Утверждаю
Директор ООО"ФУДСОЦСЕРВИС"
Харламова Э.Р.

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной организации

Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 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 иодированная		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 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 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		**406**			**10,49**	**12,32**	**60,05**	**379,27**	**2,03**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие(яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	
	ОБЕД									
Икра морковная		50			1,01	0,05	10,28	45,6		ТТК
	морковь		50,00	40,00						
	лук репчатый		9,60	8,00						
	томатная паста		7,00	7,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	сахарный песок		0,50	0,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками		180/15			4,93	3,80	12,68	114,56	6,17	№103,сб дошк2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		17,85	17,1						
	или фарш говяжий		17,95	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		79,80	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	вермишель		8,00	8,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Вода		132,00	132,00						
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом		120/30			10,16	10,45	21,01	201,98	0,650	№314 сб дошк 2016
	капуста свежая		91	72						
	говядина (котлетное мясо б/к)		47	45						
	или фарш говяжий		45	45						
	крупа рисовая		6	6						
	масса отварного риса			17						
	лук репчатый		12	10						
	масло растительное		3	3						
	масса припущенного лука			10						
	яйцо		6	5						
	соль йодированная		0,6	0,6						
	масса полуфабриката			139						
	масло растительное		1,00	1,00						
соус сметанно-томатный										
	мука пшеничная		2,25	2,25						

	вода		22,50	22,50						
	сметана		7,50	7,50						
	томатная паста		1,20	1,20						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
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:		**645**			**21,56**	**15,12**	**94,89**	**578,17**	**7,47**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
(**Кефир**,ряженка,катык)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	3,28	4,80	32,00	192,00		табл 10 стр 202, Ддели +,2012
Котлеты рыбные		70			8,54	5,43	10,26	124,56	0,22	№271 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		63,3	46,2						
	или фарш рыбный		48,51	46,2						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	хлеб пшеничный		12,6	12,6						
	молоко		18,2	18,2						
	сухари панировочные		7	7						
	масса полуфабриката			81						
	масло растительное		3	3						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 410,411 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		**626**			**22,24**	**19,47**	**89,32**	**629,26**	**18,46**	
ВСЕГО:		**1777**			**54,70**	**47,31**	**254,06**	**1633,70**	**37,96**	

День 2- 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 полбяная молочная с маслом сливочным		180/3			4,83	7,26	29,50	202,64		ТТК №1Д
	Крупа полбяная		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						
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		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30	30						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		**414**			**13,43**	**17,61**	**50,98**	**407,57**	**1,43**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,00	3,60	№418 сб дошк 2016г
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**	
	ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами		60			0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк2016
	огурцы соленые		32,90	18,00						
	картофель		32,90	24,00						
	морковь		15,36	12,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной		180/7			1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	№88 сб дошк2016
	Капуста свежая		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Свекла		41,00	32,00						

	Сахар		2,40	2,40						
	Томат-паста		1,00	1,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		50/25			6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024
	цыплята - бройлеры с/м		50,00	32,50						
	или фарш куриный		34,20	32,50						
	хлеб пшеничный		7,50	7,50						
	Вода		10,00	10,00						
	Лук репчатый		12,00	10,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	Масса припущенного лука			7,50						
	Мука пшеничная		3,50	3,50						
	Масса полуфабриката			**60,00**						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			**50,00**						
	сметанно-томатный соус:			**25,00**						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	томатная паста		1,25	1,25						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/3			4,93	2,75	27,70	155,22	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						
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						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
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:		**705**			**18,39**	**19,57**	**91,87**	**625,31**	**12,47**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
(молоко)	молоко		189	180						
Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
Запеканка творожная с повидлом		120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	2,14	№251, сбдошк 2016
	Творог		112,17	110,00						
	Крупа манная		6,90	6,90						
	Яйцо		6,00	5,00						
	сахарный песок		9,60	9,60						
	Сметана		4,80	4,80						
	Масло сливочное		4,80	4,80						
	Сухари панировочные		4,80	4,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	повидло		30,60	30,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		**543**			**19,97**	**22,42**	**77,67**	**631,48**	**7,31**	
ВСЕГО:		**1842**			**52,68**	**59,59**	**238,71**	**1740,36**	**24,81**	

День 3 - ий

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		180/3			5,45	5,29	29,06	186,30	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
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 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		**404**			**10,41**	**12,06**	**54,89**	**370,60**	**2,25**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	
	ОБЕД									

Салат из квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85		акт проработки №10 от 15.06.2016
	капуста квашеная		57,20	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	сахарный песок		2,50	2,50						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки		180			3,95	3,79	11,91	106,74	4,19	№87, сб дошк2016
	Горох		14,58	14,4						
	Картофель		47,88	36						
	Морковь		11,52	9,00						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		3,6	3,6						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	Бульон		126	126						
Плов из отварной индейки		200			9,22	7,94	45,75	290,64	5,44	№265 сбшк 2017
	индейки филе б/к		44,80	44,8						
	масса отварного филе индейки			32,0						
	масло сливочное		8,0	8,0						
	Лук репчатый		11,9	10,00						
	Морковь		16,3	13,00						
	Крупа рисовая		55,0	55,0						
	вода		86,0	86,0						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	масса гарнира			168,0						
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,8						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47	0	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:		**675**			**18,91**	**14,95**	**106,15**	**644,53**	**12,07**	
	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						
Булочка дорожная		50			3,39	4,90	30,10	165,50		№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 изделй		1,00	1,00						
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 запеченный		140			3,80	8,25	29,53	212,80		№147 сб шк 2017
	Картофель		270,00	203,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	масло растительное		5,00	5,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	вода питьевая		180	180						
	сахарный песок		6	6						
	шиповник		18,40	18,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		**666**			**28,71**	**20,97**	**101,77**	**707,98**	**91,87**	
ВСЕГО:		**1845**			**58,44**	**48,38**	**272,61**	**1770,11**	**116,19**	

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									

Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ТТК №10Д
	Крупа ячневая		22,5	22,5						
	Молоко		90	90						
	Вода		68	68						
	Сахар		2,5	2,5						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Масло сливочное		3	3						
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, с повидлом		30/5/10			2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	повидло		10,00	10,00						
Итого:		**414**			**11,74**	**13,08**	**58,59**	**385,88**	**2,19**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,00	3,60	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**	
	ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,8		№10 сб дошк 2016
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с пшенной крупой		180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016
	крупа пшенная		12,00	12,00						
	картофель		80,00	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		120,00	120,00						
Птица, тушеная в соусе с овощами		200			17,79	13,83	17,20	264,00	11,61	№319 Сб дошк 2016
	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						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
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:		**680**			**26,16**	**19,19**	**79,98**	**583,57**	**18,20**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(**Кефир**,ряженка,катык) с сахаром	кисломолочный напиток		185	180						
	сахарный песок		3	3						
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,32	№229,сб дошк2016
	яйцо		114	95						
	молоко		60	60						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		2,5	2,5						
	соль иодированная		0,4	0,4						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 410,411 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		**549**			**21,50**	**29,59**	**33,61**	**486,26**	**1,40**	
ВСЕГО:		**1823**			**60,31**	**61,86**	**190,36**	**1531,71**	**25,39**	

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									
Суп молочный с вермишелью		200			4,38	3,80	14,36	120,00		№100,сб дошк 2016
	макаронные изделия		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 йодированная		0,80	0,80						
Какао с молоком		180			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		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30	30						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		**425**			**12,98**	**14,15**	**35,84**	**324,93**	**1,43**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие(яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	
	ОБЕД									
Винегрет овощной		60			0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	№46 дошколь. 2016
	картофель		20,64	15,00						
	свекла		15,30	12,00						
	морковь		11,40	9,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	лук репчатый		10,71	9,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,67	6,50	6,87	106,12		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						
	Вода		130	130						
	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						
	Сметана		7	7						
Котлеты рубленые из говядины		70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	ТТК от 25.01.2023
	говядина (котлетное мясо б/к)		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						
Каша гречневая рассыпчатый с овощами, с маслом сливочным		130/2			3,80	2,37	26,43	141,96		№180 сб дошк 2016
	Крупа гречненвая		54,70	54,70						
	соль иодированная		0,33	0,33						
	Вода питьевая		82,00	82,00						
	морковь		22,00	17,00						
	лук репчатый		2,40	1,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
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						

	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
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:		**709**			**25,11**	**28,85**	**92,51**	**737,31**	**7,43**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	91,80	1,44	№420 Сб дошк 2016
(кефир,ряженка,**катык**)	кисломолочный напиток		185	180						
Кондитерское изделие	мармелад	10	10	10	1,09		15,28	83	0	табл 10 стр 198,Дели + 2012
Элеш с птицей		100			10,90	14,00	22,30	245,00		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни
	мука пшеничная		30,80	30,80						
	в том числе на подпыл		1,20	1,20						
	сахарный песок		0,80	0,80						
	масло сливочное		5,20	5,20						
	яйцо куриное		6,24	5,20						
	сметана		12,00	12,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			52,00						
	цыплята - бройлеры с/м		55,44	36,00						
	картофель		34,58	26,00						
	Лук репчатый		6,72	5,60						
	Масло сливочное		5,60	5,60						
	соль		0,80	0,80						
	масса фарша			72,00						
	яйцо куриное для смазки изделия		1,20	1,20						
	масло растительное		0,20	0,15						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		**483**			**17,34**	**18,53**	**51,37**	**446,28**	**4,27**	
ВСЕГО:		**1717**			**55,83**	**61,92**	**189,52**	**1555,52**	**23,13**	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная с маслом сливочным		180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
	крупа пшенная		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром		180/6			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 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		**404**			**10,01**	**14,95**	**54,60**	**393,06**	**1,20**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,00	3,60	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**	
	ОБЕД									
Икра кабачковая		50			0,45	2,35	2,97	34,80		№54 дошк. Сб 2016
	икра кабачковая		51,00	50,00						
Рассольник ленинградский, со сметаной		180/7			1,63	4,71	8,88	88,56	6,16	№82 сбдошк 2016
	Картофель		79,80	60,00						
	Крупа перловая		8,00	8,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		4,76	4,00						
	Масло растительное		3,60	3,60						

	огурцы соленые		21,84	12,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		132,00	132,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		50/25			6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024
	цыплята - бройлеры с/м		50,00	32,50						
	или фарш куриный		34,20	32,50						
	хлеб пшеничный		7,50	7,50						
	Вода		10,00	10,00						
	Лук репчатый		12,00	10,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	Масса припущенного лука			7,50						
	Мука пшеничная		3,50	3,50						
	Масса полуфабриката			**60,00**						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			**50,00**						
	сметанно-томатный соус:			**25,00**						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	томатная паста		1,25	1,25						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Вермишель отварная		130			4,90	0,58	27,66	135,46		№219 Сб дошк.2016
	вермишель		45,5	45,5						
	вода		275	275						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	масло сливочное		2	2						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
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	45	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144.Дели + 2012
Итого:		**692**			**18,68**	**14,93**	**97,80**	**587,35**	**7,18**	
	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						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
Сырники творожные с молоком сгущенным		120/30			23,92	21,47	25,23	390,40		№ 245 сб дошк 2016
	Творог		122,4	120						
	мука пшеничная		15,6	15,6						
	Яйцо		6	5						
	Сахар		6	6						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Масло растительное		3	3,0						
	молоко сгущенное		30,6	30						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Итого:		**536**			**31,03**	**29,58**	**66,25**	**656,28**	**92,34**	
ВСЕГО:		**1812**			**60,62**	**59,46**	**236,84**	**1712,69**	**104,32**	

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 ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ТТК №10Д
	Крупа ячневая		22,5	22,5						
	Молоко		90	90						
	Вода		68	68						
	Сахар		2,5	2,5						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Масло сливочное		3	3						
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 сыром, маслом сливочным		30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30	30						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		**414**			**14,32**	**15,72**	**56,69**	**412,18**	**2,03**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ

Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	
	ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		60			0,85	3,66	5,01	56,34		№34, сб дошк2016
	Свекла		72,96	57,00						
	масло растительное		3,6	3,60						
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки		180			3,05	3,76	15,70	120,08	4,14	№91,128 сб дошк 2016
	картофель		79,8	60						
	Морковь		9	7,20						
	Лук репчатый		8,6	7,20						
	Масло растительное		1,8	1,8						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	бульон		135	135						
	клецки:			18						
	мука пшеничная		5,50	5,50						
	Масло сливочное		0,60	0,60						
	яйцо		1,90	1,60						
	вода		8,80	8,80						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	масса теста			16,20						
	масса готовых клецек			18,00						
Гуляш из отварной индейки		40/40			13,55	8,08	2,72	136,31	2,19	293 сб дошк 2016
	филе индейки с/м		56,00	56,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса отварной говядины			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						
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным		140/3			8,66	3,79	26,20	172,40		№200 шк 2017
	горох колотый		41,80	41,00						
	картофель		59,60	44,80						
	молоко		22,40	21,00						
	соль		0,35	0,35						
	масло сливочное		3,00	3,00						
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						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
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:		**713**			**31,12**	**20,17**	**92,95**	**688,24**	**7,14**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
(Кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие	пряники	35	35	35	4,2	2,065	26,25	128,1	0	табл 10 стр 202,Дели + 2012
Рыба, тушеная с овощами		40/20			5,85	2,97	2,28	63,00		№229 школьн. 2017
	минтай ПБГ		68,5	50,0						
	вода питьевая		15,0	15,0						
	морковь		10,00	8,0						
	томатная паста		1,60	1,60						
	лук репчатый		4,80	4,00						
	масло растительное		2,00	2,0						
	соль		0,2	0,2						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		**600**			**18,54**	**15,02**	**74,52**	**499,59**	**4,09**	
ВСЕГО:		**1827**			**64,38**	**51,31**	**233,96**	**1647,01**	**23,26**	

День 8 - ой

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

продуктов		порции	(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,29	29,06	186,30	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№ 416 сб дошк Дели 2016
	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 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		**404**			**11,41**	**12,98**	**50,53**	**356,73**	**2,48**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,00	3,60	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**	
	ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками		60			0,65	0,11	5,18	24,24		№39 дошк. 2016
	Морковь		57,25	45,80						
	Яблоки свежие		17,10	15,00						
	Сахарный песок		3,00	3,00						
Щи со свежей капустой с картофелем, со сметаной		180/7			1,45	4,61	5,94	75,96	11,39	№73,сб дошк 2016
	Капуста свежая		50,00	40,00						
	Картофель		31,92	24,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	булон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
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						
	Лук репчатый		18	15						
	соль иодированная		0,57	0,57						
	яйцо		0,84	0,7						
	Мука пшеничная		5,25	5,25						
	масло растительное		2,6	2,6						
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным		130/3			3,69	2,29	25,58	137,68		№180 сб школь. 2017
	крупа перловая		43,00	43,00						
	соль иодированная		0,33	0,33						
	вода питьевая		82,00	82,00						
	Лук репчатый		2,40	2,00						
	морковь		22,00	17,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,8						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
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:		**700**			**21,72**	**23,27**	**94,15**	**679,33**	**14,56**	
	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						
Булочка с сахаром		50			5,90	6,20	24,46	170,67	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					
Омлет натуральный		150			11,62	15,01	43,20	335,23	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 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45					
	сахар		6,00	6,00					
	Вода		180,00	180,00					
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		**596**			**25,08**	**25,97**	**97,08**	**696,80**	**2,78**	
ВСЕГО:		**1880**			**59,11**	**62,22**	**259,94**	**1808,86**	**23,42**	

День 9- 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 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 маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		30,00	30,00					
	Масло сливочное		5,00	5,00					
Итого:		**404**			**12,69**	**12,37**	**65,64**	**425,46**	**2,06**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	
	ОБЕД									
Салат из квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85		акт проработки №10 от 15.06.2016
	капуста квашеная		57,20	40,00					
	лук репчатый		6,00	5,00					
	сахарный песок		2,50	2,50					
	масло растительное		2,50	2,50					
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы		180/10			4,65	6,22	8,41	114,78	0,64	№94 сб дошк2016
	цыплята-бройлеры с/м		24,40	23,00					
	масса отварной мякоти птицы			10,00					
	Мука пшеничная		13,60	13,60					
	Яйцо		4,32	3,60					
	вода		2,50	2,50					
	Соль		0,24	0,24					
	Масса лапши			14,40					
	Морковь		10,00	8,00					
	Лук репчатый		9,52	8,00					
	Масло растительное		4,00	4,00					
	Бульон		170,00	170,00					
	Соль		0,70	0,70					
Жаркое из отварной птицы по-домашнему		180			16,66	18,61	17,05	303,43	6,95	ТТК 580/а от 24.06.2020
	цыплята - бройлеры с/м		97,50	92,00					
	масса готовой мякоти птицы			40,00					
	картофель		173,70	130,60					
	лук репчатый		13,60	11,30					
	морковь		7,10	5,60					
	Масло сливочное		4,60	4,60					
	соль йодированная		0,70	0,70					
	вода питьевая		22,60	22,60					
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00					
	Сахар		6,00	6,00					
	вода		183,00	183,00					
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:		**670**			**27,63**	**28,15**	**80,62**	**677,09**	**8,24**	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	91,80	1,44	№420 Сб дошк 2016
(кефир,ряженка,**катык**)	кисломолочный напиток		185	180						
Ватрушка королевская		150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК №810 от 15.02.2023
	посыпка низ			41,00						
	масло сливочное		10,70	10,70						
	мука пшеничная		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 верх			16,30						
	масло сливочное		4,25	4,25						
	Мука пшеничная		7,8	7,8						
	сахарный песок		4,25	4,25						
	масса пф			167						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		**523**			**23,79**	**15,49**	**72,15**	**522,28**	**4,27**	
ВСЕГО:		**1 697**			**64,51**	**56,40**	**228,21**	**1671,83**	**24,57**	

День 10 - 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 Геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,43	7,45	33,78	233,10	0,86	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	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 сыром, маслом сливочным		30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30	30						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		**414**			**15,21**	**17,02**	**55,26**	**421,87**	**2,03**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,00	3,60	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
Итого:		**180**			**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**	
	ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		60			0,85	3,66	5,01	56,34		№34, сб дошк2016
	Свекла		72,96	57,00						
	масло растительное		3,6	3,60						
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/5			2,57	3,02	9,63	79,60		№86 дошколь. 2016
	картофель		71,82	54,00						
	крупа рисовая		3,50	3,50						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,54	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	вода питьевая		126,00	126,00						
	Соль йодированная		0,60	0,60						
	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						
	Сметана		5,00	5,00						
Котлеты рыбные с маслом сливочным		70/3			8,56	7,60	10,31	144,36	0,22	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		63,3	46,2						
	или фарш рыбный		48,51	46,2						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	хлеб пшеничный		12,6	12,6						
	молоко		18,2	18,2						
	сухари панировочные		7	7						
	масса полуфабриката			81						
	масло растительное		3	3						
	Масло сливочное		3	3						
Макаронные изделия отварные с овощами		130			4,48	5,19	24,72	163,28	2,35	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		35,00	35,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	морковь		18,75	15,00						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	томатная паста		3,50	3,50						
	Масло растительное		5,00	5,00						
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
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:		**708**			**21,87**	**20,30**	**95,97**	**666,67**	**3,56**	
	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						
Каша вязкая гречневая с мясом и овощами		200			11,17	12,30	27,90	268,50	1,17	ТТК
	говядина (котлетное мясо б/к)		52,00	50,00						
	или фарш говяжий		52,00	50,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса готового мясного фарша			**40,00**						
	крупа гречневая		35,00	35,00						
	вода питьевая		112,00	112,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса каши			**140,00**						
	морковь		18,75	15,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	масса пассерованных овощей			20,00						
	масса каши с овощами			**160,00**						
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	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		**596**			**19,28**	**17,29**	**68,90**	**510,18**	**91,71**	
ВСЕГО:		**1898**			**57,26**	**54,61**	**238,31**	**1674,72**	**100,90**	
ИТОГО за 10 дней		**18118**			**587,83**	**563,06**	**2342,51**	**16746,53**	**503,95**	
Итого в среднем на 1 воспитанника в день		**1812**			**58,78**	**56,31**	**234,25**	**1674,65**	**50,39**	

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 ;

сельскозозяйственная 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%