | кисломолочный напиток сахар | 180/3 | 185,00 3,00 | 180,00 3,00 | 5,31 | 4,58 | 7,32 | 91,50 | 1,28 | №420 СБ дошк 2016 |
| Пудинг рыбный | рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы Хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль иодированная Масло растительное масса пудинга Соус молочный молоко масло сливочное Мука пшеничная Вода Сахар соль иодированная масса соуса | 60/20 | 68,34 39,75 8,25 6,3 12 2,25 0,4 1 60 10 1,1 1,1 10 0,2 0,13 20 | 50,25 39,75 8,25 5,25 12 2,25 0,4 1 60 10 1,1 1,1 10 0,2 0,13 20 | 11,97 | 3,91 | 5,87 | 106,67 | 0,16 | №286 СБ дошк 2016 |
| Пюре Картофельное | Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная | 140 | 159,60 22,12 5,00 0,52 | 119,70 21,00 5,00 0,52 | 2,86 | 4,48 | 19,08 | 128,10 | 16,95 | № 339 СБ дошк 2016 |
| Чай с сахаром | чай весовой сахар Вода | 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 |
| Кондитерское изделие | вафли | 20 | 20,00 | 20,00 | 0,75 | 6,10 | 12,50 | 108,50 | | табл 10 стр 202, Ддели +,2012 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Итого: | | 639 | | | 23,23 | 19,32 | 65,54 | 529,37 | 18,42 | |
| ВСЕГО: | | 1895,00 | | | 58,36 | 61,57 | 211,72 | 1618,44 | 58,57 | |

День 2- ой

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин С | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------|--------|-------------------------|-----------|-------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша 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 |
| 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 | 5,99 | 58,83 | 1,43 | №416 Дели2016 |
| 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 |
| Итого: | 414 | | | 13,41 | 18,19 | 50,86 | 412,24 | 1,54 | |
| 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 картофеля с солеными огурцами | 60 | 32,76 32,90 15,36 3,60 3,00 | 18,00 24,00 12,00 3,00 3,00 | 0,73 | 4,71 | 5,38 | 66,84 | 3,62 | №23 сб дошк2016 |
| 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 дошк2016 |

| | | | | | | | | | |
|------------------------------------------------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------------|
| Фрикадельки куриные в молочном соусе | 50/25 | | | 7,49 | 8,92 | 6,45 | 136,30 | 0,59 | № 325 сб дошк 2016 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 57,00 | 37,00 | | | | | | |
| или фарш куриный | | | 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 | | | | | | |
| Вода | | 12,50 | 12,5 | | | | | | |
| Сахар | | 0,30 | 0,3 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 130/3 | | | 4,91 | 3,13 | 27,60 | 158,16 | 0,00 | №219 Сб дошк 2016 |
| макаронные изделия | | 45,5 | 45,50 | | | | | | |
| вода | | 275,0 | 275,0 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3,0 | 3,0 | | | | | | |
| Кисель | 180 | | | 0,54 | 0,09 | 16,18 | 75 | 1,19 | ТТК |
| Кисель-концентрат | | 21,00 | 21,00 | | | | | | |
| Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Булочка дорожная | 50 | | | 3,39 | 6,98 | 21,07 | 160,50 | | №453 сб дошк2016 |
| Мука пшеничная | | 30,50 | 30,00 | | | | | | |
| мука пшеничная на подпыл | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 6,50 | 6,50 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| дрожжи сухие | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| вода | | 15,30 | 15,30 | | | | | | |
| масса полуфабриката для крошки: | | | 57,00 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| масло сливочное | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| масса крошки | | | 2,00 | | | | | | |
| масло растительное для смазки изделий | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 25 | 25,00 | 25,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Хлеб ржаной | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Итого: | 755 | | | 23,44 | 29,33 | 114,90 | 832,53 | 13,06 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,80 | 0,54 | №420 СБ дошк 2016 |
| кисломолочный напиток | | 185 | 180 | | | | | | |
| Заканка творожная с повидлом | 130/20 | | | 9,36 | 10,09 | 25,31 | 273,51 | 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 | | | | | | |
| повидло | | 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 Дели2016 |
| чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| лимон | | 8,00 | 7,00 | | | | | | |
| Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Итого: | 523 | | | 14,70 | 14,62 | 39,10 | 391,79 | 4,07 | |
| ВСЕГО: | 1792,00 | | | 51,95 | 62,54 | 214,66 | 1683,57 | 28,67 | |

День 3 - ий

| ДЕНЬ 3 - ИИ | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|------------------|------------------|------|--------|-------------------------|---------|--------------------|
| 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 кукурузная молочная с маслом сливочным | 180/5 | | | 6,84 | 7,10 | 45,66 | 274,20 | 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 | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 180/6 | | | 2,67 | 2,27 | 10,34 | 72,70 | 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 | 30/5 | | | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,60 | | №1 Дели2016 |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------|--|--------|---------------|---------------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------------|
| Батон нарезной Масло сливочное | | | 30,00 5,00 | 30,00 5,00 | | | | | | |
| Итого: | | 406 | | | 11,80 | 13,86 | 71,49 | 458,50 | 2,06 | |
| 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 свежей капусты с морковью | | 60 | | | 1,56 | 4,43 | 1,94 | 53,88 | 2,79 | №21 сб дошк 2016 |
| капуста свежая | | | 70 | 55,5 | | | | | | |
| масса прогретой капусты | | | | 50 | | | | | | |
| морковь | | | 7,5 | 6 | | | | | | |
| Сахар | | | 1 | 1 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 3 | 3 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом на мясном бульоне | | 200 | | | 4,39 | 4,21 | 13,23 | 118,60 | 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 | | | | | | |
| Плов из отварной говядины | | 200 | | | 20,40 | 19,11 | 32,51 | 396,00 | 0,35 | №321 сб дошк 2016 |
| говядина б/к (лопатка) | | | 51,20 | 51,2 | | | | | | |
| масса отварной говядины | | | | 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 | | | | | | |
| Компот из урюка | | 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 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Итого: | | 685 | | | 29,72 | 28,31 | 82,09 | 725,78 | 10,24 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое (молоко) | | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 96,30 | 2,34 | №419 СБ дошк 2016 |
| молоко | | | 189 | 180 | | | | | | |
| Фрикадельки рыбные отварные | | 80 | | | 13,41 | 2,82 | 1,14 | 88,00 | 1,33 | №279 сб дошк 2016 |
| рыба (минтай с/м БГ) | | | 81,60 | 60,00 | | | | | | |
| или фарш рыбный | | | 63,00 | 60,00 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | | | 12,00 | 12,00 | | | | | | |
| яйцо | | | 9,60 | 8,00 | | | | | | |
| масло сливочное | | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 0,12 | 0,12 | | | | | | |
| вода питьевая | | | 12,00 | 12,00 | | | | | | |
| Картофель тушёный с овощами в соусе | | 140 | | | 3,05 | 11,75 | 21,15 | 201,60 | 18,64 | №144 сб дошк 2016 |
| Картофель | | | 173,00 | 130,00 | | | | | | |
| масло растительное | | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 8,40 | 7,00 | | | | | | |
| Морковь | | | 12,50 | 10,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| соус | | | | 25,00 | | | | | | |
| сметана | | | 6,25 | 6,25 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | | 1,88 | 1,88 | | | | | | |
| вода | | | 18,75 | 18,75 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| Чай с мармеладом | | 170/10 | | | 0,07 | 0,02 | 10,74 | 43,34 | 0,02 | № 411 сб дошк 2016 |
| чай весовой | | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| 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: | | 610 | | | 24,02 | 19,33 | 56,43 | 499,74 | 22,33 | |
| ВСЕГО: | | 1881 | | | 66,44 | 61,50 | 228,19 | 1760,34 | 38,23 | |

День 4 - ый

| День 4 - ый | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------|-----------------|---------------------|---------------------|---------------------|------|--------|----------------------------|----------|---------------------|
| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины | Сборник рецептур |
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 3,91 | 7,24 | 25,02 | 180,86 | | ТТК №10Д |
| Крупа ячневая | | 22,5 | 22,5 | | | | | | |
| Молоко | | 90 | 90 | | | | | | |
| Вода | | 68 | 68 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|----------------------------|
| Кофейный напиток с молоком | Сахар | 180/6 | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | | 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: | | | 414 | | 9,11 | 14,17 | 52,76 | 375,24 | 1,33 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин) | | 100 | 100 | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 | 75,00 | стр 184 табл 9 Дели+ 2012 |
| | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 100 | | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 | 75,00 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из моркови | | 60 | | | 0,79 | 0,06 | 4,55 | 21,80 | 2,88 | №42,сб дошк2016 |
| | морковь | | 75,00 | 60,00 | | | | | | |
| Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне | сахар | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | | 180 | | | 1,42 | 1,95 | 8,72 | 61,74 | 5,94 | №86 сб дошк 2016 |
| | крупя пшеничная | | 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 иодированная | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| | Бульон | | 120,00 | 120,00 | | | | | | |
| | | 200 | | | 17,79 | 13,83 | 17,20 | 264,00 | 11,61 | №319 Сб дошк 2016 |
| | Птица, тушеная в соусе с овощами | | | | | | | | | |
| | цыплята - бройлеры с/м | | 97,5 | 92,0 | | | | | | |
| | масса отварной мякоти птицы | | | 40,0 | | | | | | |
| | соус сметанный : | | | | | | | | | №372 Сб дошк 2016 |
| | Вода или отвар | | 15 | 15,0 | | | | | | |
| | сметана | | 5 | 5,0 | | | | | | |
| | мука пшеничная | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,16 | 0,16 | | | | | | |
| | масса соуса | | | 20,0 | | | | | | |
| | картофель | | 137 | 103,0 | | | | | | |
| | морковь | | 37,5 | 30,00 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 28 | 23,00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | масса овощей с соусом | | | 160,0 | | | | | | |
| | | 180 | | | 0,60 | 0,08 | 16,81 | 71,52 | 0,65 | №394 Сб дошк 2016 |
| | Напиток из сухофруктов | | | | | | | | | |
| | сухофрукты | | 15,3 | 15,0 | | | | | | |
| | Сахар | | 6 | 6,0 | | | | | | |
| | вода | | 183 | 183,0 | | | | | | |
| | | 25 | 25,00 | 25,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 | 0,00 | табл 6 стр 134,Дели + 2012 |
| | Хлеб пшеничный | | | | | | | | | табл 6 стр 144,Дели + 2012 |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | |
| | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 690 | | 25,46 | 16,66 | 77,40 | 566,91 | 21,08 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | | 180/3 | | | 5,31 | 4,58 | 7,32 | 91,50 | 1,28 | №420 СБ дошк 2016 |
| | кисломолочный напиток | | 185,00 | 180,00 | | | | | | |
| Омлет с сыром | сахар | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | | 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 иодированная | | 0,4 | 0,4 | | | | | | |
| | масса готового омлета | | | 150 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | 180/6 | | | 0,06 | 0,02 | 6,02 | 24,10 | 0,03 | №410,411 сб дошк Дели2016 |
| | чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Булочка с сахаром | Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| | | 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 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------|-------------|-------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-----------------------------|
| Хлеб пшеничный | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Итого: | 599 | | | 25,39 | 32,26 | 55,20 | 612,42 | 1,71 | |
| ВСЕГО: | 1803 | | | 61,46 | 63,59 | 206,36 | 1649,57 | 99,12 | |

День 5 - ый

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины | Сборник рецептов |
|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|-----------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 200 | | | 4,38 | 3,80 | 14,36 | 120,00 | 0,66 | №100, сбшк2016 |
| вермишель | | 16,00 | 16,00 | | | | | | |
| Сахар | | 1,10 | 1,10 | | | | | | |
| Молоко | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| Вода | | 60,00 | 60,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,80 | 0,80 | | | | | | |
| Какао с молоком | 180/6 | | | 3,67 | 3,19 | 5,99 | 58,83 | 1,43 | №416 Дели2016 |
| 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: | 431 | | | 12,97 | 14,14 | 35,84 | 324,93 | 2,20 | |
| 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 свеклы отварной с яблоками | 60 | | | 0,65 | 3,65 | 6,72 | 62,34 | 3,86 | №36, сб дошк2016 |
| свекла | | 64,00 | 50,00 | | | | | | |
| яблоки свежие | | 11,40 | 10,00 | | | | | | |
| масло растительное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной | 180/7 | | | 1,32 | 4,64 | 6,84 | 79,91 | 7,50 | ТТК 535 23,12,2020 |
| картофель | | 77,14 | 58 | | | | | | |
| капуста свежая | | 31,25 | 25 | | | | | | |
| морковь | | 12,5 | 10 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 12 | 10,08 | | | | | | |
| Масло растительное | | 4 | 4 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| Бульон | | 130 | 130 | | | | | | |
| Сметана | | 7 | 7 | | | | | | |
| Гуляш из отварной говядины | 40/40 | | | 10,69 | 11,26 | 2,62 | 131,20 | 0,96 | 293 сб дошк 2016 |
| говядина б/к (лопатка) | | 64,00 | 64,00 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| масса отварной говядины | | 40,00 | 40,00 | | | | | | |
| морковь | | 17,50 | 14,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 8,50 | 7,10 | | | | | | |
| томатная паста | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| масло растительное | | 2,70 | 2,70 | | | | | | |
| вода | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Каша 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 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 180 | | | 0,14 | 0,14 | 4,77 | 70,03 | 0,81 | №390 СБ дошк 2016 |
| яблоки свежие | | 31,92 | 28,0 | | | | | | |
| вода | | 183,0 | 183,0 | | | | | | |
| сахар | | 6,0 | 6,0 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Итого: | 682 | | | 23,42 | 23,73 | 73,22 | 632,33 | 13,13 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое (молоко) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 96,30 | 2,34 | №419 СБ дошк 2016 |
| молоко | | 189,00 | 180,00 | | | | | | |
| Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом | 150/30 | | | 17,88 | 18,84 | 21,55 | 317,99 | 5,12 | №308 СБ дошк 2016 |
| цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный | | 57,75 | 37,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 39,38 | 37,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2,80 | 2,80 | | | | | | |
| масса готового куриного фарша | | | 30,00 | | | | | | |
| Картофель | | 190,70 | 143,45 | | | | | | |
| масса отварного протертого картофеля | | | 136,60 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------------------|----------------|--------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|----------------------------|
| | Лук репчатый | | 12,72 | 10,60 | | | | | | |
| | масло растительное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| | масса припущенного лука | | | 7,70 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | сухари панировочные | | 3,20 | 3,20 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 175,00 | | | | | | |
| | выход готовой запеканки | | | 150,00 | | | | | | |
| | Соус сметанный : | | | 30,00 | | | | | | |
| | Сметана | | 7,50 | 7,50 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | вода | | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 180/6/7 | | | 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 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134 Дели + 2012 |
| Итого: | | 583 | | | 25,51 | 23,60 | 51,18 | 511,27 | 10,29 | |
| ВСЕГО: | | 1876,00 | | | 62,80 | 61,48 | 178,41 | 1544,85 | 29,22 | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------|-----------------------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|------------------------------|
| Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык) | кисломолочный напиток | 180 | 185 | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,20 | 0,54 | №420 СБ дошк 2016 |
| Вареники ленивые со сметанным соусом | | 130/20 | 103,40 | 101,30 | 19,51 | 10,40 | 21,00 | 255,32 | 0,26 | №251, сб дошк 2016 |
| | творог | | 14,20 | 14,20 | | | | | | |
| | мука пшеничная в/с | | 7,40 | 7,40 | | | | | | |
| | сахар | | 8,88 | 7,40 | | | | | | |
| | яйцо куриное | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| | соль йодированная | | | 123,50 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 20,00 | | | | | | |
| | соус | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| | сметана | | 1,50 | 1,50 | | | | | | |
| | мука пшеничная в/с | | 15,00 | 15,00 | | | | | | |
| | вода питьевая | 180/6 | | | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 | 90 | №399 сб дошк 2016 |
| Напиток из шиповника | шиповник | | 18,4 | 18 | | | | | | |
| | сахар | | 6 | 6 | | | | | | |
| | вода | | 180 | 180 | | | | | | табл 8 стр 130, ддсн +, 2012 |
| Кондитерское изделие | печенье | 40 | 40 | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,80 | | |
| Итого: | | 556 | | | 28,34 | 19,07 | 65,00 | 544,70 | 90,80 | |
| ВСЕГО: | | 1712 | | | 62,11 | 62,80 | 191,27 | 1594,97 | 118,99 | |

День 7- ой

| День 7- ой | | | | | | | | | |
|------------------------------------------|--------------|------------------|------------------|------------------|------|--------|-------------------------|---------|------------------|
| 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 рисовая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 5,35 | 5,42 | 38,58 | 225,00 | 0,86 | ТТК №8Д |
| | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------------|
| | 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 | | | | | | |
| | соус: | | | | | | | | | №366, сб дошк 2016 |
| | 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 | | | | | | |
| 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 йодированная | | 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 | | | | | | |
| 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 | | | | | | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | |
| Итого: | | 745 | | | 34,06 | 38,74 | 93,04 | 871,54 | 29,95 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | кисломолочный напиток | 180/3 | 185,00 | 180,00 | 5,31 | 4,58 | 7,32 | 91,50 | 1,28 | №420 СБ дошк 2016 |
| | сахар | 70 | 3,00 | 3,00 | 8,54 | 5,43 | 10,28 | 124,60 | 0,22 | ТТК №3 |
| Биточки рубленные из рыбы | рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный | | 71,4 | 52,5 | | | | | | |
| | крупка манная | | 55,1 | 52,5 | | | | | | |
| | яйцо | | 1,8 | 1,8 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 12,6 | 10,5 | | | | | | |
| | вода | | 15,5 | 13,0 | | | | | | |
| | соль йодированная | | 5,3 | 5,3 | | | | | | |
| | сахар | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | сухари панировочные | | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 5,3 | 5,3 | | | | | | |
| | Масса полуфабриката | | 1,8 | 1,8 | | | | | | |
| | | | | 83,0 | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным | крупка гречневая | 130/3 | 54,70 | 54,70 | 3,80 | 2,37 | 26,43 | 141,96 | 0,48 | №180, сб дошк 2016 |
| | вода питьевая | | 82,00 | 82,00 | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,33 | 0,33 | | | | | | |
| | масса каши | | | 115,00 | | | | | | |
| | морковь | | 22,00 | 17,00 | | | | | | |
| | лук репчатый | | 2,40 | 1,50 | | | | | | |
| | масса каши с овощами | | | 130,00 | | | | | | |
| | масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Чай с мармеладом | чай весовой | 170/10 | 0,5 | 0,5 | 0,07 | 0,02 | 10,74 | 43,34 | 0,02 | № 411 сб дошк 2016 |
| | вода питьевая | | 170 | 170 | | | | | | |
| | мармелад | | 10 | 10 | | | | | | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | |
| Итого: | | 596 | | | 20,00 | 12,63 | 69,53 | 471,90 | 2,00 | |
| ВСЕГО: | | 1935 | | | 68,08 | 66,36 | 245,17 | 1865,43 | 37,69 | |

День 8 - ой

| День 8 - ой | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|----------|-------|--------|------------------|---------|-----------------------------|
| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во | Кол - во | вещества | | | Энергетическая | Витамин | Сборник рецептур |
| | | (в гр) брутто | (в гр) нетто | белки | жиры | угл-ды | ценность Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/5 | | | 5,47 | 6,75 | 29,10 | 199,50 | 1,05 | ТТК №4Д |
| Крупа манная | | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| Молоко | | 158,00 | 158,00 | | | | | | |
| Сахар | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Какао с молоком | 180/6 | | | 3,67 | 3,19 | 5,99 | 58,83 | 1,43 | №416 Дели2016 |
| Какао-порошок | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Молоко | | 110,00 | 110,00 | | | | | | |
| Вода | | 80,00 | 80,00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 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: | 406 | | | 11,42 | 14,44 | 50,57 | 369,93 | 2,48 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие | 100 | 100 | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 | 75,00 | стр 184 табл 9 Дели+ 2012 |
| (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин) | | | | | | | | | |
| Итого: | 100 | | | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 | 75,00 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Винегрет с солеными огурцами | 60 | | | 0,84 | 6,02 | 4,37 | 75,06 | 5,78 | №46, сб дошк 2016 |
| Картофель | | 20,64 | 15,00 | | | | | | |
| Свекла | | 15,30 | 12,00 | | | | | | |
| Морковь | | 11,40 | 9,00 | | | | | | |
| Огурцы соленые | | 21,84 | 12,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 3,60 | 3,60 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 10,71 | 9,00 | | | | | | |
| Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной | 180/15/7 | | | 3,49 | 6,59 | 7,13 | 106,79 | 11,54 | №73, сб дошк 2016 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 26,33 | 17,1 | | | | | | |
| или фарш куриный | | 17,96 | 17,1 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 1,79 | 1,5 | | | | | | |
| яйцо куриное | | 1,44 | 1,2 | | | | | | |
| вода питьевая | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,15 | 0,15 | | | | | | |
| 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 йодированная | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| Бульон | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| Сметана | | 7,00 | 7,00 | | | | | | |
| Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе | 50/25 | | | 7,26 | 7,86 | 5,74 | 123,03 | 0,84 | ТТК 698 от 09.04.2021 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 48,80 | 31,70 | | | | | | |
| или фарш куриный | | 33,30 | 31,70 | | | | | | |
| вода | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| рис | | 4,20 | 4,20 | | | | | | |
| масса отварного рассыпчатого риса | | | 12,50 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 10,80 | 9,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 1,50 | 1,50 | | | | | | |
| масса припущенного лука | | | 7,50 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 3,50 | 3,50 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | 60,00 | | | | | | |
| соус сметанно- томатный: | | | 25,00 | | | | | | |
| сметана | | 6,25 | 6,25 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 1,90 | 1,90 | | | | | | |
| вода | | 18,80 | 18,80 | | | | | | |
| томатная паста | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| Вермишель отварная с маслом сливочным | 130/3 | | | 4,93 | 2,75 | 27,70 | 155,22 | | №219, сб дошк 2016 |
| вермишель | | 45,50 | 45,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| соль йодированная | | 1,30 | 1,30 | | | | | | |
| Вода | | 275,00 | 275,00 | | | | | | |
| Компот из изюма и яблок | 180 | | | 0,35 | 0,12 | 26,20 | 108,00 | 1,44 | ТТК |
| яблоки свежие | | 14,80 | 14,50 | | | | | | |
| изюм | | 9,20 | 9,00 | | | | | | |
| масса отварных сухофруктов | | | 14,40 | | | | | | |
| Вода | | 183,00 | 183,00 | | | | | | |
| сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,82 | 89,10 | | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Итого: | 695 | | | 19,85 | 23,88 | 88,97 | 657,20 | 19,60 | |

| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-----------------------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|----------------------------|
| Молоко кипяченое (молоко) | молоко | 180 | 189,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 96,30 | 2,34 | №419 СБ дошк 2016 |
| Омлет натуральный | | 150 | | | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 | 0,26 | №229,сб дошк2016 |
| | яйцо | | 96 | 80 | | | | | | |
| | молоко | | 75 | 75 | | | | | | |
| | масса омлетной смеси | | | 155 | | | | | | |
| | масло сливочное | | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,4 | 0,4 | | | | | | |
| | масса готового омлета | | | 150 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | 180/6 | | | 0,06 | 0,02 | 6,02 | 24,10 | 0,03 | №410,411 сб дошк Дели2016 |
| | чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Кондитерское изделие | печенье | 40 | 40,00 | 40,00 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,80 | | табл 6 стр 136,Дели +,2012 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134,Дели + 2012 |
| Итого: | | 586 | | | 24,50 | 33,51 | 61,82 | 647,36 | 2,63 | |
| ВСЕГО: | | 1787 | | | 57,27 | 72,33 | 222,36 | 1769,48 | 99,71 | |

День 9- ый

| День 9- 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 | | | 7,73 | 5,60 | 39,81 | 241,16 | 0,86 | ТТК № 9Д |
| Крупа 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 | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 180/6 | | | 2,67 | 2,27 | 10,34 | 72,70 | 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 | 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 | | | 15,33 | 15,03 | 65,64 | 459,96 | 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 свежей капусты с морковью | 60 | | | 1,56 | 4,43 | 1,94 | 53,88 | 2,79 | №21 сб дошк 2016 |
| капуста свежая | | 70,00 | 55,50 | | | | | | |
| масса прогретой капусты | | | 50,00 | | | | | | |
| морковь | | 7,50 | 6,00 | | | | | | |
| Сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| Суп картофельный с фасолью на курином бульоне, с мясом птицы | 180/10 | | | 6,02 | 5,70 | 11,65 | 122,14 | 4,42 | №87 сб дошк2016 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 24,3 | 23 | | | | | | |
| масса отварной птицы | | | 10 | | | | | | |
| картофель | | 47,88 | 36 | | | | | | |
| фасоль | | 14,58 | 14,4 | | | | | | |
| лук репчатый | | 8,64 | 7,2 | | | | | | |
| морковь | | 11,25 | 9 | | | | | | |
| масло растительное | | 3,6 | 3,6 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| бульон | | 126 | 126 | | | | | | |
| Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом | 150/30 | | | 17,88 | 18,84 | 21,55 | 317,99 | 5,12 | №308 СБ дошк 2016 |
| говядина (котлетное мясо) | | 39,00 | 37,50 | | | | | | |
| или фарш говяжий | | 39,40 | 37,50 | | | | | | |
| масло сливочное | | 2,80 | 2,80 | | | | | | |
| масса готового мясного фарша | | | 30,00 | | | | | | |
| Картофель | | 190,70 | 143,45 | | | | | | |
| масса отварного протертого картофеля | | | 136,6 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 12,72 | 10,60 | | | | | | |
| масло растительное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| масса припущенного лука | | | 7,70 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| сухари панировочные | | 3,20 | 3,20 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | 175 | | | | | | |
| выход готовой запеканки | | | 150 | | | | | | |
| Соус сметанный : | | | 30 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------|-----------------------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------------|
| Кисель | Сметана | | 7,5 | 7,5 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 2 | 2 | | | | | | |
| | вода | 180 | 22,5 | 22,5 | 0,54 | 0,09 | 16,2 | 75 | 0,99 | ТТК |
| Кондитерское изделие | Кисель-концентрат | | 21,00 | 21,00 | | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | табл 6 стр 136,Ддели +,2012 |
| Хлеб ржаной | печенье | 20 | 20,00 | 20,00 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | | табл 6 стр 144,Ддели + 2012 |
| Итого: | | 675 | | | 30,48 | 31,56 | 84,02 | 741,75 | 13,32 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | кисломолочный напиток | 180 | 185,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,80 | 0,54 | №420 СБ дошк 2016 |
| Королевская ватрушка | | 150 | | | 18,44 | 10,96 | 58,36 | 404,00 | 0,08 | ТТК 810 от 15.02.2023 |
| | посыпка низ: | | | 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 низ: | | | 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 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 180/6/7 | | | 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 | | | | | | |
| Итого: | | 523 | | | 23,79 | 15,49 | 72,15 | 522,28 | 3,45 | |
| ВСЕГО: | | 1792 | | | 70,49 | 62,08 | 239,99 | 1800,31 | 22,54 | |

День 10 - ый

| День 10 - ый | | | | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|------------------------|-------|--------|-------------------------|---------|-----------------------------------|
| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во | Кол - во | Глицимические вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин | Сборник рецептов |
| | | (в гр) брутто | (в гр) нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным | 180/5 | | | 7,46 | 9,52 | 33,83 | 251,91 | 0,86 | ТТК №5Д |
| Крупа геркулесовая | | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| Молоко | | 158,00 | 158,00 | | | | | | |
| Сахар | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | | | 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 | 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: | 400 | | | 12,60 | 16,43 | 59,67 | 438,09 | 2,03 | |
| 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 | 50 | | | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,80 | 6,00 | №10 СБ дошк 2016 |
| зеленый горошек к/с | | 80,16 | 48,00 | | | | | | |
| масло растительное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы | 180/10 | | | 4,19 | 5,85 | 8,40 | 109,54 | 0,60 | №94 сб дошк2016 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 24,30 | 23,00 | | | | | | |
| масса отварной птицы | | | 10,00 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 15,00 | 15,00 | | | | | | |
| Яйцо | | 4,80 | 4,00 | | | | | | |
| вода | | 2,80 | 2,80 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| Масса лапши | | | 16,00 | | | | | | |
| Морковь | | 10,00 | 8,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 9,52 | 8,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| бульон | | 170,00 | 170,00 | | | | | | |
| соль иодированная | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| Биточки "Домашние" | 70 | | | 10,65 | 15,50 | 10,72 | 225,40 | 0,73 | Акт проработки от 25.12.2018 №569 |
| цыплята - бройлеры с/м | | 83,25 | 55,13 | | | | | | |
| или фарш куриный | | 57,9 | 55,13 | | | | | | |
| морковь | | 16,4 | 13,12 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|----------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|--------|----------------------------|
| Рagu из овощей | Лук репчатый | | 12,6 | 10,5 | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,57 | 0,57 | | | | | | |
| | яйцо | | 0,84 | 0,7 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 5,25 | 5,25 | | | | | | |
| | масло растительное | | 2,6 | 2,6 | | | | | | |
| | | 150 | | | 2,53 | 15,70 | 12,29 | 202,86 | 17,87 | №148 ,сб дошк 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 дошк 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 ragu | | | 150,00 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | | 180 | | | 0,14 | 0,14 | 13,20 | 55,26 | 0,81 | 342 сб шк 2017 |
| | яблоки свежие | | 31,92 | 28,00 | | | | | | |
| | 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 | | | 21,97 | 40,31 | 65,56 | 723,96 | 26,01 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое (молоко) | молоко | 180 | 189,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 96,30 | 2,34 | №419 СБ дошк 2016 |
| | | | | | | | | | | |
| Слойка сладкая | | 50 | | | 3,19 | 5,89 | 25,36 | 166,67 | | стр 150 СБКазань 1997 |
| | мука пшеничная | | 31,00 | 31,00 | | | | | | |
| | мука пшеничная на подпыл | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | яйцо | | 3,00 | 2,50 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | молоко | | 12,50 | 12,50 | | | | | | |
| | сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | дрожжи сухие | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | масса теста | | | 50,00 | | | | | | |
| | прослойка: | | | | | | | | | |
| | сахар | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 57,50 | | | | | | |
| | яйцо для смазки изделий | | 0,90 | 0,75 | | | | | | |
| | масло растительное для смазки листов | | 0,13 | 0,13 | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные с сыром | | 150 | | | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 250,80 | 0,17 | №204 СБ шк 2017 |
| | макаронные изделия | | 49,00 | 49,00 | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| | Вода питьевая | | 294,00 | 294,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | сыр голландский | | 10,20 | 10,00 | | | | | | |
| Напиток из шиповника | | 180/6 | | | 0,61 | 0,25 | 18,68 | 79,38 | 90,00 | №399 сб дошк 2016 |
| | шиповник | | 18,40 | 18,00 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134,Дели + 2012 |
| | Итого: | 596 | | | 21,45 | 22,82 | 93,02 | 663,65 | 92,51 | |
| ВСЕГО: | | 1781 | | | 56,42 | 79,97 | 228,05 | 1872,69 | 130,55 | |
| ИТОГО за 10 дней | | 18254,00 | | | 633,50 | 654,21 | 2166,17 | 17159,66 | 663,29 | |
| В среднем на 1 ребенка в день | | 1825,40 | | | 63,35 | 65,42 | 216,62 | 1715,97 | 66,33 | |

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОО
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 (ДОО) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. 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 головы
яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
сметана с массовой долей жира 15%
кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%