



Примерное 10-дневное меню
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях
 с туберкулезными интоксикациями
 с 12-часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,17	30,09	207,60	0,86	ТТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеничная		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	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сбдошк Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:	411			10,62	17,70	51,62	394,87	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Икра кабачковая	50			0,45	2,35	2,97	34,80		№54,сб дошк2016
икра кабачковая		51,00	50,00						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/20			5,92	4,39	12,72	124,36	6,04	№88,сб дошк2016
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		23,8	22,8						
Лук репчатый		23,94	22,8						
Лук репчатый		2,38	2						
Яйцо		1,92	1,6						
Вода для фарша		2	2						
соль иодированная		0,18	0,18						
Масса полуфабриката			28,6						
масса готовых фрикаделек			20						
Картофель		79,80	60,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
вермишель		8,00	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
Вода		132,00	132,00						
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) или фарш говяжий		51,16	49						
Лук репчатый		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 вязкая с маслом сливочным	130/3			3,99	6,51	17,82	145,86		№ 303 сб shk 2017
Крупа гречневая		32,5	32,5						
Вода		104	104						
Масло сливочное		3	3						
соль иодированная		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	30	30,00	30,00	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	50	50,00	50,00	3,30	0,49	19,80	80,19	0,00	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	713			28,46	27,20	100,33	736,45	7,53	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	200			5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		205,00	200,00						
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	3,28	4,80	32,00	192,00		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
вафли									
Итого:	220			9,08	9,80	40,00	292,00	0,08	

УЖИН										
Котлеты рыбные		80			10,27	4,86	8,94	116,21	0,53	№271 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		72,34	52,8						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	хлеб пшеничный		14,4	14,4						
	молоко		20,8	20,8						
	сухари панировочные		8	8						
	масса полуфабриката			92,5						
	масло растительное		3	3						
Пюре Картофельное		150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		170,60	128,30						
	Молоко		23,75	22,50						
	Масло сливочное		5,25	5,25						
	соль иодированная		0,75	0,75						
Чай с 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						
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,00	19,68	0,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		456			16,57	9,05	53,42	272,31	19,25	
ВСЕГО:		1920,00			66,53	64,35	270,57	1809,64	38,89	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,83	7,26	29,50	202,64		ТТК №1Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Яйцо вареное	40	48,00	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10			5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		15,30	15,00						
		10,00	10,00						
Итого:	464			19,39	27,60	51,32	520,07	1,62	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно сборника рецептов (документы) 2016г №418
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	60	32,76	18,00	0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк2016
		32,90	24,00						
		15,36	12,00						
		3,60	3,00						
		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			2,84	5,91	8,92	106,63	7,82	№88 сб дошк2016
		20,00	16,00						
		21,28	16,00						
		12,50	10,00						
		9,52	8,00						
		41,00	32,00						
		2,40	2,40						
		1,00	1,00						
		4,00	4,00						
		0,80	0,80						
		140,00	140,00						
		17,56	11,4						
		11,97	11,4						
		1,2	1						
		0,96	0,8						
		1	1						
		0,1	0,1						
			14,3						
			10						
		7,00	7,00						
Фрикадельки куриные в молочном соусе	50/25	57,00	37,00	7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№ 325 сб дошк 2016
			37,00						
		9,00	9,00						
		12,00	12,00						
		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			4,93	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		30	30,00	30,00	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		50	50,00	50,00	3,30	0,49	19,80	80,19		2012
Итого:		725			21,83	23,21	96,15	672,44	12,84	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	200	185	180	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Булочка дорожная		50			3,39	4,90	30,10	165,50		№453 сб дошк 2016
	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 изделий		1,00	1,00						
Итого:		250			9,19	9,90	38,50	267,72	0,60	
УЖИН										
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	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб дошк Дели 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		343			13,47	14,56	55,33	444,98	4,97	
ВСЕГО:		1982,00			64,87	75,27	261,50	1990,55	24,03	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,83	7,09	45,65	274,16	0,86	ТТК №2Д	
		22,50	22,50							
		90,00	90,00							
		68,00	68,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		5,00	5,00							
Птица отварная с овощами	40/30			11,15	8,47	3,87	136,67	3,97	ТТК №752 от 20.08.2022	
		97,5	92,0							
		0,4	0,4							
			40,0							
		26,40	22,00							
		12,50	12,00							
		2,50	2,50							
		10,00	10,00							
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016	
		0,45	0,45							
		6	6							
		92	90							
		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сб дошк Дели 2016	

	Батон нарезной		30,00	30,00							
	Масло сливочное		10,00	10,00							
Итого:		481			22,99	25,94	75,41	628,13	6,03		
2 - ой ЗАВТРАК											
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ дошк.2016	
Итого:		120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00		
ОБЕД											
Салат из припущенной моркови с яблоками		60			0,65	0,11	5,18	24,24	2,79	№39 сб дошк 2016	
	морковь		57,25	45,80							
	яблоки свежие		17,10	15,00							
	сахар		3,00	3,00							
Суп картофельный гороховый на мясном бульоне, с мясом		180/20			9,56	4,55	12,01	136,41	4,29	№87, сб дошк 2016	
	говядина б/к (лопатка)		32	32							
	масса отварной говядины			20							
	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 говядины		200			18,40	19,11	32,51	396,00	0,35	№265, сбшк 2017	
	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							
	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 пшеничный		30	30,00	30,00	1,52	0,16	9,84	47	0	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Хлеб ржаной		50	50,00	50,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		720			33,50	24,48	93,95	760,95	9,87		
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	200	210	200	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016	
Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136, Ддели +, 2012	
Итого:		220			7,37	8,78	23,78	203,53	2,73		
УЖИН											
Фрикадельки рыбные отварные	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный	80	81,60 60,00	60,00 60,00	13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 2016	
	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 тушённый с овощами в соусе	Картофель	150	184,00	138,00	3,50	10,99	15,79	176,00	1,99	№144 сбшк 2016	
	масло растительное		5,00	5,00							
	Лук репчатый		9,00	7,50							
	Морковь		12,50	10,00							
	соль иодированная		0,75	0,75							
	соус			25,00							
	сметана		6,25	6,25							
	Мука пшеничная		1,90	1,90							
	вода		18,75	18,75							
	соль иодированная		0,20	0,20							
Напиток из шиповника	вода питьевая	180/6	180	180	0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016	
	сахарный песок		6	6							
	шиповник		18,00	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:		446			19,80	14,31	50,37	413,88	93,32		
ВСЕГО:		1987			85,45	74,11	268,72	2120,49	121,95		

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетичес кая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3								
		22,5	22,5	6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ТТК №10Д
		90	90						
		68	68						
		2,5	2,5						

Говядина тушеная с овощами по-татарски	соль иодированная		0,5	0,5						ТТК №753 от 20.08.2022	
	Масло сливочное		3	3							
		40/30				11,81	3,18	4,07	92,66		3,99
	говядина лопатка		64	64,0							
	соль иодированная		0,4	0,40							
	масса отварной говядины			40,0							
Кофейный напиток с молоком	лук репчатый		26,40	22,00						№414 Дели 2016	
	морковь		12,50	12,00							
	Масло сливочное		2,50	2,50							
	бульон	180/6		10,00		2,85	2,41	5,99	42,67		1,17
	Кофейный напиток		2,50	2,50							
	Сахар		6,00	6,00							
Бутерброд с повидлом, с маслом сливочным	Молоко		90,00	90,00						2,99	
	Вода		108,00	108,00							
		30/15/10				8,35	36,48	234,88	0,24		
	Батон нарезной		30,00	30,00							
			10,00	10,00							
			15,30	15,00							
Итого:		494			24,19	20,09	81,75	593,62	6,26		
Сок	2 - ой ЗАВТРАК									Согласно оборотки рецептов (документы) 2016г №418	
		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		
Салат из зеленого горошка к/с	ОБЕД									№10 СБ дошк 2016	
		50				1,49	2,59	3,13	41,80		5,50
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						№56 сб дошк 2016	
	масло растительное		2,50	2,50							
		180/20				7,02	2,71	8,82	91,41		6,00
	цыплята - бройлеры с/м		48,8	46							
	масса отварной мякоти птицы			20							
	крупя 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		1,30	1,30							
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						№372 СБ дошк 2016	
	масса отварной мякоти птицы			40,0							
	соус сметанный :										
	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							
Компот из изюма и яблок		180			0,35	0,12	26,20	108,00	0,00		ТТК
	яблоки свежие		16,53	14,5							
	изюм		9,18	9,0							
	масса отварных сухофруктов			14,4							
	Вода		183	183,0							
			6,0	6,0							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Хлеб ржаной		50	50,00	50,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		710			31,14	19,95	83,01	641,31	23,11		
ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)		200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016	
	кисломолочный напиток		205,00	200,00						табл 6 стр 136, Ддели +, 2012	
Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20			
Итого:		220			7,08	8,36	22,10	192,42	0,60		
УЖИН											
Омлет натуральный с сыром		200			23,90	39,23	3,40	463,33	0,13	№229, сб дошк 2016	
	яйцо		160	133,3							
	молоко		76	76							
	сыр		20,4	20							
	масло сливочное		4	4							
	соль иодированная		0,5	0,5							
Ватрушка с творогом	масса готового омлета			200						№410, 468 шк 2017	
		75			9,22	5,48	29,18	202,00	0,04		
	мука пшеничная		39,75	39,75							
	Яйцо куриное		2,52	2,10							
	Масло сливочное		1,80	1,80							
	вода питьевая		16,00	16,00							
	сахарный песок		2,10	2,10							
дрожжи сухие		0,30	0,30								

	соль иодированная		0,60	0,60						
	мука пшеничная		1,80	1,80						
	творог		30,00	29,25						
	Яйцо куриное		1,62	1,35						
	сахарный песок		1,65	1,65						
	мука пшеничная		1,35	1,35						
	Яйцо куриное		1,8	1,5						
	Масло растительное		0,3	0,3						
	Масло растительное		0,3	0,3						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Дели2016
	чай песовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		501			36,22	45,05	58,28	783,44	0,20	
ВСЕГО:		2125			99,64	93,45	265,33	2296,12	34,17	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с геркулесовой крупой	200			2,97	3,57	6,14	71,20	0,66	№101, сбшк2016
		12,00	12,00						
		1,60	1,60						
		140,00	140,00						
		60,00	60,00						
		2,00	2,00						
		0,80	0,80						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10			5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		15,30	15,00						
		10,00	10,00						
Итого:	435			12,45	19,31	27,68	325,63	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из свеклы отварной	50			0,70	3,01	4,13	46,4	3,33	№52 сб шк 2017
		60,80	47,50						
		3,00	3,00						
Рассольник домашний на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	180/11/5			3,45	6,30	10,40	119,17	9,61	№81, сб дошк2016
		19,25	12,54						
		13,17	12,54						
		1,32	1,1						
		1,06	0,88						
		1,1	1,1						
		0,11	0,11						
			11						
		71,82	54						
		18	14,4						
		9	7,2						
		8,64	7,2						
		3,6	3,6						
		19,66	10,8						
		0,70	0,70						
		126,00	126,00						
		5,00	5,00						
Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом	150/30			11,56	9,74	27,30	243,48	22,32	№308 СБ дошк 2016
		57,75	37,50						
		39,38	37,50						
		2,80	2,80						
			30,00						
		190,70	143,45						
			136,60						
		12,72	10,60						
		1,80	1,80						
			7,70						
		1,80	1,80						
		0,80	0,80						
		3,20	3,20						
			175,00						
			30,00						
		7,50	7,50						

Кисель	Мука пшеничная		22,50	22,50							
	вода	180	2,00	2,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК	
	Кисель-концентрат		21,00	21,00							
	Сахар		6,00	6,00							
Хлеб ржаной	вода	45	180,00 45,00	180,00 45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		2012	
Итого:		661			19,22	19,68	75,82	573,39	36,25		
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченное (молоко)	молоко	200	210,00	200,00	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016	
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20			
Итого:		220			7,37	8,78	23,78	203,53	2,73		
УЖИН											
Бульон с овощами и с птицей	цыплята-бройлеры с/м	120/60/20	52,36	34	18,64	16,70	6,25	250,14	7,22	ТТК	
	Бульон куриный		120	120							
	Лук репчатый		24	20							
	Морковь		13,75	11							
	Масло растительное		1	1							
	Зеленый горошек к/с		66,8	40							
	соль йодированная		0,6	0,6							
Эч-почмак с говядиной		100			13,20	14,93	57,30	414,29		Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий татарской кухни	
	мука пшеничная		30,20	30,20							
	в том числе на подпыл		1,00	1,00							
	яйцо		3,00	2,50							
	масло сливочное		2,50	2,50							
	сахарный песок		0,90	0,90							
	молоко		12,20	12,20							
	дрожжи сухие		0,30	0,30							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масса теста			48,75							
	фарш:										
	говядина б/к (попатка)		22,10	22,10							
	картофель		38,10	28,65							
	Лук репчатый		10,14	8,45							
	Масло сливочное		4,40	4,40							
	соль		0,60	0,60							
	масса фарша			63,70							
	яйцо для смазки изделий		1,92	1,60							
	масло растительное для смазки листов		0,30	0,30							
	масса готового эч-почмака			100,00							
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели2016	
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
Итого:		493			31,97	31,66	69,78	690,91	10,05		
ВСЕГО:		1929,00			72,80	80,02	222,26	1907,46	61,31		

2 неделя

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
		Ккал								
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д	
		22,50	22,50							
		90,00	90,00							
		68,00	68,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		3	3							
Котлеты рубленые из говядины	70			8,03	10,70	9,16	179,20		СБ дошкольн. №299, 2016	
		51,16	49							
		49	49							
		14,64	12,3							
		11	11							
		14,7	14,7							
		4,00	4,00							
		0,7	0,7							
			75,3							
		1	1							
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016	
		0,45	0,45							
		6	6							
		92	90							
		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сб дошк Дели2016	
		30,00	30,00							
		10,00	10,00							
Итого:		479		18,08	29,26	63,82	605,26	1,20		

2 - ой ЗАВТРАК

Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно сборника рецептов (дошкольн.) 2016г №418
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат картофельный с морковью и кукурузой к/с	60			1,80	3,81	14,22	98,52	3,75	№39,об шк2017
картофель		35,91	27						
кукуруза к/с		25,05	15						
морковь		18,75	15						
Масло растительное		3,6	3,6						
соль йодированная		0,3	0,3						
Суп из овощей на курином бульоне,с мясными фрикадельками,со сметаной	180/11/7			3,52	5,93	6,92	101,49	7,64	ТТК 535 23,12,2020
говядина(котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		13,09	12,54						
Лук репчатый		13,17	12,54						
Яйцо		1,32	1,1						
Вода для фарша		1,06	0,88						
соль йодированная		1,1	1,1						
масса полуфабриката		0,11	0,11						
масса готовых фрикаделек			15,73						
картофель		11	11						
капуста свежая		77,14	58						
морковь		31,25	25						
Лук репчатый		12,5	10						
Масло растительное		12	10,08						
соль йодированная		4	4						
Вода		0,8	0,8						
Сметана		130	130						
		7	7						
Ежики куриные в сметанно-томатном соусе	50/25			5,79	6,24	4,43	96,78	0,11	ТТК 748 от 03.10.2022
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		49,30	32,00						
вода		33,60	32,00						
крупя гречневая		5,00	5,00						
масса отварной рассыпчатой гречневой каши		5,90	5,90						
Лук репчатый			12,50						
Масло растительное		18,00	15,00						
масса пригущенного лука		2,50	2,50						
соль йодированная			7,50						
мука пшеничная		0,25	0,25						
масса полуфабриката		3,50	3,50						
соус сметанно- томатный:			60,00						
сметана		6,25	25,00						
мука пшеничная		1,88	1,88						
вода		18,75	18,75						
томатная паста		1,00	1,00						
соль йодированная		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 йодированная		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		15,00	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	50	50	50	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	693			19,91	17,13	93,84	580,62	12,15	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык)	200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		206	200						
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						
Итого:	250			11,70	11,20	32,86	272,89	0,75	
УЖИН									
Залеканка творожная с повидлом	150/50			16,75	18,19	63,75	533,38	0,00	№251, сб,дошк 2016
Творог		139,70	137,00						
Крупа манная		9,00	9,00						
Яйцо		7,60	6,30						
сахарный песок		12,00	12,00						
Сметана		6,00	6,00						
Масло сливочное		6,00	6,00						
Сухари панировочные		6,00	6,00						
соль йодированная		0,80	0,80						

Напиток из шиповника	повидло	180/6	51,00	50,00	0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18	18						
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Итого:		386			17,36	18,44	82,43	612,76	90,00	
ВСЕГО:		2008			68,05	76,03	293,15	2156,87	108,10	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,83	7,09	45,65	274,16	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						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Яйцо вареное	40			5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
яйцо		48,00	40,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сбдошк Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Сыр порционно	20			5,26	5,32		68,67	0,14	№15 сб шк2017
сыр		20,40	20,00						
Итого:	465			22,36	27,54	67,47	593,10	2,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из белокочанной и морской капусты	60			0,96	2,48	3,42	39,90	19,80	№22, сб дошк2016
капуста свежая		37,50	30,00						
масса прогретой капусты			27,00						
яблоки		17,10	15,00						
капуста морская		2,60	2,60						
масса отварной морской капусты			16,20						
масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с мясом	180/20			5,92	3,76	13,59	121,66	4,20	№91,128 сб дошк 2016
говядина б/к (лопатка)		32,0	32,0						
масса отварной говядины			20,0						
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 говядины	40/40			10,69	11,26	2,62	131,20	0,96	293 сб дошк 2016
говядина (лопатка б/к)		64,00	64,00						
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 Картофельное	150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		170,60	128,30						
Молоко		23,75	22,50						
Масло сливочное		5,25	5,25						
соль иодированная		0,75	0,75						
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 ржаной	50	50,00	50,00	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	720			24,21	22,30	71,41	560,21	44,46	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток	200			5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	№420 СБ дошк 2016

(Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		205,00	200,00						табл 10 стр 198, Дели + 2012
Кондитерское изделие	мармелад	10	10	10	1,47		20,63	112,05	0	
Итого:		215			7,27	5,00	28,63	212,05	0,08	
УЖИН										
Биточки рубленые из рыбы		80			11,90	7,00	3,98	126,50	0,22	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		81,6	60,0						
	крупа манная		63,0	60,0						
	яйцо		2,0	2,0						
	Лук репчатый		14,4	12,0						
	вода		17,9	15,0						
	соль иодированная		6,0	6,0						
	сахар		0,8	0,8						
	сухари панировочные		0,2	0,2						
	Масло растительное		6,0	6,0						
	Масса полуфабриката		2,0	2,0						
				95,0						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			6,84	3,88	30,65	181,83	0,52	№180, сб дошк 2016
	крупа гречневая		54,70	54,70						
	вода питьевая		82,00	82,00						
	соль иодированная		0,33	0,33						
	масса каши			115,00						
	морковь		22,00	17,00						
	лук репчатый		2,40	1,50						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весомой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	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:		436			21,14	11,14	55,62	405,31	3,57	
ВСЕГО:		1956			76,78	66,58	248,32	1894,67	60,28	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д	
		22,50	22,50							
		158,00	158,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		5,00	5,00							
Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 сб дошк Дели 2016	
		2,00	2,00							
		6,00	6,00							
		110,00	110,00							
		80,00	80,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сб дошк Дели 2016	
		30,00	30,00							
		10,00	10,00							
Итого:	405			11,47	18,06	60,47	450,84	2,48		
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно сборника рецептов (дошкольн.) 2016г №418	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		
ОБЕД										
Икра кабачковая	50	51,00	50,00	0,45	2,35	2,97	34,80		№54, сб дошк 2016	
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной	180/11/7			3,27	6,50	7,02	104,59	11,52	№73, сб дошк 2016	
		19,25	12,54							
		13,17	12,54							
		1,32	1,10							
		1,06	0,88							
		1,10	1,10							
		0,11	0,11							
			11,00							
		50,00	40,00							
		31,92	24,00							
		12,50	10,00							
		9,52	8,00							
		4,00	4,00							
		0,70	0,70							
		140,00	140,00							
		7,00	7,00							

Биточки "Домашние"		80			17,35	6,98	5,66	154,00	0,08	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м		101,8	66,1						
	или фарш куриный		69,4	66,1						
	морковь		18,75	15						
	Лук репчатый		14,4	12						
	соль иодированная		0,66	0,66						
	яйцо		0,96	0,8						
	Мука пшеничная		6	6						
	масло растительное		3	3						
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						
Компот из изюма		180			0,31	0,07	14,88	62,10	0,00	№394 СБ дошк 2016
	изюм		18,00	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,80						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		50	50,00	50,00	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		690			27,82	21,85	82,89	627,69	11,60	
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	200	210,00	200,00	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
Итого:		220			7,37	8,78	23,78	203,53	2,73	
УЖИН										
Омлет натуральный		200			15,49	20,01	57,60	446,97	0,35	№229, сб дошк 2016
	яйцо		128,4	107						
	молоко		100	100						
	масса омлетной смеси			206						
	масло сливочное		3,3	3,3						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	масса готового омлета			200						
Рыба отварная		80			13,99	1,90	0,63	64,00	0,11	№256 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		139,26	102,40						
	лук репчатый		5,76	4,80						
	морковь		3,40	2,72						
	соль иодированная		0,50	0,50						
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		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		506			32,58	22,25	83,93	629,07	0,49	
ВСЕГО:		2021			80,24	70,94	271,27	1996,47	21,30	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10			5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк 2016
		30,00	30,00						
		15,30	15,00						
		10,00	10,00						
Итого:	424			16,21	20,42	65,70	509,46	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Огурцы соленые порционно	50			1,56	4,43	1,93	53,88	2,78	№70 сб шк 2017
		91,00	50,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	180/20			4,65	6,22	8,41	114,78	0,64	№94 сб дошк 2016
		48,75	46,00						
			20,00						
		15,00	15,00						
		4,80	4,00						

	вода		2,80	2,80							
	Соль		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		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		15,00	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 +
Итого:		655				26,44	29,88	66,02	629,37	11,02	
ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	200	205,00	200,00		5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00		1,28	3,36	13,70	90,20		
Итого:		220				7,08	8,36	22,10	192,42	0,60	
УЖИН											
Запеканка творожная с повидлом		150/50				16,75	18,19	63,75	533,38	0,00	№251, сб дошк 2016
	Творог		139,70	137,00							
	Крупа манная		9,00	9,00							
	Яйцо		7,60	6,30							
	сахарный песок		12,00	12,00							
	Сметана		6,00	6,00							
	Масло сливочное		6,00	6,00							
	Сухари панировочные		6,00	6,00							
	соль йодированная		0,80	0,80							
	повидло		51,00	50,00							
Слойка сладкая		90				8,01	8,91	51,30	317,47	0,31	стр 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная		55,80	55,80							
	мука пшеничная на подпыл		1,80	1,80							
	яйцо		5,40	4,50							
	Масло сливочное		4,50	4,50							
	молоко		22,50	22,50							
	сахар		1,80	1,80							
	дрожжи сухие		0,72	0,72							
	соль йодированная		0,72	0,72							
	масса теста			90,00							
	прослойка:										
	сахар		9,00	9,00							
	Масло сливочное		4,50	4,50							
	масса полуфабриката			103,50							
	яйцо для смазки изделий		1,62	1,35							
	масло растительное для смазки листов		0,20	0,20							
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		0,45	0,45							
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
Итого:		483				24,89	27,12	121,28	877,33	3,14	
ВСЕГО:		1902				76,42	86,38	300,30	2322,58	27,01	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
		22,50	22,50						
		158,00	158,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Яйцо вареное	40			5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
		48,00	40,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сб дошк Дели 2016
		30,00	30,00						
		10,00	10,00						
Итого:	445			17,72	24,65	55,64	502,18	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									

Сок		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно оборотной решетки (дополн.к.) 2016г №418
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
Салат из свеклы с сыром	ОБЕД	60			3,09	5,45	4,27	78,42	2,77	№32 СБ дошк. 2016
	свекла		62,25	62,25						
	масса отварной очищенной свеклы			48,60						
	сыр		9,18	9,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной		180/11/7			3,45	6,63	9,96	117,51	6,20	№82 сбдошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		19,25	12,54						
	Лук репчатый		13,17	12,54						
	Лук репчатый		1,32	1,10						
	яйцо		1,06	0,88						
	вода		1,10	1,10						
	соль иодированная		0,11	0,11						
	Картофель		79,80	60,00						
	Крупа перловая		8,00	8,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		4,76	4,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
	Бульон		132,00	132,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Котлеты рыбные с маслом сливочным		75/5			8,56	7,60	10,31	144,36	0,22	№234 сб шк 2017
	рыба (монтай с/м БГ)		69,3	49,5						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	хлеб пшеничный		13,5	13,5						
	молоко		19,5	19,5						
	сахари паннровочные		7,5	7,5						
	масса полуфабриката			87						
	масло растительное		3,2	3,2						
	Масло сливочное		5	5						
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						
Булочка "Российская"		60			4,22	4,80	29,22	177,00	0,01	№430 СБ шк 2017
	мука пшеничная		34,00	34,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	сахар		10,00	10,00						
	сахар (для отделки)		2,00	2,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	молоко		5,00	5,00						
	яйцо		2,40	2,00						
	яйцо (для смазки)		1,80	1,50						
	дрожжи сухие		0,25	0,25						
	соль иодированная		0,35	0,35						
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 ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели +
Итого:		753			27,32	30,30	112,49	844,91	12,54	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)		200	210,00	200,00	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	молоко пшеничное	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
Итого:		220			7,37	8,78	23,78	203,53	2,73	
	УЖИН									
Капуста тушеная с мясом		180			11,99	6,90	11,63	163,33	25,72	ТТК 647 от 24.08.2022
	говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		39,20	37,50						
	масса готового мясного продукта		39,50	37,50						
	капуста свежая		180,00	144,00						
	вода питьевая		28,80	28,80						
	масса тушеной капусты			114,30						
	лук репчатый		11,70	9,80						
	Масло растительное		6,00	6,00						
	масса пассерованного лука			5,40						
	мука пшеничная		3,60	3,60						
	масса соуса			18,00						
	вода		18,00	18,00						
	морковь		1,50	1,20						
	лук репчатый		0,50	0,40						
	Масло растительное		0,24	0,24						
	мука пшеничная		0,84	0,84						
	масло сливочное		0,84	0,84						
	томатная паста		1,10	1,10						
	соль иодированная		0,18	0,18						
	сахарный песок		0,18	0,18						

	масса готового соуса			18,00							
	масса тушеной капусты с мясом			180,00							
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016	
	шиповник		18,00	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,Дети + 2012	
Итого:		396			14,88	7,39	45,07	313,21	115,72		
ВСЕГО:		2014			68,29	71,12	257,19	1949,17	137,02		
ИТОГО за 10 дней		19844,00			759,07	758,24	2658,62	20434,02	634,06		

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 Дети 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 Дети 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 Дети 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%