

Утверждено
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)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
Крупа рисовая		10,00	10,00						
Крупа пшеничная		7,50	7,50						
Молоко		75,00	75,00						
Вода		48,00	48,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Птица отварная с овощами	30/30			9,04	7,11	3,87	116,00	3,97	20.08.2022
цыплята - бройлеры с/м		73,14	69,00						
соль иодированная		0,30	0,30						
масса отварной мякоти птицы			30,00						
лук репчатый		26,40	22,00						
морковь		12,50	12,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
бульон		10,00	10,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395Дели2010
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	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:	424			18,08	22,42	46,22	445,73	5,81	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	120	120,00	120,00	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Икра морковная	30			0,6	0,03	6,17	27,36		ТТК
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)		23,80	22,80						
или фарш говяжий		23,94	22,80						
Лук репчатый		2,38	2,00						
Яйцо		1,92	1,60						
Вода для фарша		2,00	2,00						
соль иодированная		0,20	0,20						
масса полуфабриката фрикаделек			28,60						
масса готовых фрикаделек			20,00						
вермишель		6	6,00						
Картофель		60,00	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Голубцы ленивые со сметаной	140/10			11,60	12,54	22,56	230,30		№ 315 сб дошк 2016
капуста свежая		105,00	84,00						
говядина (котлетное мясо)		54,65	52,50						
или фарш говяжий		55,13	52,50						
крупа рисовая		7,00	7,00						
масса отварного риса			19,80						
Лук репчатый		16,80	14,00						
масло растительное		3,70	3,70						

	масса припущенного лука		7,00						
	соль	0,40	0,40						
	масса полуфабриката		162,20						
	масло растительное	1,00	1,00						
	сметана	10,00	10,00						
Напиток из сухофруктов		150		0,50	0,07	17,34	57	0,54	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		12,75						
	Сахар		5,00						
	вода		152,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	1,9	0,2	12,3	59	0	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		570		23,94	18,67	86,70	577,29	5,84	
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	3,28	4,80	32,00	192,00		табл 10 стр 202, Дели + 2012
Котлеты рыбные		60		7,70	3,65	6,71	87,18	0,40	№271 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		54,25	39,60					
	соль иодированная		0,60	0,60					
	хлеб пшеничный		10,80	10,80					
	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		0,40	0,40					
	Сахар		5,00	5,00					
	Вода		150,00	150,00					
Хлеб пшеничный		30	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		565		20,98	17,05	82,04	569,56	16,21	
ВСЕГО:		1679		64,80	58,74	240,16	1706,59	37,86	

День 2- ой

День 2- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №1Д
		18,00	18,00						
		70,00	70,00						
		53,00	53,00						
		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 Дели2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016
		24,00	20,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
		25,00	25,00						
		10,00	10,00						
Итого:	384			11,93	19,60	42,06	383,83	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	125	125,00	125,00	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
Итого:	125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
ОБЕД									
Салат из картофеля с соевыми огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк 2016
		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
цыплята - бройлеры с/м			34,20	22,80						
или фарш куриный			23,94	22,80						
Лук репчатый			2,40	2,00						
Яйцо			1,92	1,60						
Вода для фарша			2,00	2,00						
соль иодированная			0,20	0,20						
масса полуфабриката фрикаделек				28,60						
масса готовых фрикаделек				20,00						
Капуста свежая			15,00	12,00						
Картофель			15,96	12,00						
Морковь			7,50	6,00						
Лук репчатый			7,14	6,00						
Свекла			30,72	24,00						
Сахар			1,80	1,80						
Масло растительное			3,00	3,00						
соль иодированная			1,50	1,50						
Бульон			120,00	120,00						
Сметана			7,00	7,00						
Томатная паста			0,80	0,80						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	0,30	ТТК 1001 от 10.06.2024
цыплята - бройлеры с/м			40,00	26,00						
или фарш куриный			27,30	26,00						
хлеб пшеничный			6,00	6,00						
Вода			8,00	8,00						
Лук репчатый			9,60	8,00						
Масло растительное			1,50	1,50						
Масса припущенного лука				6,00						
Мука пшеничная			2,70	2,70						
Масса полуфабриката				48,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
масса готовых тефтелей				40,00						
сметанно-томатный соус:				20,00						
сметана			5,00	5,00						
Мука пшеничная			1,50	1,50						
вода			15,00	15,00						
томатная паста			1,00	1,00						
соль иодированная			0,16	0,16						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк.2016
макаронные изделия			38,50	38,50						
вода			231,00	231,00						
соль иодированная			1,10	1,10						
масло сливочное			3,00	3,00						
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 пшеничный		30	30,00	30,00	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		615			19,15	18,51	84,91	590,68	9,82	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое		180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 Сб дошк 2016
(молоко)			189,00	180,00						
Кондитерское изделие		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		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
чай всесовой			0,40	0,40						
Сахар			5,00	5,00						
лимон			5,55	5,00						
Вода			150,00	150,00						
Итого:		510			20,20	22,79	77,04	632,48	6,62	
ВСЕГО:		1634			53,27	63,30	214,64	1674,99	20,37	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3	18,00	18,00	4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	Крупа манная		123,00	123,00						
	Молоко		2,00	2,00						
	Сахар		0,40	0,40						
	соль иодированная		3,00	3,00						
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		6,00	6,00						
	Молоко		82,00	80,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/10/10			4,59	10,64	12,98	165,83		№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:		364			11,57	17,39	45,59	385,50	2,07	
2 - ой ЗАВТРАК										№386 СБ
Фрукты свежие		120	120,00	120,00	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
Итого:		120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД										акт проработки №10 от 15.06.2016
Салат из квашеной капусты		30	34,32	24,00	0,51	1,50	2,54	25,71		
	капуста квашеная		3,60	3,00						
	лук репчатый		1,50	1,50						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	масло растительное									
Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки, с мясом индейки		150/20			8,37	7,38	9,99	147,75	3,50	СБ дошк.2016 №87
	филе индейки (грудок или бедра)		28	28						
	масса отварного филе индейки			20						
	Картофель		40,00	30,00						
	Горох колотый		12,15	12,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	Морковь		9,60	7,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	Бульон		105,00	105,00						
Плов из отварной индейки		150			6,92	5,95	34,32	217,98	4,08	№265 сбшк 2017
	филе индейки (грудок или бедра)		33,60	33,60						
	масса отварного филе индейки			24,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,93	7,50						
	Морковь		12,50	10,00						
	Крупа рисовая		32,00	32,00						
	вода		65,00	65,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масса гарнира			126,00						
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			27,60						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		2012
Итого:		575			21,50	15,69	90,18	597,30	7,58	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										№420 СБ дошк 2016
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)		180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
Булочка дорожная		50			3,39	4,20	21,07	160,50		№453 сб дошк 2016
	кисломолочный напиток									
	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						

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 запеченный	120			3,26	7,07	25,31	182,40		№147 сб шк 2017
Картофель		231,60	174,00						
соль иодированная		0,30	0,30						
масло растительное		5,00	5,00						
Напиток из шиповника	150/5			0,5	0,2	12,23	52,5	75	№399 сб дошк 2016
шиповник		15,00	15,00						
сахар		5,00	5,00						
вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,40	0,30	14,70	72,00	0,00	2012
Итого:	595			22,76	18,37	85,25	627,40	75,68	
ВСЕГО:	1654			57,63	52,05	246,22	1724,20	95,33	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			свая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,50	17,50						
Молоко		70,00	70,00						
Вода		53,00	53,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Котлеты рубленые из говядины	50			5,74	7,64	6,54	128,00		Сб дошкольн. №299, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		35,00	35,00						
лук репчатый		10,40	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
Вода		5,20	5,20						
сухари панировочные		2,80	2,80						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			61,90						
Масло растительное		0,60	0,60						
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	25/10/20			2,04	7,99	25,99	181,50	0,10	
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
повидло		20,40	20,00						
Итого:	421			15,72	22,82	65,90	525,93	1,94	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	125	-125,00	125,00	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	Согласно сборника рецептов (попоекны) 2016г №418
Итого:	125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 сб дошк 2016
зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы	150/20			5,86	5,34	7,34	103,85	5,42	№86 сб дошк 2016
цыплята-бройлеры с/м		48,60	46,00						
масса отварной мякоти птицы			20,00						
крупя пшеничная		9,00	9,00						
картофель		60,00	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Бульон		105,00	105,00						
Птица, тушенная в соусе с овощами	150			13,34	10,37	12,90	198,00	8,71	№319 Сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		73,00	69,00						

	масса отварной мякоти птицы			30,00						№372 Сб дошк 2016
	соус сметанный :									
	Вода или отвар		15,00	15,00						
	сметана		5,00	5,00						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,00						
	Картофель		87,20	65,60						
	морковь		32,00	25,60						
	Лук репчатый		17,60	14,40						
	масло растительные		1,20	1,20						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	масса овощей с соусом			120,00						
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		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		2012
Итого:		580			26,22	18,15	74,48	555,01	14,67	

	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						
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		1,10	1,10						
	мука пшеничная		0,90	0,90						
	Яйцо куриное		1,20	1,00						
	Масло растительное		0,20	0,20						
	Масло растительное		0,20	0,20						
Омлет натуральный с сыром		150			11,25	15,44	2,55	289,10	0,35	№229,сб дошк2016
	яйцо		120,00	100,00						
	молоко		57,00	57,00						
	сыр		15,30	15,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	2012
Итого:		570			25,33	23,89	51,44	616,10	1,66	
ВСЕГО:		1696			69,26	67,26	202,45	1765,05	20,77	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			ская ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный с вермишелью	180			3,94	3,42	12,93	108,00		№100,сб дошк 2016
		14,40	14,40						
		1,00	1,00						
		126,00	126,00						
		54,00	54,00						
		1,80	1,80						
		0,70	0,70						
Какао с молоком	150/5			3,06	2,66	4,99	48,86	1,19	№416 Дели2016
		1,70	1,70						
		5,00	5,00						
		90,00	90,00						
		67,00	67,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/10			4,59	10,64	12,98	165,83		№3 сб дошк2016
		25,00	25,00						
		10,20	10,00						

Масло сливочное			10,00	10,00						
Итого:		380			11,59	16,72	30,90	322,69	1,19	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие		120	120,00	120,00	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
Итого:		120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД										
Винегрет овощной		40			0,56	4,02	2,92	50,04	3,85	№46 дошк 2016
	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	огурцы соленые		14,56	8,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп из овощей, с мясными фрикадельками, со сметаной		150/20/5			5,07	6,09	5,82	104,47	6,35	ТТК 535 23.12.2020
	говядина (котлетное мясо б/к)		23,80	22,80						
	или фарш говяжий		23,94	22,80						
	Лук репчатый		2,38	2,00						
	Яйцо		1,92	1,60						
	Вода для фарша		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масса полуфабриката фрикаделек			28,60						
	масса готовых фрикаделек			20,00						
	капуста свежая		23,75	19,00						
	морковь		9,40	7,50						
	Лук репчатый		9,60	8,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода		112,50	112,50						
	Сметана		5	5,00						
Котлеты рубленые из говядины		60			10,10	11,22	9,86	180,91	0,72	ТТК от 25.01.2023
	говядина (котлетное мясо б/к)		43,68	42,00						
	или фарш говяжий		43,68	42,00						
	лук репчатый		12,39	10,50						
	Хлеб пшеничный		10,00	10,00						
	Вода		6,00	6,00						
	сухари панировочные		3,50	3,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масса полуфабриката			72,50						
	Масло растительное		0,70	0,70						
Каша гречневая рассыпчатый с овощами, с маслом сливочным		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180 сб дошк 2016
	Крупа гречневая		47,60	47,60						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	Вода питьевая		71,00	71,00						
	морковь		16,50	13,20						
	лук репчатый		2,00	1,70						
	масло сливочное		2,00	2,00						
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 пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Делн + 2012
Хлеб ржаной		50	50,00	50,00	3,30	0,60	19,80	99,00		табл 6 стр 144,Делн + 2012
Итого:		622			25,03	23,95	88,98	679,32	11,60	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие		10	10	10	1,09		15,28	83	0	табл 10 стр 198,Делн + 2012
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	34,00						
	Бульон куриный		100,00	100,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	Морковь		13,75	11,00						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	Зеленый горошек ю/с		50,10	30,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Элеш с птицей		100			10,9	14	22,3	245		Согласно сборнику рецептов 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		5,00	5,00						
	яйцо куриное		6,00	5,00						
	сметана		12,50	12,50						

	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста		51,60	52,00						
	цыплята - бройлеры с/м		34,58	36,00						
	картофель		7,20	6,00						
	Лук репчатый		5,00	5,00						
	Масло сливочное		0,80	0,80						
	соль			72,00						
	масса фарша		1,20	1,00						
	яйцо куриное для смазки		0,20	0,20						
	изделия									
	масло растительное									
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Итого:		620			35,57	34,68	55,93	683,06	8,68	
ВСЕГО:		1742			73,98	75,94	201,01	1799,07	31,47	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,36	0,00	ТТК №6Д
		17,70	17,70						
		70,00	70,00						
		53,00	53,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		4,00	4,00						
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016
		24,00	20,00						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6,00	6,00						
		82,00	80,00						
		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/10			1,96	7,98	12,98	131,50		№1 Дели2010
		25,00	25,00						
		10,00	10,00						
Итого:	375			11,18	20,00	45,52	406,77	1,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	125	125,00	125,00	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	рецептур (дошкольн.)
Итого:	125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
ОБЕД									
Икра морковная	30			0,6	0,03	6,17	27,36		ТТК
		31,30	25,00						
		6,00	5,00						
		4,00	4,00						
		1,50	1,50						
		0,30	0,30						
		0,30	0,30						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	150/20/7			4,12	6,75	9,03	116,89	5,26	№82 сб дошк2016
		35,00	22,80						
		23,94	22,80						
		2,40	2,00						
		1,92	1,60						
		2,00	2,00						
		0,20	0,20						
			28,60						
			20,00						
		66,50	50,00						
		6,00	6,00						
		7,50	6,00						
		3,57	3,00						
		2,00	2,00						
		18,20	10,00						
		0,80	0,80						
		114,00	114,00						
		7,00	7,00						
Тефтели куриные (без риса) запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	0,30	ТТК 1001 от 10.06.2024
		40,00	26,00						

	или фарш куриный		27,30	26,00						
	хлеб пшеничный		6,00	6,00						
	Вода		8,00	8,00						
	Лук репчатый		9,60	8,00						
	Масло растительное		1,50	1,50						
	Масса припущенного лука			6,00						
	Мука пшеничная		2,70	2,70						
	Масса полуфабриката			48,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			40,00						
	сметанно-томатный соус:			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	томатная паста		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,16	0,16						
Вермишель отварная		110			4,15	0,49	23,41	114,62		№219 Сб дошк.2016
	вермишель		38,50	38,50						
	вода		231,00	231,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масло сливочное		1,70	1,70						
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 пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		2012
Итого:		607			19,98	13,33	96,86	593,46	6,10	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 Сб дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Дели + 2012
Сырники творожные с молоком сгущенным		100/20			20,18	17,90	22,92	334,00		№ 245 сб дошк 2016
	Творог		102,00	100,00						
	мука пшеничная		13,00	13,00						
	Яйцо		4,80	4,00						
	Сахар		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	15,57	66,15	75	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,00	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		475			27,45	26,35	61,26	592,35	77,46	
ВСЕГО:		1582			60,59	62,08	214,28	1660,58	87,31	

День 7 - ой										
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов	
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды				
		брутто	нетто				Ккал	С		
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	ТТК №10Д	
		17,50	17,50							
		70,00	70,00							
		53,00	53,00							
		2,00	2,00							
		0,40	0,40							
		3,00	3,00							
Кофейный напиток с молоком	180/6			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							
Птица отварная с овощами	30/30			9,04	7,11	3,87	116,00	3,97	20.08.2022	
		73,14	69,00							
		0,30	0,30							
			30,00							
		26,40	22,00							
		12,50	12,00							

Бутерброд с маслом сливочным	Масло сливочное бульон	25/10	2,50 10,00	2,50 10,00						№1 Дели2010
	Батон нарезной Масло сливочное		25,00 10,00	25,00 10,00	1,96	7,98	12,98	131,50		
Итого:		424			18,94	22,28	50,22	463,93	5,81	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие		120	120,00	120,00	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
Итого:		120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34, сб дошк2016
	Свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки, с мясом индейки		150/20			7,21	6,97	11,34	145,35	4,07	№91,289 сб дошк 2016
	филе индейки (грудок или бедра)		28,00	28,00						
	масса отварного филе индейки			20,00						
	картофель		66,60	50,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,20	6,00						
	Масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	бульон		112,50	112,50						
	клецки:			15,00						
	мука пшеничная		4,60	4,60						
	Масло сливочное		0,50	0,50						
	яйно		1,60	1,32						
	вода		7,30	7,30						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса теста			13,50						
	масса готовых клецек			15,00						
Гуляш из отварной индейки		30/30			10,16	6,05	2,04	102,23	1,64	293 сб дошк 2016
	филе индейки с/м		42,00	42,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварного филе индейки			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	Лук репчатый		6,36	5,30						
	томатная паста		0,90	0,90						
	масло растительное		2,00	2,00						
	вода		22,50	22,50						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным		110/2			3,12	1,55	21,64	112,94		№180 сб школы. 2017
	крупа перловая		43,00	43,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	вода питьевая		71,00	71,00						
	масса рассыпчатой каши			100,00						
	Лук репчатый		2,00	1,70						
	морковь		16,50	13,20						
	масло сливочное		2,00	2,00						
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 пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		2012
Итого:		612			26,81	17,95	84,39	615,39	6,39	
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
Омлет натуральный		150			11,12	13,08	25,64	237,07	0,28	№229,сб дошк2016
	яйцо		120,00	100,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		560			23,30	19,95	81,48	559,20	3,56	
ВСЕГО:		1716			70,85	60,78	241,29	1752,53	25,76	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
Крупа манная		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
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	25/10/10			4,59	10,64	12,98	165,83		№3 сб дошк2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:	374			12,50	18,43	41,58	373,92	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	125	125,00	125,00	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	№386 СБ
Итого:	125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками	40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошк 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоки свежие		11,40	10,00						
Сахар		2,00	2,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками со сметаной	150/20/7			3,97	6,66	6,59	106,39	9,70	№73,сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		35,00	22,80						
или фарш куриный		23,94	22,80						
Лук репчатый		2,40	2,00						
яйцо		1,92	1,60						
вода		2,00	2,00						
соль иодированная		0,20	0,20						
масса полуфабриката фрикаделек			28,60						
масса готовых фрикаделек			20,00						
Капуста свежая		37,50	30,00						
Картофель		23,94	18,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
вода		120,00	120,00						
Сметана		7,00	7,00						
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	47,30						
или фарш куриный		49,64	47,28						
морковь		14,10	11,28						
Лук репчатый		15,12	12,60						
соль иодированная		0,40	0,40						
яйцо		0,72	0,60						
Мука пшеничная		4,50	4,50						
масло растительное		2,40	2,40						
Гороховое пюре	110			9,96	2,48	25,64	163,90		№199 сб шк 2017
горох колотый		56,10	55,00						
соль		0,40	0,40						
вода питьевая		138,00	138,00						
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		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный	35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		
Итого:	617			29,45	23,33	90,72	695,76	10,32	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
молоко	50	189,00	180,00						
Булочка с сахаром				3,80	6,00	26,31	136,67	0,16	№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						
Рыба, тушеная с овощами		40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№229 школьн. 2017
	минтай ПБГ		69,1	51,0						
	вода питьевая		8,0	8,0						
	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		110/2			2,66	4,62	27,55	162,47		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	2012
Итого:		592			17,85	26,39	106,87	699,65	2,64	
ВСЕГО:		1708			61,79	70,55	249,80	1837,33	17,71	

День 9- ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
		18,00	18,00						
Крупа пшеничная		70,00	70,00						
Молоко		53,00	53,00						
Вода									
		2,00	2,00						
Сахар		0,40	0,40						
соль йодированная		3,00	3,00						
Масло сливочное									
Говядина тушеная с овощами по-татарски	30/30			9,01	2,80	4,02	77,83	3,96	ТТК №753 от 20.08.2022
		48,00	48,00						
говядина лопатка		0,30	0,30						
соль йодированная			30,00						
масса отварной говядины		26,40	22,00						
лук репчатый		12,50	12,00						
морковь		2,50	2,50						
Масло сливочное		10,00	10,00						
бульон				2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
Чай с молоком, сахаром	170/6								
		0,45	0,45						
чай весовой		6,00	6,00						
Сахар		82,00	80,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 сб дошк Дели2016
		25,00	25,00						
Батон нарезной		5,00	5,00						
Масло сливочное									
Итого:	409			19,68	14,14	57,91	438,70	5,88	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	120	120,00	120,00	1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	№386 СБ
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из квашеной капусты	30			0,51	1,50	2,54	25,71		акт проработки №10 от 15.06.2016
		34,32	24,00						
капуста квашеная		3,60	3,00						
лук репчатый		1,50	1,50						
сахарный песок		1,50	1,50						
масло растительное									
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/20			6,22	7,04	7,04	121,85	0,54	№94 сб дошк2016

	цыплята-бройлеры с/м		48,80	46,00						
	масса отварной мякоти птицы			20,00						
	Мука пшеничная		11,30	11,30						
	Яйцо		3,60	3,00						
	вода		2,10	2,10						
	Соль		0,20	0,20						
	Масса лапши			12,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	Бульон		143,00	143,00						
	Соль		0,50	0,50						
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		80,50	76,00						
	масса готовой мякоти птицы			33,00						
	картофель		144,70	108,80						
	лук репчатый		11,30	9,40						
	морковь		5,90	4,70						
	Масло сливочное		3,80	3,80						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	вода питьевая		18,80	18,80						
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 пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		555			24,08	24,65	58,93	562,76	6,87	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
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 йодированная		0,17	0,17						
Запеканка творожная с повидлом		120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	0,56	№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 йодированная		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 Дели 2010
	чай всесовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Итого:		520			20,77	21,45	76,44	620,78	3,13	
ВСЕГО:		1604			66,33	60,84	218,48	1736,24	25,88	

День 10 - ый

День 10 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
Соль йодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Яйцо вареное	20			2,54	2,30	0,14	31,50		№227 СБ дошк 2016
яйцо		24,00	20,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						

	Молоко		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода	25/10/10	108,00	108,00	4,59	10,64	12,98	165,83		№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:		394			15,77	21,63	45,40	425,66	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок		125	125,00	125,00	1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	(пожарный) 2016г №418
Итого:		125			1,99	2,40	10,63	68,00	2,50	
ОБЕД										
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34, сб дошк 2016
	Свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной		150/20/5			5,35	5,03	9,15	105,01	5,08	№86 дошк 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		23,80	22,80						
	или фарш говяжий		23,94	22,80						
	Лук репчатый		2,38	2,00						
	Яйцо		1,92	1,60						
	Вода для фарша		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масса полуфабриката фрикаделек			28,60						
	масса готовых фрикаделек			20,00						
	картофель		59,85	45,00						
	крупка рисовая		3,00	3,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	вода питьевая		105,00	105,00						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Сметана		5,00	5,00						
Котлеты рыбные		60			7,36	8,14	8,87	138,48	0,19	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		54,26	39,60						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	хлеб пшеничный		10,80	10,80						
	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						
Кисель		150			0,45	0,08	22,65	92,70	0,83	№648 сбшк 2004
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,80	89,01		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		617			23,17	22,35	99,98	696,37	8,09	

	масса каши		105,00						
	морковь	15,00	12,00						
	лук репчатый	18,00	15,00						
	масло сливочное	1,50	1,50						
	масса пассерованных овощей		15,00						
	масса каши с овощами		120,00						
Напиток из шиповника	150/5			0,50	0,20	12,23	52,50	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник	15,00	15,00						
	сахар	5,00	5,00						
	вода	150,00	150,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	дошк 399 сб дошк 2016 2012
Итого:	535			17,66	17,52	69,17	506,58	76,42	
ВСЕГО:	1671			58,58	63,90	225,17	1696,61	88,85	
ИТОГО за 10 дней	16686			637,08	635,43	2253,51	17353,20	451,31	
В среднем на 1 воспитанника в день	1669			63,71	63,54	225,35	1735,32	45,13	

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 унитанности ;

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%