

Утверждаю  
 Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"  
 Харламова Э.Р.



Согласовано  
 Руководитель дошкольной образовательной  
 организации

**Примерное 10-дневное меню  
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях  
 с туберкулезными интоксикациями  
 с 12 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет**

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
Крупа рисовая		10	10						
Крупа пшеничная		7,5	7,5						
Молоко		75	75						
Вода		48	48						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395Дели2010
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		10	10						
<b>Итого:</b>	<b>364</b>			<b>9,04</b>	<b>15,31</b>	<b>42,35</b>	<b>329,73</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
<b>Итого:</b>	<b>120</b>			<b>1,80</b>	<b>0,60</b>	<b>25,20</b>	<b>114,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Икра морковная	30			0,6	0,03	6,17	27,36	1,66	ТТК 135 от 26.02.2019
морковь		31,30	25,00						
лук репчатый		6,00	5,00						
томатная паста		4,00	4,00						
масло растительное		1,50	1,50						
сахарный песок		0,30	0,30						
соль иодированная		0,30	0,30						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/20			6,37	5,29	10,53	115,05	5,30	№83 СБ дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		23,8	22,8						
Лук репчатый		23,94	22,8						
Яйцо		2,38	2						
Вода для фарша		1,92	1,6						
соль иодированная		2	2						
масса полуфабриката фрикаделек		0,2	0,2						
масса готовых фрикаделек			28,6						
вермишель			20						
Картофель		6	6						
Морковь		60,00	45,00						
Лук репчатый		7,50	6,00						
Масло растительное		7,14	6,00						
соль иодированная		1,50	1,50						
Вода		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Котлеты рубленые из говядины	60			10,10	11,22	9,86	180,91	0,720	ТТК от 25.01.2023
говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий		43,68	42						
лук репчатый		43,68	42						
Хлеб пшеничный		12,39	10,5						
Вода		10	10						
сухари панировочные		6	6						
соль иодированная		3,5	3,5						
масса полуфабриката		0,5	0,5						
Масло растительное		0,70	0,70						
Каша гречневая вязкая с маслом	110/2			3,37	5,12	15,08	119,90		№ 303 сб шк 2017
Крупа гречневая		27,5	27,5						
Вода		88	88						
Масло сливочное		2	2						
соль иодированная		0,28	0,28						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	17,34	57	0,54	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		12,75	12,50						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,9	0,2	12,3	59	0	табл 6 стр 134, Дели + 2012

Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>592</b>			<b>25,82</b>	<b>22,47</b>	<b>89,08</b>	<b>647,80</b>	<b>8,22</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		185	180						
Кондитерское изделие	вафли	10	10,00	10,00	1,64	3,05	22,92	124,50		табл 6 стр 136, Ддели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>190</b>			<b>6,86</b>	<b>7,55</b>	<b>30,12</b>	<b>214,50</b>	<b>1,26</b>	
<b>УЖИН</b>										
Котлеты рыбные		60			7,70	3,65	6,71	87,18	0,40	№271 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		54,25	39,6						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	хлеб пшеничный		10,8	10,8						
	молоко		15,60	15,60						
	сухари панировочные		6,00	6,00						
	масса полуфабриката			70,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50		табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>365,00</b>			<b>12,48</b>	<b>7,75</b>	<b>42,84</b>	<b>287,56</b>	<b>14,95</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1631,00</b>			<b>56,00</b>	<b>53,68</b>	<b>229,59</b>	<b>1593,60</b>	<b>36,27</b>	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №1Д	
		18	18							
		70	70							
		53	53							
		2	2							
		0,4	0,4							
		3	3							
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016	
		2	2							
		6	6							
		110	110							
		80	80							
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016	
		24,00	20,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/7/10			3,58	10,95	12,98	155,30	0,04	№3 сб дошк2016	
		25	25							
		7,14	7							
		10	10							
<b>Итого:</b>	<b>391</b>			<b>13,55</b>	<b>22,57</b>	<b>42,06</b>	<b>407,63</b>	<b>1,47</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок	125	125	125	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50		
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>1,99</b>	<b>2,40</b>	<b>10,63</b>	<b>68,00</b>	<b>2,50</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Салат из картофеля с соевыми огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк2016	
		21,84	12,00							
		21,92	16,00							
		10,24	8,00							
		2,40	2,00							
		2,00	2,00							
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	150/20/7			4,02	6,58	8,49	114,68	6,43	№110, сбшк2004	
		34,2	22,8							
		23,94	22,8							
		2,4	2							
		1,92	1,6							
		2	2							
		0,2	0,2							

	масса готовых фрикаделек			20						
	Капуста свежая		15,0	12,0						
	Картофель		15,96	12,0						
	Морковь		7,5	6,0						
	Лук репчатый		7,14	6,0						
	Свекла		30,72	24,0						
	Сахар		1,8	1,8						
	Масло растительное		3,0	3,0						
	соль иодированная		1,5	1,5						
	Бульон		120	120,0						
	Сметана		7,0	7,0						
	Томатная паста		0,8	0,8						
Фрикадельки куриные в молочном соусе		40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№ 305 сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		45,6	29,3						
	Хлеб пшеничный		7,3	7,3						
	Вода		9,0	9,0						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	Масса полуфабриката			46,0						
	Масло растительное		0,6	0,6						
	Соус молочный:			20,0						
	Молоко		10,0	10,0						
	Масло сливочное		1,0	1,0						
	Мука пшеничная		1,0	1,0						
	Вода		10,0	10,0						
	Сахар		0,2	0,2						
	соль иодированная		0,2	0,2						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк.2016
	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль иодированная		1,1	1,1						
	масло сливочное		3,0	3,0						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
	яблоки свежие		27,4	24						
	сахар		5	5						
	вода		153	153						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>615</b>			<b>20,16</b>	<b>20,47</b>	<b>84,18</b>	<b>609,72</b>	<b>9,99</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		185	180						
Булочка дорожная		50			3,39	4,20	21,07	160,50		№453 сб дошк.2016
	Мука пшеничная		30,48	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			57,00						
	для крошки:									
	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						
<b>Итого:</b>		<b>230</b>			<b>8,61</b>	<b>8,70</b>	<b>28,63</b>	<b>252,50</b>	<b>0,54</b>	
	<b>УЖИН</b>									
Запеканка творожная с повидлом		120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	2,14	№251, сб дошк 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		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						



		200			6,76	8,24	22,77	192,20	2,46	
<b>УЖИН</b>										
Фрикадельки рыбные отварные		60			7,99	2,10	4,38	68,00	0,14	№279 сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		61,20	45,00						
	или фарш рыбный		47,25	45,00						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	яйцо		7,20	6,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	вода питьевая		9,00	9,00						
	масса полуфабриката фрикаделек			72,00						
Картофель тушёный с овощами в соусе		120			2,61	10,07	18,12	172,80	15,97	№144 сбшк 2016
	Картофель		146,30	110,00						
	масло растительное		4,50	4,50						
	Лук репчатый		7,20	6,00						
	Морковь		10,63	8,50						
	соль иодированная		0,34	0,34						
	соус			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	соль иодированная		0,16	0,16						
Напиток из шиповника		150/5			0,5	0,2	12,23	52,5	75	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>365</b>			<b>13,50</b>	<b>12,67</b>	<b>49,43</b>	<b>365,30</b>	<b>91,11</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1685</b>			<b>71,44</b>	<b>63,52</b>	<b>240,95</b>	<b>1841,01</b>	<b>115,18</b>	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	ТТК №10Д
		17,5	17,5						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Говядина тушеная с овощами по-татарски	30/30			9,01	2,80	4,02	77,83	3,96	ТТК №753 от 20.08.2022
		48	48,0						
		0,3	0,30						
			30,0						
		26,40	22,00						
		12,50	12,00						
		2,50	2,50						
		10,00	10,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
		2,5	2,5						
		6	6						
		90	90						
		108	108						
Бутерброд с повидлом, с маслом сливочным,	25/7/10			2,00	7,99	14,31	137,23	0,11	
		25	25						
		10	10						
		7,14	7						
<b>Итого:</b>	<b>431</b>			<b>18,95</b>	<b>17,99</b>	<b>51,70</b>	<b>431,50</b>	<b>5,91</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок	125	125	125	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	рецептур (дошкольн.)
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>1,99</b>	<b>2,40</b>	<b>10,63</b>	<b>68,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,56	1,88	25,08	3,60	№10 СБ дошк 2016
		48,10	28,80						
		1,50	1,50						
Суп картофельный с пшениной крупой на курином бульоне, с мясом птицы	150/20			5,86	5,34	7,34	103,85	5,42	№86 сб дошк 2016
		48,6	46,0						
			20,0						
		9	9						
		60	45						
		7,5	6						
		7,14	6						

	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон		105,0	105,0						
Птица, тушеная в соусе с овощами		150			13,34	10,37	12,90	198,00	8,71	№319 СБ дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		73	69,0						
	масса отварной мякоти птицы			30,0						
	соус сметанный :									№372 СБ дошк 2016
	Вода или отвар		15,0	15,0						
	сметана		5,0	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	Картофель		87,2	65,6						
	морковь		32,0	25,6						
	Лук репчатый		17,6	14,4						
	масло растительные		1,2	1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
Компот из изюма и яблок	масса овощей с соусом	150		120,0	0,29	0,10	21,77	89,96	0,00	ТТК
	яблоки свежие		13,68	12,0						
	изюм		7,65	7,5						
	масса отварных сухофруктов			12,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5	5						
Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>545</b>			<b>23,36</b>	<b>17,91</b>	<b>61,68</b>	<b>505,90</b>	<b>17,73</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>6,50</b>	<b>7,86</b>	<b>21,26</b>	<b>182,20</b>	<b>0,54</b>	
<b>УЖИН</b>										
Омлет натуральный с сыром		150			11,25	15,44	2,55	289,10	0,35	№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						
Ватрушка с творогом		50			6,15	3,65	19,45	134,67	0,03	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		26,50	26,50						
	Яйцо куриное		1,68	1,40						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	вода питьевая		10,70	10,70						
	сахарный песок		1,40	1,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	творог		19,70	19,50						
	Яйцо куриное		1,08	0,90						
	сахарный песок		1,1	1,1						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	Яйцо куриное		1,2	1						
	Масло растительное		0,2	0,2						
	Масло растительное		0,2	0,2						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>390</b>			<b>20,11</b>	<b>19,39</b>	<b>44,24</b>	<b>526,10</b>	<b>0,40</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1691</b>			<b>70,90</b>	<b>65,54</b>	<b>189,52</b>	<b>1713,70</b>	<b>27,08</b>	

**День 5 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто (в гр)	нетто (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			2,67	3,22	5,53	64,08	0,59	№101,сб дошк 2016
		11,00	11,00						

Какао с молоком	Сахар		1,40	1,40						
	Молоко		126,00	126,00						
	Вода		54,00	54,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Соль		1,00	1,00						
		150/5			3,06	2,66	4,99	48,86	1,19	№416 Дели2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Какао-порошок		1,7	1,7						
	Сахар		5	5						
	Молоко		90	90						
	вода		67	67						
	Батон нарезной		25	25						
		25/7/10			3,58	10,95	12,98	155,30	0,04	№3,сб дошк 2016
	Сыр		7,14	7						
	Масло сливочное		10	10						
<b>Итого:</b>		<b>377</b>			<b>9,31</b>	<b>16,82</b>	<b>23,50</b>	<b>268,24</b>	<b>1,82</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Фрукты свежие		120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
<b>Итого:</b>		<b>120</b>			<b>1,80</b>	<b>0,60</b>	<b>25,20</b>	<b>114,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свеклы отварной		30			0,42	1,80	2,48	27,84	2,00	№52 сб 2017
	Свекла		36,36	28,50						
	Масло растительное		1,50	1,50						
Рассольник домашний на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной		150/22/7			4,42	6,99	9,61	125,06	8,01	№81 сбдошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		38,50	25,08						
			26,33	28,08						
	Лук репчатый		2,64	2,20						
	Яйцо		2,16	1,80						
	Вода для фарша		2,20	2,20						
	соль иодированная		0,22	0,22						
	масса готовых фрикаделек			22,00						
	Картофель		59,85	45						
	капуста свежая		15	12						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,2	6						
	Масло растительное		3	3						
	огурцы соленые		16,38	9						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	бульон		105,00	105,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом		130/20			9,93	8,14	23,31	206,57	19,35	№308 СБ дошк 2016
	цыплята-бройлеры с/м или фарш куриный		52,36	34,00						
			34,00	34,00						
	масло сливочное		2,40	2,40						
	масса готового куриного фарша			26,00						
	Картофель		165,60	4						
	масса отварного протертого картофеля			118,00						
	Лук репчатый		10,80	9,00						
	Масло растительное		1,60	1,60						
	масса припущенного лука			6,50						
	Масло сливочное		1,60	1,60						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	сухари панировочные		2,40	2,40						
	масса полуфабриката			153,00						
	Соус :									
	Сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,30	1,30						
	вода		15,00	15,00						
	Соус сметанный			20,00						
Кисель		150			0,45	0,08	22,65	92,70	0,83	№ 648, сб пш2004
	Кисель-концентрат		17,5	17,5						
	Сахар		5,0	5,0						
	вода		150,0	150,0						
Хлеб ржаной		50	50	50	3,30	0,60	19,80	99,00		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>559</b>			<b>18,52</b>	<b>17,61</b>	<b>77,84</b>	<b>551,17</b>	<b>30,19</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189	180	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 Сб дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	15	15	15	0,96	2,52	10,28	67,65		
<b>Итого:</b>		<b>195</b>			<b>6,44</b>	<b>7,40</b>	<b>19,35</b>	<b>169,65</b>	<b>2,46</b>	
<b>УЖИН</b>										
Бульон с овощами и с птицей		100/50/20			18,26	16,16	5,62	241,28	6,12	ТТК
	цыплята-бройлеры с/м		52,36	34						

	Бульон куриный		100	100						
	Лук репчатый		24	20						
	Морковь		13,75	11						
	Масло растительное		1	1						
	Зеленый горошек к/с		50,1	30						
	соль йодированная		0,5	0,5						
Эч-почмак с говядиной		100			13,20	14,93	57,33	414,29		Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий
	мука пшеничная		31,00	31,00						
	в том числе на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо		3,12	2,60						
	масло сливочное		2,60	2,60						
	сахарный песок		1,00	1,00						
	молоко		12,50	12,50						
	дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	фарш:									
	говядина б/к (лопатка)		23,50	22,50						
	картофель		39,23	29,50						
	Лук репчатый		10,20	8,50						
	Масло сливочное		5,50	5,50						
	соль		0,40	0,40						
	масса фарша			65,00						
	яйцо для смазки изделий		1,80	1,50						
	масло растительное для смазки листов		0,25	0,25						
	масса готового эч-почмак			100,00						
	масло растительное для смазки изделий		0,25	0,25						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Итого:		430			31,56	31,11	68,12	677,36	8,14	
ВСЕГО:		1681			67,63	73,54	214,01	1780,41	52,61	

2 неделя

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто (в гр)	нетто (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,36	0,00	ТТК №6Д
		17,7	17,7						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Котлеты рубленые из говядины	50			5,74	7,64	6,54	128,00		2016
		36,57	35						
		35	35						
		10,4	8,75						
		8,13	8,13						
		5,2	5,2						
		2,8	2,8						
		0,4	0,4						
			61,9						
		0,60	0,60						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
		25	25						
		10	10						
Итого:	405			14,38	25,34	51,92	503,27	1,25	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок	125	125	125	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	рецептур (дошкольн.)
Итого:	125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
<b>ОБЕД</b>									
Салат картофельный с морковью и кукурузой	40			1,20	2,54	9,48	65,68	2,50	№39,сб шк2017
		23,94	18,00						
		16,70	10,00						
		12,50	10,00						
		2,40	2,40						
		0,20	0,20						



Суп из овощей на курином бульоне, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/22/5			5,47	6,32	5,83	108,39	6,36	ТТК 535 23,12,2020
говядина (котлетное мясо б/к)		26,2	25,08						
или фарш говяжий		26,33	25,08						
Лук репчатый		2,62	2,2						
Яйцо		2,11	1,76						
Вода для фарша		2,2	2,2						
соль иодированная		0,22	0,22						
масса готовых фрикаделек			22						
картофель		57,19	43						
капуста свежая		23,75	19						
морковь		9,4	7,5						
Лук репчатый		9,6	8						
Масло растительное		3	3						
соль иодированная		0,6	0,6						
Вода		112,5	112,5						
Сметана		5	5						
Ежики куриные в сметанно-томатном соусе	40/20			4,63	4,99	3,54	77,42	0,09	ТТК 748 от 03.10.2022
цыплята - бройлеры с/м		39,10	25,40						
или фарш куриный		26,67	25,40						
вода		4,00	4,00						
крупа гречневая		4,70	4,70						
масса отварной рассыпчатой гречневой каши			10,00						
Лук репчатый		14,40	12,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
масса припущенного лука			6,00						
соль иодированная		0,20	0,20						
мука пшеничная		2,80	2,80						
масса полуфабриката			48,00						
соус сметанно- томатный:			20,00						
сметана		5,00	5,00						
мука пшеничная		1,50	1,50						
вода		15,00	15,00						
томатная паста		0,80	0,80						
соль йодированная		0,16	0,16						
Вермишель отварная	110			4,15	0,49	23,41	114,62		№219 Сб дошк.2016
вермишель		38,5	38,5						
вода		231	231						
соль иодированная		0,3	0,3						
масло сливочное		1,7	1,7						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	17,34	73,33	0,54	№394 Сб дошк 2016
сухофрукты		12,50	12,50						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>582</b>			<b>18,92</b>	<b>14,95</b>	<b>77,40</b>	<b>528,45</b>	<b>9,49</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
Булочка с сахаром	50			3,80	6,00	26,31	136,67	0,16	№442 СБ шк 2017
Мука пшеничная		30	30						
Мука пшеничная на подпыл		1	1						
Сахарный песок		3,9	3,9						
масло сливочное		1,4	1,4						
Яйцо		2,88	2,4						
Дрожжи сухие		0,25	0,25						
Молоко		13	13						
Соль йодированная		0,35	0,35						
Вода		11,8	11,8						
Масса полуфабриката			59						
Яйцо (на смазку изделий)		1,44	1,2						
Масло растительное на смазку листов		1	1						
<b>Итого:</b>	<b>230</b>			<b>9,02</b>	<b>10,50</b>	<b>33,87</b>	<b>228,67</b>	<b>0,70</b>	
<b>УЖИН</b>									
Запеканка творожная с повидлом	120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	0,56	№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						

Напиток из шиповника	150/5			0,51	0,21	15,57	66,15	75	№399 сб дошк 2016
шиповник		15	15						
сахар		5	5						
вода		150	150						
<b>Итого:</b>	<b>305</b>			<b>13,85</b>	<b>14,74</b>	<b>64,67</b>	<b>484,65</b>	<b>75,56</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1647</b>			<b>58,15</b>	<b>67,93</b>	<b>238,50</b>	<b>1813,04</b>	<b>89,50</b>	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			5,31	4,87	35,49	207,36	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
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		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016
яйцо		24,00	20,00						
Бутерброд с маслом сливочным	20/10			1,96	7,98	12,98	131,5		№1 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		10	10						
Сыр порционнно	20	20,4	20	5,26	5,32		68,67	0,14	№15 сб шк2017
сыр									
<b>Итого:</b>	<b>399</b>			<b>17,92</b>	<b>22,88</b>	<b>54,60</b>	<b>481,70</b>	<b>1,98</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
<b>Итого:</b>	<b>120</b>			<b>1,80</b>	<b>0,60</b>	<b>25,20</b>	<b>114,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из белокочанной и морской капусты	40			0,64	1,65	2,28	26,60	13,20	№22, сб дошк2016
капуста свежая		25	20,00						
масса прогретой капусты			18,00						
яблоки		11,4	10,00						
капуста морская		1,74	1,74						
масса отварной морской			10,80						
масло растительное		1,7	1,70						
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне, с мясом	150/20			7,74	3,51	11,38	116,22	3,51	№91,289 сб дошк 2016
говядина б/к (лопатка)		32,0	32,0						
масса отварной говядины			20,0						
картофель		66,6	50						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,2	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль йодированная		0,2	0,2						
бульон		112,5	112,5						
клецки:			15						
мука пшеничная		4,6	4,6						
Масло сливочное		0,5	0,5						
яйцо		1,6	1,32						
вода		7,3	7,3						
соль йодированная		0,1	0,1						
масса теста			13,5						
масса готовых клецек			15						
Гуляш из отварной говядины	30/30			8,02	8,45	1,96	98,40	0,72	293 сб дошк 2016
говядина (лопатка б/к)		42,00	42,00						
соль йодированная		0,30	0,30						
масса отварной говядины			30,00						
морковь		8,75	7,00						
Лук репчатый		6,00	5,00						
томатная паста		0,90	0,90						
масло растительное		1,90	1,90						
вода		22,50	22,50						
мука пшеничная		1,50	1,50						
Пюре Картофельное	120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						
соль йодированная		0,45	0,45						

Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						
Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>585</b>			<b>21,93</b>	<b>18,11</b>	<b>60,77</b>	<b>486,08</b>	<b>32,64</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		185	180						
Кондитерское изделие	мармелад	10	10	10	1,63		22,92	124,5	0	табл 10 стр 198, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>190</b>			<b>6,85</b>	<b>4,50</b>	<b>30,12</b>	<b>214,50</b>	<b>1,26</b>	
<b>УЖИН</b>										
Биточки рубленые из рыбы		60			7,32	4,66	8,81	106,80	0,19	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		61,0	44,9						
	Крупа манная		47,2	44,9						
	яйцо		1,50	1,5						
	лук репчатый		10,80	9,00						
	вода		13,32	11,10						
	соль иодированная		4,50	4,5						
	сахар		0,4	0,4						
	сухари панировочные		0,2	0,2						
	Масло растительное		4,5	4,5						
	Масса полуфабриката		1,5	1,5						
				70,9						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/2			5,78	2,89	25,93	150,33	0,44	№180, сб дошк 2016
	крупа гречневая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса каши			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
	масса каши с овощами			110,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели 2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>367</b>			<b>15,86</b>	<b>7,85</b>	<b>57,12</b>	<b>361,17</b>	<b>2,65</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1661</b>			<b>64,36</b>	<b>53,94</b>	<b>227,82</b>	<b>1657,45</b>	<b>48,53</b>	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
		18,00	18,00						
		123,00	123,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели 2016
		2	2						
		6	6						
		110	110						
		80	80						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели 2010
		25	25						
		10	10						
<b>Итого:</b>	<b>364</b>			<b>9,87</b>	<b>15,77</b>	<b>41,58</b>	<b>339,59</b>	<b>2,25</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок	125	125	125	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	№386 СБ
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>1,99</b>	<b>2,40</b>	<b>10,63</b>	<b>68,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Икра морковная	30			0,6	0,03	6,17	27,36	1,66	ТТК 135 от 26.02.2019
		31,30	25,00						
		6,00	5,00						
		4,00	4,00						
		1,50	1,50						
		0,30	0,30						
		0,30	0,30						

Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной	150/22/7			4,22	6,91	6,73	110,21	9,60	№73,сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		38,5	25,08						
или фарш куриный		26,33	25,08						
Лук репчатый		2,64	2,2						
Яйцо		2,16	1,8						
Вода для фарша		2,2	2,2						
соль иодированная		0,22	0,22						
масса готовых фрикаделек			22						
Капуста свежая		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль иодированная		1	1						
вода		120	120						
Сметана		7	7						
Биточки "Домашние"	60			9,13	13,28	9,19	193,20	0,62	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м		75,65	47,3						
или фарш куриный		49,64	47,28						
морковь		14,1	11,28						
Лук репчатый		15,12	12,6						
соль иодированная		0,4	0,4						
яйцо		0,72	0,6						
Мука пшеничная		4,5	4,5						
масло растительное		2,4	2,4						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/2			2,66	4,62	27,55	162,47		№304 сб шк 2017
Крупа рисовая		39,60	39,60						
соль иодированная		0,50	0,50						
Вода питьевая		240,00	240,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из урюка	150			0,33	0,02	10,83	44,85	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,30	15,00						
масса отварных сухофруктов			24,00						
Вода		152,00	152,00						
сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>586</b>			<b>19,91</b>	<b>25,40</b>	<b>78,28</b>	<b>627,10</b>	<b>11,89</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
молоко		189	180						
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Дели +,2012
печенье									
<b>Итого:</b>	<b>200</b>			<b>6,76</b>	<b>8,24</b>	<b>22,77</b>	<b>192,20</b>	<b>2,46</b>	
<b>УЖИН</b>									
Омлет натуральный	150			11,12	13,08	25,64	237,07	0,28	№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						
Рыба отварная	50			8,75	1,18	0,39	40,00	0,09	№256 СБ дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		83,30	61,25						
лук репчатый		3,80	3,13						
морковь		2,40	1,90						
Соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с сахаром	150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
Вода		150	150						
Хлеб пшеничный	35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>390</b>			<b>22,58</b>	<b>14,56</b>	<b>48,27</b>	<b>379,40</b>	<b>0,39</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1665</b>			<b>61,11</b>	<b>66,36</b>	<b>201,53</b>	<b>1606,29</b>	<b>19,49</b>	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
		брутто	нетто				Ккал		

Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная			18	18						
Молоко			70	70						
Вода			53	53						
Сахар			2	2						
соль иодированная			0,4	0,4						
Масло сливочное			3	3						
Чай с молоком, сахаром		170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой			0,45	0,45						
Сахар			6	6						
Молоко			82	80						
Вода			90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/7/10			3,58	10,95	12,98	155,30	0,04	№3, сб дошк 2016
Батон нарезной			25	25						
Сыр			7,14	7						
Масло сливочное			10	10						
<b>Итого:</b>		<b>361</b>			<b>12,34</b>	<b>17,94</b>	<b>53,95</b>	<b>417,67</b>	<b>1,96</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Фрукты свежие		120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
<b>Итого:</b>		<b>120</b>			<b>1,80</b>	<b>0,60</b>	<b>25,20</b>	<b>114,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Огурцы соленые порционно		30			0,94	2,66	1,16	32,33	1,67	№70 сб шк 2017
огурцы соленые			54,60	30,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы		150/20			6,22	7,04	7,04	121,85	0,54	№94 сб дошк 2016
цыплята-бройлеры с/м			48,8	46,0						
масса отварной мякоти птицы				20,0						
Мука пшеничная			11,3	11,3						
Яйцо			3,6	3						
вода			2,1	2,1						
Соль			0,2	0,2						
Масса лапши				12						
Морковь			7,5	6						
Лук репчатый			7,14	6						
Масло растительное			3	3						
Бульон			143	143						
Соль			0,5	0,5						
Жаркое из отварной птицы по-домашнему		150			13,89	15,51	14,21	252,86	5,79	ТТК 580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м			80,5	76						
масса готовой мякоти птицы				33						
картофель			144,7	108,8						
лук репчатый			11,3	9,4						
морковь			5,9	4,7						
Масло сливочное			3,8	3,8						
соль йодированная			0,60	0,6						
вода питьевая			18,8	18,8						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	17,34	73,33	0,54	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты			12,5	12,5						
Сахар			5,00	5,0						
вода			152,0	152,0						
Хлеб ржаной		45	45,0	45,0	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>545</b>			<b>24,51</b>	<b>25,81</b>	<b>57,55</b>	<b>569,38</b>	<b>8,54</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)			185,00	180,00						
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136, Ддели +, 2012
печенье										
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>6,50</b>	<b>7,86</b>	<b>21,26</b>	<b>182,20</b>	<b>0,54</b>	
<b>УЖИН</b>										
Запеканка творожная с ягодным соусом		120/30			20,98	18,51	24,88	349,59	0,08	№ 251 сб дошк 2016
Творог			112,17	110,00						
крупа манная			6,90	6,90						
Яйцо			6,00	5,00						
Сахар			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						
Слойка сладкая		50			4,45	4,95	28,50	176,37	0,17	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 иодированная		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						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150	150						
<b>Итого:</b>		<b>360</b>			<b>25,53</b>	<b>23,48</b>	<b>58,55</b>	<b>547,74</b>	<b>2,27</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1586</b>			<b>70,68</b>	<b>75,68</b>	<b>216,52</b>	<b>1830,99</b>	<b>23,31</b>	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
		18	18						
		123	123						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010
		2,5	2,5						
		6	6						
		90	90						
		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
		25	25						
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016
		24,00	20,00						
		10	10						
<b>Итого:</b>	<b>384,00</b>			<b>13,14</b>	<b>18,97</b>	<b>45,40</b>	<b>391,33</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок	125	125	125	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>1,99</b>	<b>2,40</b>	<b>10,63</b>	<b>68,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свеклы с сыром	40			2,06	3,63	2,85	52,28	1,85	№32 СБ дошк. 2016
		41,50	41,50						
			32,40						
		6,12	6,00						
		2,00	2,00						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	150/22/7			4,37	6,99	9,18	120,71	5,16	№82 сб дошк2016
		38,5	25,08						
		26,33	25,08						
		2,64	2,2						
		2,11	1,76						
		2,2	2,2						
		0,22	0,2						
		66,5	50,0						
		6	6						
		7,5	6,00						
		3,57	3						
		2,00	2,00						
		18,2	10						
		0,8	0,8						
		114	114						
		7	7						
Котлеты рыбные	60			7,36	8,14	8,87	138,48	0,19	№234 сб шк 2017
		54,26	39,6						

	соль иодированная		0,6	0,6						
	хлеб пшеничный		10,8	10,8						
	молоко		15,60	15,60						
	сухари панировочные		6,00	6,00						
	масса полуфабриката			69,60						
	масло растительное		2,40	2,40						
Макаронные изделия отварные с овощами		110/2			3,81	5,84	20,94	151,36	1,99	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		30,00	30,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	морковь		16,25	13,00						
	Лук репчатый		12,00	10,00						
	томатная паста		3,00	3,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Булочка "Российская"		30			2,11	2,40	14,61	88,50	0,01	№430 СБ шк 2017
	мука пшеничная		17,00	17,00						
	мука пшеничная на подпыл		0,50	0,50						
	сахар		5,00	5,00						
	сахар (для отделки)		1,00	1,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	молоко		2,50	2,50						
	яйцо		1,20	1,00						
	яйцо (для смазки)		0,90	0,75						
	дрожжи сухие		0,13	0,13						
	соль иодированная		0,17	0,17						
Кисель		150			0,45	0,08	22,65	92,70	0,83	№648 сбшк2004
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>616</b>			<b>23,13</b>	<b>27,61</b>	<b>96,91</b>	<b>733,04</b>	<b>10,03</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189	180	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20	20	1,28	3,36	13,71	90,20		
<b>Итого:</b>		<b>195</b>			<b>6,76</b>	<b>8,24</b>	<b>22,78</b>	<b>192,20</b>	<b>2,46</b>	
<b>УЖИН</b>										
Капуста тушеная с мясом		150			11,39	5,94	9,72	143,61	21,43	№204 СБ шк 2017 ТТК 647 от 24.08.2022
	говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		39,20	37,50						
	продукта		39,50	37,50						
	капуста свежая		150,00	120,00						
	вода питьевая		24,00	24,00						
	масса тушеной капусты			95,30						
	лук репчатый		9,75	8,20						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	масса пассерованного лука			4,50						
	мука пшеничная		3,00	3,00						
	масса соуса			15,00						
	вода		15,00	15,00						
	морковь		1,25	1,00						
	лук репчатый		0,36	0,30						
	Масло растительное		0,20	0,20						
	мука пшеничная		0,70	0,70						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	томатная паста		0,90	0,90						
	соль йодированная		0,15	0,15						
	сахарный песок		0,15	0,15						
	масса готового соуса			15,00						
	масса тушеной капусты с мясом			150,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,20	12,23	52,50	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>335</b>			<b>14,17</b>	<b>6,38</b>	<b>36,71</b>	<b>266,61</b>	<b>96,43</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1655,00</b>			<b>59,19</b>	<b>63,60</b>	<b>212,42</b>	<b>1651,18</b>	<b>113,26</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>16573,00</b>			<b>637,21</b>	<b>652,49</b>	<b>2190,62</b>	<b>17265,81</b>	<b>543,90</b>	

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 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%