



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	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		5,00	5,00						
Птица отварная с овощами	40/30			11,15	8,47	3,87	136,67	3,97	ТТК №752 от 20.08.2022
пыпльта - бройлеры с/м		97,50	92,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса отварной мякоти птицы			40,00						
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	№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:	481			21,77	26,17	55,49	531,54	6,00	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120,00	120,00	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 морковная	50			1,01	0,05	10,28	45,6		ТТК
морковь		50,00	40,00						
лук репчатый		9,60	8,00						
томатная паста		7,00	7,00						
масло растительное		2,50	2,50						
сахарный песок		0,50	0,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/20			5,92	4,39	12,72	124,36	6,04	№88,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		0,18	0,18						
Масса полуфабриката			28,60						
масса готовых фрикаделек			20,00						
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						
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	120/30			10,16	10,45	21,01	201,98	0,650	№314 сб дошк.2016
капуста свежая		91,00	72,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		47,00	45,00						
или фарш говяжий		45,00	45,00						
крупа рисовая		6,00	6,00						
масса отварного риса			17,00						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		3,00	3,00						
масса припущенного лука			10,00						
яйцо		6,00	5,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
масса полуфабриката			139,00						
масло растительное		1,00	1,00						
соус сметанно-томатный									
мука пшеничная		2,25	2,25						
вода		22,50	22,50						
сметана		7,50	7,50						

Напиток из сухофруктов	томатная паста	180	1,20	1,20						№394 СБ дошк 2016
	соль йодированная		0,30	0,30						
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00	0,60	0,08	20,81	68,18	0,65	
	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		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		660			23,39	15,75	99,31	592,31	7,34	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	200	205,00	200,00	5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	3,28	4,80	32,00	192,00		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
Котлеты рыбные		80			10,27	4,86	8,94	116,21	0,53	№271 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		72,34	52,80						
	соль йодированная		0,80	0,80						
	хлеб пшеничный		14,40	14,40						
	молоко		20,80	20,80						
	сухари панировочные		8,00	8,00						
	масса полуфабриката			92,50						
	масло растительное		3,00	3,00						
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 йодированная		0,75	0,75						
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	0,00	19,68	0,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		676			25,65	18,85	93,42	564,31	19,33	
ВСЕГО:		1937			72,61	61,37	273,43	1802,16	42,67	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,83	7,26	29,50	202,64		ТТК №1Д
Крупа полбяная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
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						
Итого:	449			15,91	23,17	51,32	469,07	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар)	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно сборнику рецептур (попозвонок.) 2016г №418
в ассортименте									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	60			0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк2016
огурцы соленые		32,76	18,00						
картофель		32,90	24,00						
морковь		15,36	12,00						
лук репчатый		3,60	3,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	180/20/7			4,21	7,24	9,72	127,24	7,92	№88 сб дошк2016
Капуста свежая		20,00	16,00						
Картофель		21,28	16,00						
Морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Свекла		41,00	32,00						

	Сахар		2,40	2,40							
	Томат-паста		1,00	1,00							
	Масло растительное		4,00	4,00							
	соль иодированная		0,80	0,80							
	Бульон		140,00	140,00							
	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			28,60							
	фрикаделек			20,00							
	масса готовых фрикаделек			20,00							
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	Сметана	50/25	7,00	7,00	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024	
	цыплята - бройлеры с/м		50,00	32,50							
	или фарш куриный		34,20	32,50							
	хлеб пшеничный		7,50	7,50							
	Вода		10,00	10,00							
	Лук репчатый		12,00	10,00							
	Масло растительное		2,00	2,00							
	Масса припущенного лука			7,50							
	Мука пшеничная		3,50	3,50							
	Масса полуфабриката			60,00							
	Масло растительное		2,00	2,00							
	масса готовых тефтелей			50,00							
	сметанно-томатный соус:			25,00							
	сметана		6,25	6,25							
	Мука пшеничная		1,88	1,88							
	вода		18,75	18,75							
	томатная паста		1,25	1,25							
	соль иодированная		0,20	0,20							
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/3			4,93	2,75	27,70	155,22	0,00	№219 СБ дошк 2016	
	макаронные изделия		45,50	45,50							
	вода		275,00	275,00							
	соль иодированная		0,50	0,50							
Компот из свежих яблок	Масло сливочное	180	3,00	3,00	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:		735			21,93	22,08	97,86	669,25	12,73		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	200	210,00	200,00	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 134, Дели + 2012	
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		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:		563			20,84	23,34	79,11	648,51	7,70		
ВСЕГО:		1947			59,67	68,59	248,49	1872,17	25,86		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			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						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6,00	6,00						
		92,00	90,00						

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода	30/15/10	90,00	90,00	5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		15,30	15,00						
	Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:		426			13,95	21,57	54,99	467,80	2,44	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		120	120,00	120,00	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 квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85		акт проработки №10 от 15.06.2016
	капуста квашеная		57,20	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	сахарный песок		2,50	2,50						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки, с мясом индейки		180/20			9,56	4,55	12,01	136,41	4,29	№87, сб дошк2016
	филе индейки (грудок или бедра)		28	28						
	масса отварного филе индейки			20						
	Картофель		47,88	36,00						
	Морковь		11,52	9,00						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		126,00	126,00						
Плов из отварной индейки		200			18,40	19,11	32,51	396,00	0,35	№265, сбшк2017
	филе индейки (грудок или бедра)		44,80	44,80						
	масса отварного филе индейки			32,00						
	масло сливочное		8,00	8,00						
	Лук репчатый		11,90	10,00						
	Морковь		16,25	13,00						
	Крупа рисовая		55,00	55,00						
	вода		86,00	86,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
	масса гарнира			168,00						
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:		710			33,70	26,87	93,00	779,56	7,08	
УПЛОТНЕННЫЙ 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
Булочка дорожная		50			3,39	4,90	30,10	165,50		№453 сб дошк2016
	Мука пшеничная		30,50	30,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Масло сливочное		6,50	6,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		15,30	15,30						
	масса полуфабриката для крошки:			57,00						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	масса крошки			2,00						
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00						
Фрикадельки рыбные отварные		80			13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	или фарш рыбный		60,00	60,00						
	хлеб пшеничный		12,00	12,00						
	яйцо		9,60	8,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,12	0,12						
	вода питьевая		12,00	12,00						
Картофель запеченный		150			4,08	8,84	31,64	228,00		№147 сб шк 2017
	Картофель		290,00	218,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	масло растительное		5,00	5,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	вода питьевая		180,00	180,00						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	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

День 4 - ый

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Ватрушка с творогом	75	205,00	200,00	9,22	5,48	29,18	202,00	0,04	№410,468 шк 2017
		39,75	39,75						
мука пшеничная		2,52	2,10						
Яйцо куриное		1,80	1,80						
Масло сливочное		16,00	16,00						
вода питьевая		2,10	2,10						
сахарный песок		0,30	0,30						
дрожжи сухие		0,60	0,60						
соль иодированная		1,80	1,80						
мука пшеничная		30,00	29,25						
творог		1,62	1,35						
Яйцо куриное		1,65	1,65						
сахарный песок		1,35	1,35						
мука пшеничная		1,80	1,50						
Яйцо куриное		0,30	0,30						
Масло растительное		0,30	0,30						
Масло растительное									
Омлет натуральный с сыром	200	160,00	133,30	23,90	39,23	3,40	463,33	0,13	№229,сб дошк2016
		76,00	76,00						
молоко		20,40	20,00						
сыр		4,00	4,00						
масло сливочное		0,50	0,50						
соль иодированная			200,00						
масса готового омлета									
Чай с сахаром	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Дели2016
		6,00	6,00						
сахар		180,00	180,00						
Вода									
Хлеб пшеничный	40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	701			42,02	50,05	66,68	885,66	0,80	
ВСЕГО:	2125			94,28	97,34	249,91	2237,36	25,24	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с вермишелью	200	16,00	16,00	4,38	3,80	14,36	120,00		№100,сб дошк 2016
		1,10	1,10						
макаронные изделия		140,00	140,00						
Сахар		60,00	60,00						
Молоко		2,00	2,00						
Вода		0,80	0,80						
Масло сливочное									
соль йодированная									
Какао с молоком	180/6	2,00	2,00	3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
		6,00	6,00						
Какао-порошок		110,00	110,00						
Сахар		80,00	80,00						
Молоко									
Вода									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	30,00	30,00	5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк2016
		15,30	15,00						
Батон нарезной		10,00	10,00						
Сыр									
Масло сливочное									
Итого:	441			13,86	19,54	35,90	374,43	1,62	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120,00	120,00	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									
Винегрет овощной	60	20,64	15,00	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	№46 дошк. 2016
		15,30	12,00						
картофель		11,40	9,00						
свекла		21,84	12,00						
морковь		10,71	9,00						
огурцы соленые		3,60	3,60						
лук репчатый									
масло растительное									
Суп из овощей на курином бульоне, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/20/7	23,80	22,80	5,32	7,03	7,00	119,63	7,60	ТТК 535 23,12,2020
		23,94	22,80						
говядина (котлетное мясо б/к)		2,38	2,00						
или фарш говяжий		1,92	1,60						
Лук репчатый		2,00	2,00						
Яйцо		0,20	0,20						
Вода для фарша									
соль иодированная									
масса полуфабриката фрикаделек			28,60						
фрикаделек									
масса готовых фрикаделек			20,00						
картофель		77,14	58,00						
капуста свежая		31,25	25,00						
морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		12,00	10,08						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,80	0,80						
Вода		130,00	130,00						
Сметана		7,00	7,00						

Котлеты рубленные из говядины	70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	ТТК от 25.01.2023
говядина (котлетное мясо б/к)		51,16	49,00						
или фарш говяжий		51,45	49,00						
Лук репчатый		14,64	12,30						
Хлеб пшеничный		11,00	11,00						
Вода		14,70	14,70						
Сухари панировочные		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
масса полуфабриката			75,30						
масло растительное		1,00	1,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами, с маслом сливочным	130/2			3,80	2,37	26,43	141,96		№180 сб дошк 2016
Крупа гречневая		54,70	54,70						
соль иодированная		0,33	0,33						
Вода питьевая		82,00	82,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	1,50						
масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017
яблоки свежие		31,92	28,00						
вода		183,00	183,00						
сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	724			26,39	29,35	90,17	739,07	15,03	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, кагык)	200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		205,00	200,00						
Кондитерское изделие	10	10,00	10,00	1,09		15,28	83	0	табл 10 стр 198, Дели + 2012
мармелад									
Бульон с овощами и с птицей	120/60/20			18,64	16,70	6,25	250,14	7,22	ТТК
цыплята-бройлеры с/м		52,36	34,00						
Бульон куриный		120,00	120,00						
Лук репчатый		24,00	20,00						
Морковь		13,75	11,00						
Масло растительное		1,00	1,00						
Зеленый горошек к/с		66,80	40,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Элеш с птицей	100			10,90	14,00	22,30	245,00		Согласно оформленной рецептур блоч и кулинарных изделий ресторанной 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			52,00						
цыплята - бройлеры с/м		51,60	36,00						
картофель		34,58	26,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
соль		0,80	0,80						
масса фарша			72,00						
яйцо куриное для смазки									
изделия		1,20	1,00						
масло растительное		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:	703			36,56	35,73	58,46	706,84	10,65	
ВСЕГО:	1988			78,60	85,21	209,73	1934,34	37,30	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
крупка пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Яйцо вареное	40	48,00	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
яйцо									
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		92,00	90,00						

Вода		30/10	90,00	90,00	2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сбдошк Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным										
Батон нарезной			30,00	30,00						
Масло сливочное			10,00	10,00						
Итого:		449			15,13	23,17	54,94	489,06	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	Согласно сборника рецептов (дополнит.) 2016г. №418
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД										
Икра морковная		50			1,01	0,05	10,28	45,6		ТТК
морковь			50,00	40,00						
лук репчатый			9,60	8,00						
томатная паста			7,00	7,00						
масло растительное			2,50	2,50						
сахарный песок			0,50	0,50						
соль иодированная			0,50	0,50						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной		180/20/7			4,36	7,36	10,47	129,76	6,26	№82 сбдошк 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						
фрикаделек				28,60						
масса готовых фрикаделек				20,00						
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						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		50/25			6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024
цыплята - бройлеры с/м			50,00	32,50						
или фарш куриный			34,20	32,50						
хлеб пшеничный			7,50	7,50						
Вода			10,00	10,00						
Лук репчатый			12,00	10,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
Масса припущенного лука				7,50						
Мука пшеничная			3,50	3,50						
Масса полуфабриката				60,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
масса готовых тефтелей				50,00						
сметанно-томатный соус:				25,00						
сметана			6,25	6,25						
Мука пшеничная			1,88	1,88						
вода			18,75	18,75						
томатная паста			1,25	1,25						
соль иодированная			0,20	0,20						
Вермишель отварная		130			4,90	0,58	27,66	135,46		№219 Сб дошк.2016
вермишель			45,5	45,50						
вода			275	275,00						
соль иодированная			0,35	0,35						
масло сливочное			2	2,00						
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 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	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		722			21,92	15,18	106,22	618,69	7,29	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое		200			6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016
(молоко)			210,00	200,00						
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
печенье										
Сырники творожные с молоком сгущенным		120/30			23,92	21,47	25,23	390,40		№ 245 сб дошк 2016
Творог			122,40	120,00						
мука пшеничная			15,60	15,60						
Яйцо			6,00	5,00						
Сахар			6,00	6,00						
соль иодированная			0,50	0,50						
Масло растительное			3,00	3,00						
молоко сгущенное			30,60	30,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016

шиповник		18,00	18,00						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Итого:	556			31,90	30,50	67,69	673,31	92,73	
ВСЕГО:	1927			69,95	68,85	249,06	1866,40	105,22	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3			6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ТТК №10Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
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						
Птица отварная с овощами	40/30			11,15	8,47	3,87	136,67	3,97	ТТК №752 от 20.08.2022
		97,50	92,00						
		0,40	0,40						
			40,00						
		26,40	22,00						
		12,50	12,00						
		2,50	2,50						
		10,00	10,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,33	8,12	15,55	144,60		№1 сбдошк Дели2016
		30,00	30,00						
		10,00	10,00						
Итого:	473			22,87	25,15	60,62	547,35	6,00	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	120	120,00	120,00	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 с маслом растительным	60			0,85	3,66	5,01	56,34		№34, сб дошк2016
		72,96	57,00						
		3,60	3,60						
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки, с мясом индейки	180/20			7,64	7,52	13,60	162,66	4,76	№91,128 сб дошк 2016
		28,00	28,00						
			20,00						
		79,80	60,00						
		9,00	7,20						
		8,60	7,20						
		1,80	1,80						
		0,70	0,70						
		135,00	135,00						
			18,00						
		5,50	5,50						
		0,60	0,60						
		1,90	1,60						
		8,80	8,80						
		0,20	0,20						
			16,20						
			18,00						
Гуляш из отварной индейки	40/40			13,55	8,08	2,72	136,31	2,19	293 сб дошк 2016
		56,00	56,00						
		0,40	0,40						
			40,00						
		17,50	14,00						
		8,50	7,10						
		1,20	1,20						
		2,70	2,70						
		30,00	30,00						
		2,00	2,00						
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным	130/3			3,69	2,29	25,58	137,68		№180 сб школы, 2017
		47,60	47,60						
		0,33	0,33						
		82,00	82,00						
			115,00						
		2,40	2,00						
		22,00	17,00						
		3,00	3,00						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017

	яблоки свежие		31,92	28,00						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный		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	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		733			30,69	22,34	89,75	675,44	7,76	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, хатык)	кисломолочный напиток	200	205,00	200,00	5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	4,2	2,065	26,25	128,1	0	табл 10 стр 202, Дели + 2012
Омлет натуральный		200			14,82	17,44	34,19	316,09	0,37	№229,сб дошк 2016
	яйцо		163,20	136,00						
	молоко		70,00	70,00						
	масса омлетной смеси			206,00						
	масло сливочное		3,50	3,50						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	масса готового омлета			200,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 412 сб дошк Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		663			27,61	24,81	91,89	652,92	3,28	
ВСЕГО:		1989			82,97	72,90	267,46	1989,71	27,04	

День 8 - ой

День 8 - ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	22,50	22,50	5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д
		158,00	158,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Какао с молоком	180	2,00	2,00	3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 сб дошк Дели2016
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/10	30,00	30,00	5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк2016
		15,30	15,00						
		10,00	10,00						
Итого:	420			14,95	22,49	60,47	501,84	2,67	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	рецептур (дошкольн.) 2016г №418
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками	60			0,65	0,11	5,18	24,24		№39 дошк. 2016
		57,25	45,80						
		17,10	15,00						
		3,00	3,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной	180/20/7			4,18	7,26	7,53	117,16	11,59	№73,сб дошк 2016
		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						
		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 или фарш куриный		101,80 69,40	66,10 66,10						
	морковь		18,75	15,00						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	соль иодированная		0,66	0,66						
	яйцо -		0,96	0,80						
	Мука пшеничная		6,00	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Гороховое пюре		130			11,79	2,96	30,29	196,94		№199 сб шк 2017
	горох колотый		66,30	65,00						
	соль		0,50	0,50						
	Вода питьевая		163,00	163,00						
Компот из урюка	масло сливочное	180	2,40	2,40	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов		6,00	28,80						
	Сахар		183,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
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	3,30	0,49	19,80	80,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		737			39,19	17,97	94,90	687,73	14,11	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	200	210,00	200,00	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	№419 СБ дошк 2016
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						
Рыба, тушеная с овощами		50/25			4,00	13,24	27,13	245,23		№229 школы. 2017
	минтай ПБГ		86,30	63,00						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	морковь		12,50	10,00						
	томатная паста		2,00	2,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	соль		0,20	0,20						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб дошк Лепш 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:		683			22,23	30,66	119,93	839,34	2,91	
ВСЕГО:		2040			77,37	71,12	295,50	2114,25	23,69	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
Крупа пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Говядина тушная с овощами по-татарски	40/30			11,81	3,18	4,07	92,66	3,99	ТТК №753 от 20.08.2022
говядина лопатка		64,00	64,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса отварной говядины			40,00						
лук репчатый		26,40	22,00						
морковь		12,50	12,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
бульон		10,00	10,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						

Бутерброд с маслом сливочным	Молоко		92,00	90,00						
	Вода	30/5	90,00	90,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб дошк Делк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		474			24,50	15,55	69,71	518,12	6,05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		120	120,00	120,00	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 квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85		акт проработки №10 от 15.06.2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	капуста квашеная		57,20	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	сахарный песок		2,50	2,50						
	масло растительное		2,50	2,50						
	цыплята-бройлеры с/м	180/20	48,75	46,00	4,65	6,22	8,41	114,78	0,64	№94 сб дошк2016
	масса отварной мякоти птицы			20,00						
	Мука пшеничная		15,00	15,00						
	Яйцо		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						
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	Бульон		170,00	170,00						
	Соль		0,70	0,70						
	цыплята - бройлеры с/м	180	97,50	92,00	16,66	18,61	17,05	303,43	6,95	ТТК 580/а от 24.06.2020
	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
Хлеб пшеничный	сухофрукты		15,00	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Делк + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10	0,00	табл 6 стр 144, Делк + 2012
Итого:		685			27,25	28,11	78,16	665,34	8,24	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток		200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)										
Булочка "Российская"		60	205,00	200,00	4,22	4,80	29,22	177,00	0,01	№430 СБ шк 2017
Запеканка творожная с повидлом	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 йодированная		0,35	0,35						
	Творог	150/50	139,70	137,00	16,75	18,19	63,75	533,38	0,00	№251, сб дошк 2016
	Крупа манная		9,00	9,00						
	Яйцо		7,60	6,30						
	сахарный песок		12,00	12,00						
	Сметана		6,00	6,00						
Чай с сахаром и лимоном	Масло сливочное		6,00	6,00						
	Сушари панировочные		6,00	6,00						
	соль йодированная		0,80	0,80						
	повидло		51,00	50,00						
	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб дошк Делк2016
Чай с сахаром и лимоном	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		653			26,90	28,01	107,60	839,08	3,44	
ВСЕГО:		1 932			80,45	72,27	280,67	2 136,54	27,73	

День 10 - ый

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

ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком	180	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
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	30,00 15,30 10,00	30,00 15,00 10,00	5,81	12,55	15,55	195,60	0,19	№3 сб дошк 2016
Итого:	460			21,20	29,08	55,64	553,18	2,22	
2 - ой ЗАВТРАК									Согласно оборотной рецептур (дошк. №418)
Сок	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	72,96 3,60	57,00 3,60	0,85	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/20/7	23,80 23,94 2,38 1,92 2,00 0,20 28,60 20,00 71,82 3,50 9,00 8,54 1,80 126,00 0,60 7,00	22,80 22,80 2,00 1,60 2,00 0,20 28,60 20,00 54,00 3,50 7,20 7,20 1,80 126,00 0,60 7,00	5,59	5,36	10,90	115,90	6,07	№86 дошк. 2016
Котлеты рыбные с маслом сливочным	75/5	69,30 0,70 13,50 19,50 7,50 87,00 3,20 5,00	49,50 0,70 13,50 19,50 7,50 87,00 3,20 5,00	8,56	7,60	10,31	144,36	0,22	№234 сб шк 2017
Макаронные изделия отварные с овощами	130	35,00 0,50 18,75 14,40 3,50 5,00	35,00 0,50 15,00 12,00 3,50 5,00	4,48	5,19	24,72	163,28	2,35	№205 сб шк 2017
Кисель	180	21,00 6,00 180,00	21,00 6,00 180,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
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	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели +
Итого:	732			24,52	22,60	94,78	691,22	13,64	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	200	205,00	200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	200	52,00 52,00 1,00	50,00 50,00 1,00	11,17	12,30	27,90	268,50	1,17	ТТК

	крупа гречневая		35,00	35,00						
	вода питьевая		112,00	112,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса каши			140,00						
	морковь		18,75	15,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	масса пассерованных овощей			20,00						
	масса каши с овощами			160,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,00	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Итого:		636			21,14	21,15	83,44	610,80	91,77	
ВСЕГО:		2028			67,86	72,83	254,06	1940,54	111,63	
ИТОГО за 10 дней		19865			762,77	741,57	2606,23	19988,43	537,83	
В среднем на 1 воспитанника в день		1987			76,28	74,16	260,62	1998,84	53,78	

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

учреждений, 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 соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%