

Утверждаю  
 Директор ООО "АБК - Пэймент"  
 Рахматуллин Р.Р.



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто (в гр)	нетто (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,17	30,09	207,62	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		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Вода		108,00	108,00						
Вутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>10,59</b>	<b>14,08</b>	<b>51,58</b>	<b>361,97</b>	<b>2,03</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,17</b>	<b>76,26</b>	<b>3,60</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови припущенной с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ дошк 2016
морковь		57,25	45,80						
яблоки свежие		17,10	15,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			6,91	7,04	12,72	150,49	6,59	№88, сб дошк2016
цыпльята - бройлеры с/м		26,3	17,1						
или фарш куриный		17,1	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
Яйцо		1,44	1,2						
Вода для фарша		1,5	1,5						
соль иодированная		0,15	0,15						

Утверждаю  
 Директор ООО"АБК - Пэймент"  
 Рахматуллин Р.Р.

Согласовано  
 Руководитель дошкольной образовательной  
 организации И.Н. Митрофанова

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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,17	30,09	207,62	0,86	ГТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеничная		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	400			10,59	14,08	51,58	361,97	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД									
Салат из моркови припущенной с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ дошк 2016
морковь		57,25	45,80						
яблоки свежие		17,10	15,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			6,91	7,04	12,72	150,49	6,59	№88,сб дошк2016
цыплята - бройлеры с/м		26,3	17,1						
или фарш куриный		17,1	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
Яйцо		1,44	1,2						
Вода для фарша		1,5	1,5						
соль иодированная		0,15	0,15						

	Масса полуфабриката			21,5						
	масса готовых фрикаделек			15						
	Картофель	79,80		60,00						
	Морковь	10,00		8,00						
	Лук репчатый	9,52		8,00						
	суповая засыпка (звездочки)	8,00		8,00						
	Масло растительное	4,00		4,00						
	соль иодированная	1,20		1,20						
	Вода	132,00		132,00						
Котлеты рубленые из говядины		70			11,03	10,70	9,16	179,20		СБ дошкольн №299, 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		51,16	49						
	или фарш говяжий		49	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						№354 сбдошк20 16
Капуста тушеная		150			3,06	5,52	11,84	115,50	25,62	
	Капуста свежая		215,00	172,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Морковь		3,75	3,00						
	Мука пшеничная		1,80	1,80						
	Масло растительное		5,25	5,25						
	Сахар		4,50	4,50						
	соль иодированная		1,00	1,00						
Компот из свежемороженых фруктов		180			0,22	0,13	10,06	43,56	1,62	№394 СБ дошк 2016
	фрукты свежемороженые		20,00	20,00						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,0	6,0						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		700			24,83	24,02	66,72	601,87	36,45	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	10,19	101,94	1,26	№420 СБ дошк 2016
	сахар		3,00	3,00						
Кондитерские изделия	вафли	20	20,00	20,00	0,79	6,12	12,51	108,40		табл 10 стр 202, Ддели +,2012
		<b>200</b>			<b>6,01</b>	<b>10,62</b>	<b>22,69</b>	<b>210,34</b>	<b>1,26</b>	
<b>УЖИН</b>										

Пудинг рыбный		60/20			10,11	6,85	7,98	134,03	0,46	№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		68,34	50,25						
	масса отварной рыбы			39,75						
	Хлеб пшеничный		8,25	8,25						
	яйцо		6,3	5,25						
	молоко		12	12						
	масло сливочное		2,25	2,25						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло растительное		1	1						
	масса пудинга			60						
	Соус молочный									
	молоко		10	10						
	масло сливочное		1,1	1,1						
	Мука пшеничная		1,1	1,1						
	Вода		10	10						
	Сахар		0,2	0,2						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,15	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134_Дели + 2012
Итого:		425			14,93	11,55	45,38	344,87	17,45	
ВСЕГО:		1905,00			57,26	60,28	204,54	1595,31	60,79	

День 2- ой

Наименование блюдо и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто (в гр )	нетто (в гр )	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/5			7,75	7,06	39,88	254,62	0,86	ГТК №1Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		4,50	4,50						
		0,90	0,90						
		5,00	5,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	405			15,06	15,45	60,70	434,12	2,33	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	60			0,73	4,70	5,38	66,83	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 бульоне из индейки, со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№110, сб шк2004
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		2,00	2,00						
Бульон		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Плов из отварной индейки	200			11,19	17,93	40,80	384,55	0,18	№443, сб шк2004
индейка филе		44,80	44,8						
масса отварного мяса			32,0						
масло сливочное		8,0	8,0						
Лук репчатый		11,9	10,00						
Морковь		16,3	13,00						
Крупа рисовая		55,0	55,0						
вода		86,0	86,0						
соль иодированная		2,0	2,0						
масса гарнира			168,0						
Кисель	180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, сб шк2004
Кисель-концентрат		21,00	21,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	697			18,27	27,97	99,43	745,34	12,51	
ПОЛДНИК									

Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	180			5,23	4,50	7,57	91,89	0,54	№420 СБ дошк 2016
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк201 6
	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						
<b>Итого:</b>		<b>230</b>			<b>8,62</b>	<b>11,48</b>	<b>28,64</b>	<b>252,39</b>	<b>0,54</b>	
Запеканка творожная с повидлом	УЖИН	130/20			22,82	20,06	25,22	372,60	0,66	№251, сбдошк 2016
	Творог		121,55	119,20						
	Крупа манная		7,80	7,80						
	Яйцо		6,50	5,42						
	Сахар		10,40	10,40						
	Сметана		5,20	5,20						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	соль иодированная		0,65	0,65						
	повидло		20,00	20,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )		100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 201 6
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>467</b>			<b>25,62</b>	<b>20,72</b>	<b>56,02</b>	<b>516,29</b>	<b>13,49</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1979,00</b>			<b>68,46</b>	<b>75,62</b>	<b>262,96</b>	<b>2024,39</b>	<b>32,47</b>	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5								
Завтрак Крупа кукурузная		22,50	22,50	6,84	7,10	45,70	274,44	0,86	ТТК №2Д

	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		4,50	4,50						
	соль иодированная		0,90	0,90						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Чай с молоком,сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6	6						
	Молоко		92	90						
	Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		400			12,17	14,00	71,69	461,88	2,24	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		50			0,90	0,05	1,50	11,50	15,00	№47 СБ дошк 2016
	капуста квашеная		57,20	40,00						
	Лук репчатый		6,00	5,00						
	сахар		2,50	2,50						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы		180/10			3,76	3,81	8,75	87,89	6,17	№86 сб дошк 2016
	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 цыплята - бройлеры с/м		120,00	120,00						
	масса отварной мякоти птицы		29,50	26,2						
				10,0						
Фрикадельки мясные в молочном соусе		50/25			7,60	10,33	8,89	161,44	0,16	№ 305 сб дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		39,70	38,00						
	или фарш говяжий		38,00	38,00						
	Хлеб пшеничный		8,00	8,00						
	Вода		10,00	10,00						
	лук репчатый		4,20	3,50						
	Масса полуфабриката			59,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	Соус молочный:									
	Молоко		12,50	12,50						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Мука пшеничная		1,30	1,30						
	Вода		12,50	12,50						
	Сахар		0,30	0,30						

	соль иодированная		0,30	0,30						
Макаронные изделия отварные с маслом		130/3			4,94	2,72	27,66	154,96		№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		1,30	1,30						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,07	10,50	45	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>673</b>			<b>20,35</b>	<b>17,51</b>	<b>75,14</b>	<b>549,64</b>	<b>57,69</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дели +,2012
<b>Итого:</b>		<b>220</b>			<b>8,23</b>	<b>8,42</b>	<b>38,41</b>	<b>263,20</b>	<b>2,34</b>	
<b>УЖИН</b>										
Фрикадельки рыбные отварные		80			9,41	1,10	6,45	73,60	0,42	№279 сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		81,60	60,00						
	хлеб пшеничный		60,00	60,00						
	яйцо		12,00	12,00						
	масло сливочное		9,60	8,00						
	соль иодированная		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,12	0,12						
	вода питьевая		12,00	12,00						
Картофель тушёный с овощами в соусе		140			4,10	6,67	31,30	202,43	36,09	№144 сбшк 2016
	Картофель		173,00	130,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,40	7,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	соус			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Чай с мармеладом		160/15			0	0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						

	вода питьевая		160	160						
	мармелад		15	15						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		425			15,79	8,01	81,51	455,95	36,54	
ВСЕГО:		1898			57,43	47,95	284,91	1806,93	102,41	

День 4 - 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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Омлет натуральный	150			15,14	16,90	2,69	223,57	0,28	№229,сб дошк201 6
яйцо		138	115						
молоко		40	40						
масса омлетной смеси			155						
масло сливочное		5	5						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса готового омлета			150						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Вода		108,00	108,00						
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или бана,или мандарин)	100			0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	2012 стр.186 табл.9
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
Батон нарезной		30,00	30,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		10,00	10,00						
Итого:	475			21,15	24,03	33,58	424,12	39,61	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свеклы отварной с яблоками	60			0,65	3,65	6,72	62,33	3,86	№36 сб шк2016
свекла		51,45	40,50						
яблоки свежие		17,70	15,60						
сахар		1,80	1,80						
масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный гороховый на курином бульоне	200			4,39	4,22	13,23	118,60	4,66	№87, сб дошк201 6
Картофель		53,2	40						
Горох		16,2	16						
Морковь		12,8	10,00						
Лук репчатый		9,6	8,00						
Масло растительное		4	4						

	соль иодированная		0,2	0,2						
	Бульон		140	140						
Птица, тушеная в соусе с овощами		200			4,39	4,22	13,23	118,60	32,40	№319 СБ дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		112	105,0						
	масса отварной мякоти птицы			40,0						
	соус сметанный :									№372 СБ дошк 2016
	Вода или отвар		15	15,0						
	сметана		5	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	картофель		129	97,0						
	морковь		37,5	30,00						
	Лук репчатый		28	23,00						
	зеленый горошек к/с		10	6,00						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	масса овощей с соусом			160,0						
Компот из изюма		180			0,31	0,07	14,88	62,06	0,00	№394 СБ дошк 2016
	изюм		18,00	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,80						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,0	6,0						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		710			14,62	12,89	78,20	509,53	40,92	
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык, <b>напиток ацидофильный</b> )	кисломолочный напиток	180			5,40	1,80	7,21	66,67	1,44	№420 СБ дошк 2016
			185,00	180,00						
Булочка с сахаром		50			7,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№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						
	<b>Масса полуфабриката</b>			<b>59,00</b>						

	Яйцо (на смазку изделий)		1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
<b>Итого:</b>		230			13,27	3,55	26,64	191,67	1,71	
<b>УЖИН</b>										
Пудинг творожный со сгущенным молоком		130/20			21,16	18,37	42,17	418,60	0,49	№438 СБ 2004
	Творог		112,06	110,50						
	Манная крупа		10,40	10,40						
	Яйцо		7,80	6,50						
	Сахарный песок		10,40	10,40						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	Сметана		5,20	5,20						
	сгущенное молоко		20,00	20,00						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		360			23,50	18,63	62,96	513,11	0,52	
<b>ВСЕГО:</b>		1955			<b>73,44</b>	<b>59,10</b>	<b>219,54</b>	<b>1714,69</b>	<b>86,36</b>	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
<b>ЗАВТРАК</b>										
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							
		1,00	1,00							
Какао с молоком	180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010	
		2,00	2,00							
		6,00	6,00							
		110,00	110,00							
		80,00	80,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016	
		30,00	30,00							
		5,10	5,00							
		5,00	5,00							
<b>Итого:</b>	420			10,28	11,96	26,96	250,69	2,13		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										

Кисель		180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Итого:		180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	
	ОБЕД									
Салат из картофеля с зеленым горошком к/с		60			1,60	3,22	9,62	74,21	11,71	№26 СБ шк 2017
	Картофель		44,70	33,60						
	морковь		11,25	9,00						
	зеленый горошек к/с		15,00	9,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп из овощей с куриными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			4,64	7,97	6,94	123,46	7,93	ТТК 535 23,12,202 0
	цыплята - бройлеры с/м		17,50	11,40						
	или фарш куриный		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	картофель		62,50	50,00						
	капуста свежая		31,25	25,00						
	зеленый горошек к/с		16,70	10,00						
	морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		1,50	1,50						
	Вода		130,00	130,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Суфле рыбное		70			12,02	7,61	1,59	122,77	0,28	№284 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	масса отварной рыбы			50,00						
соус молочный										№371 СБ дошк 2016
	Молоко		6,30	6,30						
	Масло сливочное		1,00	1						
	Мука пшеничная		1,00	1						
	вода		1,30	1,30						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса соуса молочного			8,40						
	сыр мягкий		11,42	11,20						
	Яйцо		13,44	11,20						
	масса полуфабриката			77,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/3			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		2,60	2,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		3,00	3,00						

Напиток из яблок		180			0,14	0,14	9,32	39,92	3,40	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		34,0	30,0						
	вода		183,0	183,0						
	сахар		6,0	6,0						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>685</b>			<b>24,52</b>	<b>22,68</b>	<b>77,03</b>	<b>617,94</b>	<b>23,32</b>	
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>7,02</b>	<b>8,10</b>	<b>21,42</b>	<b>186,13</b>	<b>2,34</b>	
УЖИН										
Икра морковная		50			1,01	0,05	10,28	45,60	2,11	№135 от 26.02.201
	Морковь		50	40						
	Лук репчатый		9,6	8						
	Томат-паста		7	7						
	Масло растительное		2,5	2,5						
	Сахар		0,5	0,5						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		170/30			11,62	27,21	33,25	410,32	7,39	№308 СБ дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		43,90 42,50	42,50						
	Масло сливочное масса готового мясного фарша		2,60	2,60						
	Картофель масса отварного протертого картофеля		216,30	162,6/15 7,3						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса припущенного лука			8,50						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная сухари панировочные		1,70 3,20	1,70 3,20						
	масса полуфабриката выход готовой запеканки			200,00 170,00						
	Соус сметанный :			30,00						
	Сметана		7,50	7,50						
	Мука пшеничная		2,00	2,00						
	вода		22,50	22,50						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	467			15,03	27,52	64,52	552,61	12,33	
ВСЕГО:	1952,00			56,85	70,25	204,94	1667,43	41,12	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетич еская	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр )		белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
		брутто	нетто						
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная с маслом сливочным	180/5			4,19	4,78	23,94	155,42		ТТК № 6Д
крупя пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль йодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5	5						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>9,51</b>	<b>11,68</b>	<b>49,93</b>	<b>342,86</b>	<b>1,38</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,17</b>	<b>76,26</b>	<b>3,60</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Икра кабачковая	50			1,37	3,59	7,27	66,90	2,34	№57 СБ дошк 2016
икра кабачковая		51	50						
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200			2,15	2,27	13,964	94,6	6,6	№88 СБ дошк 2016
вермишель		8	8						
картофель		80	60						
морковь		10	8						
лук репчатый		10	8						
масло растительное		2	2						
бульон куриный		140	140						
соль йодированная		1,3	1,3						
Жаркое из птицы по-домашнему	200			15,28	10,36	19,11	230,30	8,06	ТТК №580/а от 24.06.202 0
цыплята - бройлеры с/м		110,00	103,90						

	масса отварной мякоти птицы			53,00						
	картофель		183,50	138,00						
	лук репчатый		13,90	11,60						
	морковь		8,40	6,70						
	масло сливочное		6,30	6,30						
	соль йодированная		0,90	0,90						
	вода питьевая		26,00	26,00						
	масса готовых овощей			147,00						
<b>Фрукты свежие</b>										
	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	дошк. 2016
<b>Напиток из citrusовых</b>										
	апельсин	180	23,50	15,75	0,42	0,07	8,6	42	23,47	№346, СБ дошк 2016
	лимон		17,50	15,75						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	вода		144,00	144,00						
<b>Хлеб ржаной</b>										
		45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Ддели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>775</b>			<b>22,59</b>	<b>17,24</b>	<b>76,58</b>	<b>570,00</b>	<b>50,47</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
<b>Кисломолочный напиток</b>										
	(кефир, ряженка, катык, йогурт)	180			5,23	4,50	7,57	91,89	0,54	№420 Сб дошк 2016
	кисломолочный напиток		185	180						
<b>Кондитерские изделия</b>										
	вафли	20	20,00	20,00	0,79	6,12	12,51	108,40		табл 10 стр 202, Ддели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>6,01</b>	<b>10,62</b>	<b>20,07</b>	<b>200,29</b>	<b>0,54</b>	
<b>УЖИН</b>										
<b>Гуляш из индейки</b>										
	индейка филе	35/35	49,00	49,0	9,41	9,72	3,20	138,76	3,00	№293 сб дошк 2016
	Вода		23,0	23,0						
	Морковь		15,0	12,0						
	Лук репчатый		7,20	6,0						
	Томатная паста		1,00	1,0						
	Мука пшеничная		1,8	1,8						
	Масло растительное		2,3	2,3						
	соль йодированная		0,6	0,6						
	Масса соуса			35,0						
<b>Каша пшеничная вязкая на воде</b>										
	пшеничная крупа	130	26,00	26,00	3,47	3,67	21,26	131,95		№331 Сб дошк 2016
	вода		100,00	100,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	Масло сливочное		2,35	2,35						
<b>Напиток из шиповника растворимого</b>										
	Шиповник растворимый	180/6	1,35	1,35	0,61	0,25	6,71	31,49	89,93	№ 417 Ддели 2016
	сахар		6	6						
	Вода питьевая		180	180						

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>410</b>			<b>15,77</b>	<b>13,88</b>	<b>45,94</b>	<b>372,77</b>	<b>92,93</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1965</b>			<b>54,78</b>	<b>53,43</b>	<b>210,69</b>	<b>1562,18</b>	<b>148,92</b>	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,70	274,44	0,86	ТТК №2Д
Крупа кукурузная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
Батон нарезной		30,00	30,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		10,00	10,00						
<b>Итого:</b>	<b>410</b>			<b>12,05</b>	<b>14,03</b>	<b>69,09</b>	<b>436,99</b>	<b>2,19</b>	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,17</b>	<b>76,26</b>	<b>3,60</b>	
ОБЕД									
Салат из моркови припущенной с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ дошк 2016
морковь		57,25	45,80						
яблоки свежие		17,10	15,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с мясом птицы	180/10			4,03	3,89	12,17	108,21	8,87	№83 сб дошк 2016
картофель		106,6	80						
Морковь		10	8,00						
Лук репчатый		9,6	8,00						
Масло растительное		2	2						
соль иодированная		0,2	0,2						
вода		130	130						
цыплята - бройлеры с/м		29,5	26,2						
масса отварной мякоти птицы			10,00						
Биточки рубленые из рыбы	70			8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3
рыба (минтай с/м БГ)		71,40	52,50						

	или фарш рыбный		52,50	52,50						
	крупа манная		1,75	1,75						
	яйцо		12,60	10,50						
	Лук репчатый		15,47	13,00						
	вода		5,25	5,25						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сахар		0,20	0,20						
	сухари									
	панировочные		5,25	5,25						
	Масло растительное		1,75	1,75						
	Масса									
	полуфабриката			83,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			7,09	3,97	32,33	193,13	1,36	№180, сб дошк2016
	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		2,60	1,70						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из с/м фруктов		180			0,11	0,09	12,8	53	1,86	№394, сб дошк2016
	фрукты									
	свежезамороженные		13,00	13,00						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	вода		182,00	182,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		678			23,38	14,02	90,49	591,97	14,93	0,00
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		180/3			5,22	4,50	10,19	101,94	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
	сахар		3,00	3,00						
Ватрушка с творогом		75			9,22	5,48	29,18	202,00	0,04	№410,468 шк 2017
	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						

<b>Итого:</b>	255			14,44	9,98	39,37	303,94	1,30	
<b>УЖИН</b>									
Котлеты рубленые из говядины	80			12,58	12,19	10,44	204,29		СБ дошкольн №299, 2016
говядина б/к (котлетное мясо)		58,5	56,0						
или фарш говяжий		56,0	56,0						
лук репчатый		16,7	14,0						
Хлеб пшеничный		13,0	13,0						
Вода		11,0	11,0						
сухари панировочные		4,5	4,5						
соль йодированная		0,7	0,7						
масса полуфабриката			99,0						
Масло растительное		1,0	1,0						
Рагу из овощей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,сб дошк 2016
картофель		94,5	70,0						
морковь		30,0	24,0						
масса запеченной моркови			22,0						
Лук репчатый		24,0	20,0						
масса припущенного лука			16,0						
капуста свежая		21,0	17,0						
масса припущенной капусты			15,0						
соль йодированная		0,8	0,8						
Масло растительное		5,0	5,0						
соус:									№366 ,сб дошк 2016
вода		40,0	40,00						
Масло сливочное		1,8	1,8						
Мука пшеничная		1,8	1,8						
Морковь		3,0	2,4						
Лук репчатый		1,4	1,2						
томатная паста		2,40	2,40						
Масло сливочное		0,6	0,6						
сахар		0,4	0,4						
соль йодированная		0,4	0,4						
масса соуса			40,00						
масса рагу			150,0						
Чай с мармеладом	180/15			0	0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
вода питьевая		180	180						
мармелад		15	15						
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>435</b>			<b>17,11</b>	<b>19,81</b>	<b>68,57</b>	<b>517,20</b>	<b>8,71</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1958</b>			<b>67,87</b>	<b>57,85</b>	<b>285,69</b>	<b>1926,36</b>	<b>30,73</b>	

День 8 - 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	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,76	29,12	199,67	1,05	ТТК №4Д
Крупа манная		22,50	22,50						

	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		4,50	4,50						
	соль иодированная		0,90	0,90						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком		180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		400			11,43	14,44	50,62	370,17	2,48	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД										
Винегрет с солеными огурцами		60			0,84	6,02	4,37	75,04	5,78	№46,сб дошк 2016
	Картофель		20,64	15,00						
	Свекла		15,30	12,00						
	Морковь		11,40	9,00						
	Огурцы соленые		21,84	12,00						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	Лук репчатый		10,71	9,00						
Щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками,со сметаной		180/10/7			3,79	6,47	5,97	102,10	11,61	№73,128, сб дошк 2016
	Капуста свежая		50,00	40,00						
	Картофель		31,92	24,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		1,50	1,50						
	вода		140,00	140,00						
	говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
	или фарш говяжий		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	вода		1,00	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	соль иодированная		0,90	0,90						
	масса полуфабриката фрикаделек			<b>14,30</b>						
	масса готовых фрикаделек			<b>10,00</b>						
	Сметана		7,00	7,00						
Тeftели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		50/25			10,37	10,70	8,22	170,97	2,39	ТТК 698 от 09.04.202 1
	цыплята - бройлеры с/м		48,80	31,70						
	или фарш куриный		31,70	31,70						
	вода		5,00	5,00						
	рис		4,20	4,20						

	масса отварного рассыпчатого риса			12,50						
	Лук репчатый	10,80		9,00						
	Масло растительное	1,50		1,50						
	масса припущенного лука			7,50						
	соль иодированная	0,30		0,30						
	мука пшеничная	3,50		3,50						
	масса полуфабриката соус сметанно-томатный:			25,00						
	сметана	6,25		6,25						
	мука пшеничная	1,90		1,90						
	вода	18,80		18,80						
	томатная паста	1,00		1,00						
	соль йодированная	0,20		0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/3			4,94	2,72	27,66	154,96		№219, сб дошк2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		1,30	1,30						
	Вода		275,00	275,00						№394 СБ дошк 2016
Компот из изюма		180			0,31	0,07	14,88	62,06		
	изюм		18,00	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,80						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,0	6,0						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		690			23,22	26,52	78,95	654,32	19,78	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дели +,2012
<b>Итого:</b>		220			8,23	8,42	38,41	263,20	2,34	
<b>УЖИН</b>										
Омлет натуральный		150			15,14	16,90	2,69	223,57	0,28	№229, сб дошк2016
	яйцо		138	115						
	молоко		40	40						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		5	5						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	масса готового омлета			150						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100			0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	2012 стр.186 табл.9
			135	100						

Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						
лимон		8,00	7,00						
Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:	467			18,34	17,36	31,19	358,26	41,11	
ВСЕГО:	1957			62,12	66,74	217,33	1722,21	69,31	

День 9- 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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5			7,75	7,06	39,88	254,62	0,86	ТТК № 9Д
Крупа пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Чай с молоком,сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	405			14,42	14,66	65,19	451,05	2,28	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из квашеной капусты	50			0,90	0,05	1,50	11,50	15,00	№47 СБ дошк 2016
капуста квашеная		57,20	40,00						
Лук репчатый		6,00	5,00						
сахар		2,50	2,50						
масло растительное		2,50	2,50						
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	180/7			1,63	4,71	8,87	88,49	6,05	№82 сбдошк 2016
Картофель		79,80	60,00						
Крупа перловая		8,00	8,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		4,76	4,00						
Масло растительное		3,00	3,00						

	огурцы соленые		21,84	12,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
	Бульон		132,00	132,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Гуляш из отварной говядины		35/35			9,34	9,85	2,29	114,69	0,84	№293 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		56,00	56,0						
	Масса отварного мяса			35,0						
	Вода		26,3	26,3						
	Морковь		15,4	12,3						
	Лук репчатый		7,30	6,1						
	Мука пшеничная		1,8	1,8						
	Масло растительное		2,3	2,3						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	Масса соуса			35,0						
Пюре Картофельное		150			3,06	4,80	20,43	137,18	18,15	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		171,00	128,50						
	Молоко		23,70	22,50						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	Соль иодированная		0,55	0,55						
Кисель		180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, сб шк2004
	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	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		682			17,91	19,95	65,92	501,09	41,04	
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,40	1,80	7,21	66,67	1,44	№420 СБ дошк 2016
Слойка сладкая		50			4,22	4,81	29,22	177,00	0,17	стр 150 СбКазань 1997
	мука пшеничная		31,00	31,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо		3,00	2,50						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	молоко		12,50	12,50						
	сахар		1,00	1,00						
	дрожжи сухие		0,40	0,40						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	прослойка:									
	сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масса полуфабриката			57,50						
	яйцо для смазки изделий		0,90	0,75						
	масло растительное для смазки листов		0,13	0,13						

<b>Итого:</b>	230			9,62	6,61	36,43	243,67	1,61	
УЖИН									
Запеканка рисовая с творогом	150			8,24	6,50	42,72	267,00	0,06	№203 сб дошк 2016
крупa рисовая		37,00	37,00						
вода		75,00	75,00						
соль иодированная		0,25	0,25						
творог		45,50	45,00						
яйца		6,00	5,00						
сахар		6,00	6,00						
масло сливочное		4,00	4,00						
сухари панировочные		4,00	4,00						
сметана		4,00	4,00						
масса полуфабриката			170,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )	100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	460			<b>10,98</b>	<b>7,15</b>	<b>73,31</b>	<b>408,51</b>	<b>10,09</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	1957			<b>53,84</b>	<b>48,37</b>	<b>259,02</b>	<b>1680,57</b>	<b>58,62</b>	

День 10 - 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									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,45	8,92	33,85	246,51	0,86	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			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						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	400			<b>12,60</b>	<b>15,83</b>	<b>55,35</b>	<b>400,87</b>	<b>2,03</b>	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	180			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,17</b>	<b>76,26</b>	<b>3,60</b>	

ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с	50			1,49	2,59	3,13	41,80	5,50	№10 СБ дошк 2016	
зеленый горошек к/с		80,16	48,00							
масло растительное		2,50	2,50							
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясными фрикадельками	180/10			4,19	5,84	8,39	109,47	0,60	№94 сб дошк201 6	
говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40							
или фарш говяжий		11,40	11,40							
Лук репчатый		1,19	1,00							
яйцо		0,96	0,80							
вода		1,00	1,00							
соль иодированная		0,10	0,10							
Мука пшеничная		15,00	15,00							
Яйцо		4,80	4,00							
вода		2,80	2,80							
соль иодированная		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 иодированная		1,00	1,00							
Бигочки "Домашние"	80			17,31	6,95	5,64	153,62	4,29	Акт проработ ки от 25.12.201 8 №569	
цыплята - бройлеры с/м		95,15	66,1							
или фарш куриный		66,1	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							
Рагу из овощей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,сб дошк 2016	
картофель		94,50	70,00							
морковь		30,00	24,00							
масса запеченной моркови			22,00							
Лук репчатый		24,00	20,00							
масса припущенного лука			16,00							
капуста свежая		21,00	17,00							
масса припущенной капусты			15,00							
соль йодированная		0,75	0,75							
Масло растительное		5,00	5,00							
соус:									№366 ,сб дошк 2016	

	вода		40,00	40,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Мука пшеничная		1,80	1,80						
	Морковь		3,00	2,40						
	Лук репчатый		1,44	1,20						
	томатная паста		2,40	2,40						
	Масло сливочное		0,60	0,60						
	сахар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса соуса			40,00						
	масса рагу			150,00						
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,07	10,5	45	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>695</b>			<b>28,39</b>	<b>23,39</b>	<b>59,88</b>	<b>571,74</b>	<b>55,43</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>7,02</b>	<b>8,10</b>	<b>21,42</b>	<b>186,13</b>	<b>2,34</b>	
<b>УЖИН</b>										
Суфле рыбное		70			12,02	7,61	1,59	122,77	0,28	№284 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	масса отварной рыбы			50,00						
соус молочный	Молоко		6,30	6,30						№371 СБ дошк 2016
	Масло сливочное		1,00	1						
	Мука пшеничная		1,00	1						
	вода		1,30	1,30						
	соль йодированная		1,00	1,00						
	масса соуса молочного			8,40						
	сыр мягкий		11,42	11,20						
	Яйцо		13,44	11,20						
	масса полуфабриката			77,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным		130/3			4,02	3,25	18,14	117,73		№182,сбл ошк 2016
	Крупа гречневая		32,50	32,50						
	Вода		104,00	104,00						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						

Напиток из шиповника растворимого	Шиповник растворимый сахар Вода питьевая	180/6	1,35 6,00 180,00	1,35 6,00 180,00	0,61	0,25	6,71	31,49	89,93	№ 417 Дели2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		413			18,94	11,35	41,21	342,56	90,21	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1888</b>			<b>67,84</b>	<b>58,66</b>	<b>196,02</b>	<b>1577,55</b>	<b>153,61</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>19414,00</b>			<b>619,88</b>	<b>598,25</b>	<b>2345,62</b>	<b>17277,62</b>	<b>784,34</b>	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДООУ
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 (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
  - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.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., МогильныйМ.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
  - говядина I 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 с1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
  - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
  - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
  - сметана с массовой долей жира 15%
  - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%























Утверждаю  
 Директор ООО"АБК - Пэймент"  
 Рахматуллин Р.Р.

**Примерное 10-дневное меню  
 для организации питания детей в дошкольных учре  
 с 12 - часовым пребыванием от 1 года до**

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пб белки
		брутто	нетто	
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/5			3,82
Крупа рисовая		10	10	
Крупа пшенная		7,5	7,5	
Молоко		75	75	
Вода		48	48	
Сахар		3,5	3,5	
соль иодированная		0,7	0,7	
Масло сливочное		5	5	
Кофейный напиток с молоком	150			2,37
Кофейный напиток		2	2	
Сахар		5	5	
Молоко		75	75	
вода		90	90	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92
Батон нарезной		25	25	
Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>	<b>325</b>			<b>8,11</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>				
Салат из моркови припущенной с яблоками	40			0,27
морковь		38,12	30,50	
яблоки свежие		11,40	10,00	
Масло растительное		2,00	2,00	
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	150/10			4,93
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		17,5	11,4	
Лук репчатый		11,4	11,4	
Яйцо		1,19	1	
Вода для фарша		0,96	0,8	
		1	1	

	соль иодированная		0,1	0,1	
	масса готовых фрикаделек			10	
	Картофель		59,90	45,00	
	Морковь		7,50	6,00	
	Лук репчатый		7,14	6,00	
	суповая засыпка (звездочки)		6,00	6,00	
	Масло растительное		3,00	3,00	
	соль иодированная		1,00	1,00	
	Вода		114,00	114,00	
Котлеты рубленые из говядины		50			7,88
	говядина (котлетное мясо б/к)		36,57	35	
	или фарш говяжий		35	35	
	лук репчатый		10,4	8,75	
	Хлеб пшеничный		8,13	8,13	
	Вода		5,2	5,2	
	сухари панировочные		2,8	2,8	
	соль иодированная		0,4	0,4	
	масса полуфабриката			61,9	
	Масло растительное		0,60	0,60	
Капуста тушеная		120			2,45
	Капуста свежая		172	137,6	
	Лук репчатый		5,71	4,8	
	Морковь		3	2,4	
	Мука пшеничная		1,44	1,44	
	Масло растительное		4,2	4,2	
	Сахар		3,6	3,6	
	соль иодированная		0,8	0,8	
Компот из свежемороженых фруктов		150			0,18
	фрукты свежемороженые		16,50	16,50	
	Вода		152,00	152,00	
	сахар		5,0	5,0	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>560,00</b>			<b>18,35</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>				
Кисломолочный напиток		150/2			4,36
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		155	150	
	сахар		2	2	
Кондитерские изделия	вафли	10	10,00	10,00	0,39
<b>Итого:</b>		<b>160</b>			<b>0,39</b>
	<b>УЖИН</b>				
Пудинг рыбный		45/15			7,40

	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,9	
	масса отварной рыбы			30	
	Хлеб пшеничный		6,2	6,2	
	яйцо		4,8	4	
	молоко		9	9	
	масло сливочное		1,7	1,7	
	соль иодированная		0,3	0,3	
	Масло растительное		0,8	0,8	
	масса пудинга			45	
	Соус молочный				
	молоко		7,5	7,5	
	масло сливочное		0,8	0,8	
	Мука пшеничная		0,8	0,8	
	Вода		7,5	7,5	
	Сахар		0,15	0,15	
	соль иодированная		0,09	0,09	
	масса соуса			15	
Пюре Картофельное		120			2,45
	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			0,04
	чай весовой		0,4	0,4	
	Сахар		5	5	
	Вода		150	150	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90
<b>Итого:</b>		<b>355,00</b>			<b>11,79</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1525,00</b>			<b>39,26</b>

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пб белки
		брутто	нетто	
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/5			6,03
		18	18	
		75	75	
		48	48	
		3,5	3,5	
		0,7	0,7	

	Масло сливочное		5	5	
Какао с молоком		150			3,06
	Какао-порошок		1,7	1,7	
	Сахар		5	5	
	Молоко		90	90	
	вода		67	67	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			3,27
	Батон нарезной		25	25	
	Сыр		5,1	5	
	Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>		<b>330</b>			<b>12,35</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>					
Сок в ассортименте в инд.упаковке		125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из картофеля с солеными огурцами		40			0,49
	огурцы соленые		21,84	12,00	
	картофель		21,92	16,00	
	морковь		10,24	8,00	
	лук репчатый		2,40	2,00	
	масло растительное		2,00	2,00	
Борщ со свежей капустой, картофелем на бульоне из индейки, со сметаной		150/7			1,26
	Капуста свежая		15,0	12,0	
	Картофель		15,96	12,0	
	Морковь		7,5	6,0	
	Лук репчатый		7,14	6,0	
	Свекла		30,72	24,0	
	Сахар		1,8	1,8	
	Масло растительное		3,0	3,0	
	соль иодированная		1,5	1,5	
	Бульон		120	120,0	
	Сметана		7,0	7,0	
Плов из отварной индейки		150			8,41
	индейка филе		33,60	33,6	
	масса вареного мяса			24,0	
	масло сливочное		5,0	5,0	
	Лук репчатый		8,9	7,5	
	Морковь		12,5	10,0	
	Крупа рисовая		32,0	32,0	
	вода		65,0	65,0	
	соль иодированная		1,3	1,3	
	масса гарнира			126,0	
Кисель		150			0,00
	Кисель-концентрат		17,50	17,50	

	Сахар		5,00	5,00	
	вода		150,00	150,00	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>537</b>			<b>12,80</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кисломолочный напиток (кефир, <b>ряженка</b> , катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,36
Булочка дорожная		35			2,37
	Мука пшеничная		21,35	21,00	
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70	
	Сахар		4,20	4,20	
	Масло сливочное		4,55	4,55	
	соль иодированная		0,21	0,21	
	дрожжи сухие		0,14	0,14	
	вода		10,70	10,70	
	масса полуфабриката			39,90	
	для крошки:				
	мука пшеничная		0,84	0,84	
	масло сливочное		0,70	0,70	
	масса крошки			1,40	
	масло растительное для смазки изделий		0,70	0,70	
<b>Итого:</b>		<b>185</b>			<b>6,73</b>
<b>УЖИН</b>					
Запеканка творожная с повидлом		110/20			19,33
	Творог		103,2	101,2	
	крупа манная		6,6	6,6	
	Яйцо		5,28	4,4	
	Сахар		8,8	8,8	
	Сметана		4,4	4,4	
	Масло сливочное		4,4	4,4	
	Сухари панировочные		4,4	4,4	
	соль иодированная		0,55	0,55	
	повидло		20	20	
Фрукты свежие ( <b>яблоки</b> , или апельсин, или банан, или мандарин )		95	108,3	95	0,38
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10
	чай весовой		0,4	0,4	
	Сахар		5	5	
	лимон		5,55	5	
	Вода		150,0	150,0	

Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>21,33</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1577,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>53,83</b>

**День 3 - ий**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пр
		брутто	нетто	белки
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/5			5,32
Крупа кукурузная		18	18	
Молоко		75	75	
Вода		48	48	
Сахар		3,5	3,5	
соль иодированная		0,7	0,7	
Масло сливочное		5	5	
Чай с молоком,сахаром	150/5			2,97
чай весовой		0,4	0,4	
Сахар		5	5	
Молоко		76,6	75	
Вода		75	75	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92
Батон нарезной		25	25	
Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>	<b>330</b>			<b>10,21</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>				
Салат из квашеной капусты	30			0,54
капуста квашеная		34,32	24,00	
Лук репчатый		3,60	3,00	
сахар		1,50	1,50	
масло растительное		1,50	1,50	
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10			3,52
крупа пшенная		9	9	
картофель		60	45	
Морковь		7,5	6	
Лук репчатый		7,14	6	
Масло растительное		1,5	1,5	
соль иодированная		1,0	1,0	
Бульон		105,0	105,0	

Фрикадельки мясные в молочном соусе	цыплята - бройлеры с/м		29,50	26,2	6,06	
	масса отварной мякоти птицы			10,0		
		40/20				
	говядина (котлетное мясо б/к)		31,76	30,40		
	или фарш говяжий		30,40	30,40		
	Хлеб пшеничный		6,40	6,40		
	Вода		8,00	8,00		
	лук репчатый		3,36	2,80		
	Масса полуфабриката			47,00		
	Масло сливочное		1,60	1,60		
	Соус молочный:			20,00		
	Молоко		10,00	10,00		
	Масло сливочное		1,04	1,04		
	Мука пшеничная		1,04	1,04		
	Вода		10,00	10,00		
	Сахар		0,24	0,24		
	соль иодированная		0,24	0,24		
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,18		
	макаронные изделия		38,50	38,50		
	вода		231,00	231,00		
	соль иодированная		1,10	1,10		
	масло сливочное		3,00	3,00		
Напиток из красной смородины замороженной	150			0,15		
	смородина красная замороженная		10,00	10,00		
	сахарный песок		5,00	5,00		
	вода		152,00	152,00		
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64		
<b>Итого:</b>		<b>553</b>			<b>17,10</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Молоко кипяченое (молоко)	150				4,36	
	молоко		158	150		
Кондитерские изделия	20	20,00	20,00		1,50	
	печенье					
<b>Итого:</b>		<b>170</b>			<b>5,86</b>	
<b>УЖИН</b>						
Фрикадельки рыбные отварные	60				7,06	
	рыба (минтай с/м БГ)		61,20	45,00		
	или фарш рыбный		45,00	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		

Картофель тушёный с овощами в соусе	120			3,50
Картофель		146,30	110,00	
масло растительное		4,50	4,50	
Лук репчатый		7,20	6,00	
Морковь		10,63	8,50	
соль иодированная		0,34	0,34	
соус			20,00	
сметана		5,00	5,00	
Мука пшеничная		1,50	1,50	
вода		15,00	15,00	
соль иодированная		0,16	0,16	
Чай с мармеладом	160/15			0
чай весовой		0,45	0,45	
вода питьевая		160	160	
мармелад		15	15	
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52
<b>Итого:</b>	<b>375</b>			<b>12,08</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1553</b>			<b>45,87</b>

**День 4 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пр белки
		брутто	нетто	
<b>ЗАВТРАК</b>				
Омлет натуральный	130			13,11
яйцо		120	100	
молоко		35	35	
масса омлетной смеси			135	
масло сливочное		4	4	
соль иодированная		0,6	0,6	
масса готового омлета			130	
Кофейный напиток с молоком	150			2,37
Кофейный напиток		2	2	
Сахар		5	5	
Молоко		75	75	
вода		90	90	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	95	128,25	95	0,76
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/10			1,98
Батон нарезной		25	25	
Масло сливочное		5	5	
повидло		10	10	
<b>Итого:</b>	<b>415</b>			<b>18,22</b>

2 - ой ЗАВТРАК					
Сок в ассортименте в инд.упаковке		125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свеклы отварной с яблоками		40			0,44
	свекла		34,30	27,00	
	яблоки свежие		11,80	10,40	
	сахар		1,20	1,20	
	масло растительное		2,00	2,00	
Суп картофельный с горохом на курином бульоне		150			3,29
	Картофель		40,05	30	
	Горох колотый		12,15	12	
	лук репчатый		7,2	6	
	Морковь		9,6	7,5	
	соль иодированная		0,15	0,15	
	Масло растительное		3	3	
	Бульон		105	105	
Птица, тушенная в соусе с овощами		150			10,08
	цыплята - бройлеры с/м		84	79,0	
	масса отварной мякоти птицы			30,0	
	соус сметанный :				
	Вода или отвар		15,0	15,0	
	сметана		5,0	5,0	
	мука пшеничная		1,5	1,5	
	соль иодированная		0,16	0,16	
	масса соуса			20,0	
	Картофель		82,4	61,6	
	морковь		32,0	25,6	
	Лук репчатый		17,6	14,4	
	зеленый горошек к/с		6,7	4,0	
	масло растительные		1,2	1,20	
	соль иодированная		0,6	0,6	
	масса овощей с соусом			120,0	
Компот из изюма		150			0,26
	изюм		15,00	15,00	
	масса отварных сухофруктов			28,80	
	Вода		152,00	152,00	
	сахар		5,0	5,0	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>530</b>			<b>16,71</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	150			5,40
Булочка с сахаром	35			5,50
кисломолочный напиток		155,00	150,00	
Мука пшеничная		21,00	21,00	
Мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70	
Сахарный песок		2,73	2,73	
масло сливочное		1,00	1,00	
Яйцо		2,04	1,70	
Дрожжи сухие		0,18	0,18	
Молоко		9,10	9,10	
Соль йодированная		0,20	0,20	
Вода		8,26	8,26	
<b>Масса полуфабриката</b>			<b>41,00</b>	
Яйцо (на смазку изделий)		0,84	0,84	
Масло растительное на смазку листов		0,70	0,70	
<b>Итого:</b>	<b>185</b>			<b>10,90</b>
<b>УЖИН</b>				
Пудинг творожный со сгущенным молоком	110/20			18,13
Творог		94,82	93,50	
Манная крупа		8,80	8,80	
Яйцо		6,60	5,50	
Сахарный песок		8,80	8,80	
Соль йодированная		0,40	0,40	
Масло сливочное		4,40	4,40	
Сухари панировочные		4,40	4,40	
Сметана		4,40	4,40	
сгущенное молоко		20,00	20,00	
Чай с сахаром	150/5			0,04
чай весовой		0,4	0,4	
Сахар		5	5	
Вода		150	150	
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90
<b>Итого:</b>	<b>305</b>			<b>20,07</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1560</b>			<b>66,52</b>

**День 5 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пг
		(в гр ) брутто	(в гр ) нетто	
<b>ЗАВТРАК</b>				
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			2,67

	геркулес		11,00	11,00	
	Сахар		1,40	1,40	
	Молоко		126,00	126,00	
	Вода		54,00	54,00	
	Масло сливочное		1,80	1,80	
	Соль		1,00	1,00	
Какао с молоком		150			3,06
	Какао-порошок		1,7	1,7	
	Сахар		5	5	
	Молоко		90	90	
	вода		67	67	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			3,27
	Батон нарезной		25	25	
	Сыр		5,1	5	
	Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>		<b>365</b>			<b>8,99</b>
	<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Кисель		150			0,00
	Кисель-концентрат		17,50	17,50	
	Сахар		5,00	5,00	
	вода		150,00	150,00	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>			<b>0,00</b>
	<b>ОБЕД</b>				
Салат из картофеля с зеленым горошком к/с		40			1,07
	Картофель		29,80	22,40	
	морковь		7,50	6,00	
	зеленый горошек к/с		10,00	6,00	
	лук репчатый		4,80	4,00	
	масло растительное		2,00	2,00	
Суп из овощей с куриными фрикадельками, со сметаной		150/10/5			4,40
	цыплята - бройлеры с/м		17,50	11,40	
	или фарш куриный		11,40	11,40	
	Лук репчатый		1,19	1,00	
	яйцо		0,96	0,80	
	вода		1,00	1,00	
	соль иодированная		0,10	0,10	
	картофель		50,00	37,50	
	капуста свежая		23,75	19,00	
	зеленый горошек к/с		12,53	7,50	
	морковь		9,40	7,50	
	Лук репчатый		7,20	6,00	
	Масло растительное		3,00	3,00	
	соль иодированная		1,00	1,00	
	Вода		112,50	112,50	
	Сметана		5,00	5,00	

Суфле рыбное		50			8,60
	рыба (минтай с/м БГ)		58,80	43,20	
	масса отварной рыбы			36,00	
соус молочный	Молоко		4,50	4,50	
	Масло сливочное		0,70	0,7	
	Мука пшеничная		0,70	0,7	
	вода		0,90	0,90	
	соль иодированная		0,09	0,09	
	масса соуса молочного			6,00	
	Яйцо		9,60	8,00	
	сыр мягкий		8,16	8,00	
	масса полуфабриката			55,00	
	Масло растительное		1,50	1,50	
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/3			2,66
	Крупа рисовая		39,60	39,60	
	соль иодированная		2,20	2,20	
	Вода питьевая		237,60	237,60	
	Масло сливочное		3,00	3,00	
Напиток из яблок		150			0,11
	яблоки свежие		28,5	25,0	
	вода		152,0	152,0	
	сахар		5,0	5,0	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>558</b>			<b>19,48</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Молоко кипяченое		150			4,36
(молоко)	молоко		158	150	
Кондитерское изделие	крекер	15	15,00	15,00	1,35
<b>Итого:</b>		<b>165</b>			<b>5,71</b>
<b>УЖИН</b>					
Икра морковная		30			0,60
	Морковь		31,25	25	
	Лук репчатый		6	5	
	Томат-паста		4	4	
	Масло растительное		1,5	1,5	
	Сахар		0,3	0,3	
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		130/20			9,05
	говядина(котлетное мясо б/к или фарш говяжий		35,40	34,00	
			34,00	34,00	

	масло сливочное		2,40	2,40	
	масса готового мясного фарша			26,00	
	Картофель		165,60	124,5/120,4	
	масса отварного протертого картофеля			118,00	
	Лук репчатый		10,80	9,00	
	Масло растительное		1,60	1,60	
	масса припущенного лука			6,50	
	Масло сливочное		1,60	1,60	
	соль иодированная		1,30	1,30	
	сухари панировочные		2,40	2,40	
	масса полуфабриката			153,00	
	Соус :				
	Сметана		5,00	5,00	
	Мука пшеничная		1,30	1,30	
	вода		15,00	15,00	
	Соус сметанный			20,00	
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10
	чай весовой		0,4	0,4	
	Сахар		5	5	
	лимон		5,55	5	
	Вода		150,0	150,0	
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52
<b>Итого:</b>		<b>355</b>			<b>11,27</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1593</b>			<b>45,46</b>

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пг
		брутто	нетто	белки
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/5			3,23
		17,7	17,7	
		70	70	
		53	53	
		3,5	3,5	
		0,7	0,7	
		5	5	
Чай с молоком,сахаром	150/5			2,97
		0,4	0,4	
		5	5	
		76,6	75	
		75	75	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92

	Батон нарезной		25	25	
	Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>		<b>330</b>			<b>8,12</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>					
Сок в ассортименте в инд.упаковке		125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>					
Икра кабачковая		30			0,82
	икра кабачковая		30,6	30	
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне		150			1,61
	вермишель		6	6	
	картофель		60	45	
	морковь		7,5	6	
	лук репчатый		7,2	6	
	масло растительное		1,5	1,5	
	бульон куриный		105	105	
	соль йодированная		1	1	
Жаркое из птицы по-домашнему		150			11,75
	цыплята - бройлеры с/м		98,10	92,00	
	масса отварной мякоти птицы			47,00	
	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	
	масса готовых овощей			103,00	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		95	108,3	95	0,38
Напиток из цитрусовых		150			0,35
	апельсин		19,36	13,00	
	лимон		14,40	13,00	
	сахарный песок		5,00	5,00	
	вода		124,00	124,00	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>615</b>			<b>17,56</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,36
Кондитерские изделия	вафли	10	10,00	10,00	0,39
<b>Итого:</b>		<b>160</b>			<b>4,75</b>

<b>УЖИН</b>					
Гуляш из индейки		30/30			8,06
	индейка филе		42,00	42,0	
	Вода		20,0	20,0	
	Морковь		12,5	10,0	
	Лук репчатый		6,00	5,0	
	Томатная паста		0,90	0,9	
	Мука пшеничная		1,5	1,5	
	Масло растительное		2,0	2,0	
	соль иодированная		0,5	0,5	
	Масса соуса			30,0	
Каша пшеничная вязкая на воде		110			2,94
	пшеничная крупа		22,00	22,00	
	вода		85,00	85,00	
	соль иодированная		0,25	0,25	
	Масло сливочное		2,00	2,00	
Напиток из шиповника растворимого		150/5			0,51
	Шиповник растворимый		1,1	1,1	
	сахар		5	5	
	Вода питьевая		150	150	
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52
<b>Итого:</b>		<b>340</b>			<b>13,02</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1570</b>			<b>44,07</b>

**День 7 - ой**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пт
		брутто	нетто	белки
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/5			5,32
		18	18	
		70	70	
		48	48	
		3,5	3,5	
		0,7	0,7	
		5	5	
Кофейный напиток с молоком	150			2,37
		2	2	
		5	5	
		75	75	
		90	90	
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/10			1,98
		25	25	
		5	5	
		10	10	

<b>Итого:</b>	<b>335</b>			<b>9,67</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>				
Салат из моркови припущенной с яблоками	40			0,27
морковь		38,12	30,50	
яблоки свежие		11,40	10,00	
Масло растительное		2,00	2,00	
Суп картофельный с мясом птицы	150/10			3,74
картофель		79,95	60	
Морковь		7,5	6	
Лук репчатый		7,2	6	
Масло растительное		1,5	1,5	
соль иодированная		0,15	0,15	
вода питьевая		105	105	
цыплята - бройлеры с/м		29,5	26,2	
масса отварной мякоти птицы			10,00	
Биточки рубленые из рыбы	50			6,10
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		51,00 37,50	37,50 37,50	
Крупа манная		1,25	1,25	
яйцо		9,00	7,50	
Лук репчатый		11,10	9,30	
вода		3,75	3,75	
соль иодированная		0,35	0,35	
сахар		0,14	0,14	
сухари панировочные		3,75	3,75	
Масло растительное		1,25	1,25	
Масса полуфабриката			59,00	
Масло растительное		1,40	1,40	
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/3			6,01
крупа гречневая		47,60	47,60	
вода питьевая		71,00	71,00	
соль иодированная		0,25	0,25	
масса каши			100,00	
морковь		16,50	13,20	
лук репчатый		2,00	1,65	
масса каши с овощами			110,00	
масло сливочное		3,00	3,00	
Напиток из с/м фруктов	150			0,11
фрукты свежемороженые		11,00	11,00	
сахарный песок		5,00	5,00	
вода		152,00	152,00	

Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>553</b>			<b>18,87</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кисломолочный напиток		150/2			4,36
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		155	150	
	сахар		2	2	
Ватрушка с творогом		50			6,15
	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 йодированная		0,40	0,40	
	мука пшеничная		1,20	1,20	
	творог		19,70	19,50	
	Яйцо куриное		1,08	0,90	
	сахарный песок		1,1	1,1	
	мука пшеничная		0,9	0,9	
	Яйцо куриное		1,2	1	
	Масло растительное		0,2	0,2	
	Масло растительное		0,2	0,2	
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>10,51</b>
<b>УЖИН</b>					
Котлеты рубленые из говядины		60			9,43
	говядина (котлетное мясо б/к)		43,9	42,0	
	или фарш говяжий		42,0	42,0	
	лук репчатый		12,50	10,5	
	Хлеб пшеничный		9,75	9,75	
	Вода		6,20	6,20	
	сухари панировочные		3,40	3,4	
	Соль		0,5	0,5	
	масса полуфабриката			74,3	
	Масло растительное		0,8	0,8	
Рагу из овощей		120			1,80
	картофель		71,5	53,0	
	морковь		24,0	19,2	
	масса запеченной моркови			18,0	
	Лук репчатый		20,4	16,8	
	масса припущенного лука			13,2	
	капуста свежая		16,8	13,2	
	масса припущенной капусты			12,0	
	соль йодированная		0,6	0,6	
	Масло растительное		4,0	4,0	
	соус:				

	вода		35,0	35,0	
	Масло сливочное		1,6	1,6	
	Мука пшеничная		1,6	1,6	
	Морковь		2,6	2,1	
	Лук репчатый		1,3	1,1	
	томатная паста		2,1	2,1	
	Масло сливочное		0,5	0,5	
	сахар		0,4	0,4	
	соль йодированная		0,4	0,4	
	масса соуса			35,0	
	масса рагу			120,0	
Чай с мармеладом		160/15			0
	чай весовой		0,45	0,45	
	вода питьевая		160	160	
	мармелад		15	15	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90
<b>Итого:</b>		<b>380</b>			<b>13,13</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1593</b>			<b>52,80</b>

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		П белки
		брутто	нетто	
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/5			4,26
		18,00	18,00	
		123,00	123,00	
		3,50	3,50	
		0,70	0,70	
		5,00	5,00	
Какао с молоком	150			3,06
		1,7	1,7	
		5	5	
		90	90	
		67	67	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92
		25	25	
		5	5	
<b>Итого:</b>	<b>325</b>			<b>9,23</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>				
Винегрет с солеными огурцами	40			0,56

Щи со свежей капустой с картофелем , с мясными фрикадельками со сметаной	Картофель		13,76	10	3,53
	Свекла		10,2	8	
	Морковь		7,56	6	
	Огурцы соленые		14,56	8	
	Масло растительное		2,4	2,4	
	Лук репчатый		7,14	6,00	
		150/10/5			
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	говядина (котлетное мясо б/к)		11,90	11,40	8,29
	или фарш говяжий		11,40	11,40	
	Лук репчатый		1,19	1,00	
	вода		1,00	1,00	
	яйцо		0,96	0,80	
	соль йодированная		0,90	0,90	
	масса полуфабриката фрикаделек			<b>14,30</b>	
	масса готовых фрикаделек			<b>10,00</b>	
	Капуста свежая		37,5	30	
	Картофель		23,94	18	
	Морковь		7,5	6	
	Лук репчатый		7,14	6	
	Масло растительное		3	3	
	соль йодированная		1	1	
	вода		120	120	
	Сметана		5	5	
		40/20			
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	цыплята - бройлеры с/м		39,10	25,40	8,29
	или фарш куриный		25,40	25,40	
	вода		4,00	4,00	
	рис		3,40	3,40	
	масса отварного рассыпчатого риса			10,00	
	Лук репчатый		8,64	7,20	
	Масло растительное		1,20	1,20	
	масса припущенного лука			6,00	
	соль йодированная		0,20	0,20	
	мука пшеничная		2,80	2,80	
	масса полуфабриката			48,00	
	соус сметанно- томатный:			20,00	
	сметана		5,00	5,00	
	мука пшеничная		1,50	1,50	
	вода		15,00	15,00	
томатная паста		0,80	0,80		
соль йодированная		0,16	0,16		

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,18
	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 изюма		150			0,26
	изюм		15,00	15,00	
	масса отварных сухофруктов			28,80	
	Вода		152,00	152,00	
	сахар		5,0	5,0	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>568</b>			<b>19,47</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Молоко кипяченое		150			4,36
(молоко)	молоко		158	150	
Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,50
<b>Итого:</b>		<b>170</b>			<b>5,86</b>
Омлет натуральный		150			15,14
	яйцо		138	115	
	молоко		40	40	
	масса омлетной смеси			155	
	масло сливочное		5	5	
	соль иодированная		0,7	0,7	
	масса готового омлета			150	
Фрукты свежие		95			0,76
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)			128,25	95	
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10
	чай весовой		0,4	0,4	
	Сахар		5	5	
	лимон		5,55	5	
	Вода		150,0	150,0	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90
<b>Итого:</b>		<b>425</b>			<b>17,90</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1613</b>			<b>53,09</b>

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пг белки
		брутто	нетто	
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/5			6,03
	Крупа пшеничная	18	18	

	Молоко		70	70	
	Вода		53	53	
	Сахар		3,5	3,5	
	соль иодированная		0,7	0,7	
	Масло сливочное		5	5	
Чай с молоком,сахаром		150/5			2,97
	чай весовой		0,4	0,4	
	Сахар		5	5	
	Молоко		76,6	75	
	Вода		75	75	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			3,27
	Батон нарезной		25	25	
	Сыр		5,1	5	
	Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>		<b>335</b>			<b>12,26</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>					
Сок в ассортименте в инд.упаковке		125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из квашеной капусты		30			0,54
	капуста квашеная		34,32	24,00	
	Лук репчатый		3,60	3,00	
	сахар		1,50	1,50	
	масло растительное		1,50	1,50	
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной		150/6			1,37
	Картофель		59,85	45	
	Лук репчатый		3,57	3	
	Морковь		7,5	6,0	
	Перловая крупа		6,00	6,0	
	Огурцы соленые		16,38	9,0	
	Масло растительное		2,0	2,0	
	соль иодированная		0,8	0,8	
	Бульон		114,0	114,0	
	Сметана		6,0	6,0	
Гуляш из отварной говядины		30/30			8,00
	говядина (лопатка б/к)		48,00	48,0	
	Масса отварного мяса			30,0	
	Вода		22,5	22,5	
	Морковь		13,1	10,5	
	Лук репчатый		6,36	5,3	
	Мука пшеничная		1,5	1,5	
	Масло растительное		2,0	2,0	
	соль иодированная		0,5	0,5	
	Масса соуса			30,0	
Пюре Картофельное		120			2,45
	Картофель		136,80	102,60	

	Молоко		18,96	18,00	
	Масло сливочное		4,20	4,20	
	соль иодированная		0,45	0,45	
Кисель		150			0,00
	Кисель-концентрат		17,50	17,50	
	Сахар		5,00	5,00	
	вода		150,00	150,00	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>556</b>			<b>15,00</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>				
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык, <b>напиток ацидофильный</b> )	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	5,40
Слойка сладкая		35			3,12
	мука пшеничная		21,70	21,70	
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70	
	яйцо		2,10	1,75	
	Масло сливочное		1,75	1,75	
	молоко		8,75	8,75	
	сахар		0,70	0,70	
	дрожжи сухие		0,28	0,28	
	соль иодированная		0,28	0,28	
	масса теста			35,00	
	прослойка:				
	сахар		3,50	3,50	
	Масло сливочное		1,75	1,75	
	масса полуфабриката			40,25	
	яйцо для смазки изделий		0,60	0,50	
	масло растительное для смазки листов		0,10	0,10	
<b>Итого:</b>		<b>185</b>			<b>8,52</b>
	<b>УЖИН</b>				
Запеканка рисовая с творогом		130			7,14
	крупа рисовая		32,00	32,00	
	вода		65,00	65,00	
	соль иодированная		0,20	0,20	
	творог		40,40	40,00	
	яйца		5,16	4,30	
	сахар		5,00	5,00	
	масло сливочное		3,50	3,50	
	сухари панировочные		3,50	3,50	
	сметана		3,50	3,50	
	масса полуфабриката			147,00	
Фрукты свежие		95	108,3	95	0,38

(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )				
Чай с сахаром	150/5			0,04
чай весовой		0,4	0,4	
Сахар		5	5	
Вода		150	150	
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>9,46</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1601</b>			<b>45,86</b>

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр ) брутто	Кол - во (в гр ) нетто	Пр
				белки
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/5			5,80
Крупа геркулесовая		18	18	
Молоко		123	123	
Сахар		3,5	3,5	
Соль йодированная		0,7	0,7	
Масло сливочное		5,00	5,00	
Кофейный напиток с молоком	150			2,37
Кофейный напиток		2	2	
Сахар		5	5	
Молоко		75	75	
вода		90	90	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92
Батон нарезной		25	25	
Масло сливочное		5	5	
<b>Итого:</b>	<b>325,00</b>			<b>10,08</b>
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	125	125	125	0,63
<b>Итого:</b>	<b>125</b>			<b>0,63</b>
<b>ОБЕД</b>				
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89
зеленый горошек к/с		48,10	28,80	
масло растительное		1,50	1,50	
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясными фрикадельками	150/10			3,88
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		11,9	11,4	
Лук репчатый		1,19	1	

	яйцо		0,96	0,8	
	вода		1	1	
	соль йодированная		0,10	0,1	
	Мука пшеничная		11,3	11,3	
	Яйцо		3,6	3	
	бульон		2,1	2,10	
	Соль		0,2	0,2	
	Масса лапши			12	
	Морковь		7,5	6	
	Лук репчатый		7,14	6	
	Масло растительное		3	3	
	Бульон		143,00	143,00	
	Соль		0,5	0,5	
Биточки "Домашние"		60			13,01
	цыплята - бройлеры с/м		71,4	47,26	
	или фарш куриный		47,26	47,26	
	морковь		14,1	11,28	
	Лук репчатый		10,8	9	
	соль йодированная		0,5	0,5	
	яйцо		0,72	0,6	
	Мука пшеничная		4,5	4,5	
	масло растительное		2,3	2,3	
Рагу из овощей		120			1,80
	картофель		71,50	53,00	
	морковь		24,00	19,20	
	масса запеченной моркови			18,00	
	Лук репчатый		20,40	16,80	
	масса припущенного лука			13,20	
	капуста свежая		16,80	13,20	
	масса припущенной капусты			12,00	
	соль йодированная		0,60	0,60	
	Масло растительное		4,00	4,00	
	соус:				
	вода		35,00	35,00	
	Масло сливочное		1,58	1,58	
	Мука пшеничная		1,58	1,58	
	Морковь		2,63	2,10	
	Лук репчатый		1,26	1,05	
	томатная паста		2,10	2,10	
	Масло сливочное		0,53	0,53	
	сахар		0,35	0,35	
	соль йодированная		0,35	0,35	
	масса соуса			35,00	
	масса рагу			120,00	
Напиток из красной смородины замороженной		150			0,15
	смородина красная замороженная		10,00	10,00	

	сахарный песок		5,00	5,00	
	вода		152,00	152,00	
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64
<b>Итого:</b>		<b>560</b>			<b>22,37</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,36
Кондитерское изделие	крекер	15	15	15	1,35
<b>ИТОГО</b>		<b>165</b>			<b>5,71</b>
<b>УЖИН</b>					
Суфле рыбное		50			8,60
	рыба (минтай с/м БГ)		58,80	43,20	
	масса отварной рыбы			36,00	
соус молочный	Молоко		4,50	4,50	
	Масло сливочное		0,70	0,7	
	Мука пшеничная		0,70	0,7	
	вода		0,90	0,90	
	соль иодированная		0,90	0,90	
	масса соуса молочного			6,00	
	Яйцо		9,60	8,00	
	сыр мягкий		8,16	8,00	
	масса полуфабриката			55,00	
	Масло растительное		1,50	1,50	
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным		110/3			3,40
	Крупа гречневая		27,50	27,5	
	Вода		88,00	88,0	
	Масло сливочное		3,0	3,0	
	соль иодированная		0,28	0,28	
Напиток из шиповника растворимого		150/5			0,51
	Шиповник растворимый		1,1	1,1	
	сахар		5	5	
	Вода питьевая		150	150	
Хлеб пшеничный		25	25	25	1,90
<b>Итого:</b>		<b>343</b>			<b>14,41</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1518,00</b>			<b>53,20</b>
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>15703,00</b>			<b>499,97</b>

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на ра по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
  - 1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
  - 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных

школах , Тутельян В.А. Москва 2004 г.

1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.

1.4. Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003

1.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

1.6. Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности ;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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

































Согласовано

Руководитель дошкольной образовательной  
организации

ждениях

3 лет

Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,11	21,08	155,20	0,60	ТТК №7Д
2,01	4,99	35,54	0,97	№395 Дели2010
4,36	12,92	98,50		№1 Дели2010
<b>12,47</b>	<b>38,99</b>	<b>289,24</b>	<b>1,57</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
0,00	12,63	53,00	2,50	
0,04	2,13	9,98	1,09	№41 СБ дошк 2016
5,03	10,57	114,52	5,38	№88 СБ дошк 2016

7,64	6,54	128,00		СБ дошкольн. №299, 2016
4,42	9,47	92,40	20,5	№354 сб дошк2016
0,10	7,91	34,39	1,35	№394 СБ дошк 2016
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>17,72</b>	<b>52,46</b>	<b>458,49</b>	<b>28,32</b>	
3,76	8,01	83,17	1,05	№420 Сб дошк 2016
3,06	6,25	54,20		табл 10 стр 202, Дели +,2012
3,06	6,25	54,20	0,00	
4,45	5,25	90,68	0,32	№286 СБ дошк 2016

3,84	16,36	109,84	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
0,01	5,01	19,95	0,02	№392 Дели2010
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>8,51</b>	<b>38,92</b>	<b>279,22</b>	<b>14,87</b>	
<b>41,75</b>	<b>149,25</b>	<b>1134,15</b>	<b>47,26</b>	

пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,29	30,97	205,03	0,67	ГТК №1Д

2,66	4,99	48,86	1,19	№397 Дели2010
5,06	12,26	107,57	0,04	№3 сб дошк2016
<b>14,01</b>	<b>48,22</b>	<b>361,45</b>	<b>1,90</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк2016
4,00	6,81	73,55	6,43	№110,сбшк2004
13,48	30,68	289,14	0,13	№443 сбшк2004
0,00	13,00	52,00		№648 сбшк2004

0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>21,10</b>	<b>69,91</b>	<b>538,44</b>	<b>8,97</b>	
3,76	6,32	76,69	0,45	№420 Сб дошк 2016
4,88	14,73	112,24		№453 сб дошк2016
<b>8,64</b>	<b>21,05</b>	<b>188,93</b>	<b>0,45</b>	
16,98	21,93	317,80	0,61	№ 251 сб дошк 2016
0,38	9,31	44,65	9,50	№386 СБ дошк.2016
0,02	5,18	21,89	2,24	№393 Дели2010

0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>17,54</b>	<b>46,26</b>	<b>431,33</b>	<b>12,35</b>	
<b>61,29</b>	<b>198,06</b>	<b>1573,16</b>	<b>26,17</b>	

щевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,32	35,49	220,41	0,67	ТТК № 2Д
2,38	9,47	71,36	1,35	№413 Сб дошк 2016
4,36	12,92	98,50		№1 Дели2010
<b>13,06</b>	<b>57,88</b>	<b>390,27</b>	<b>2,02</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
0,00	12,63	53,00	2,50	
0,03	0,90	6,91	9,01	№47 СБ дошк 2016
3,48	7,30	77,62	5,18	№86 сб дошк 2016

8,24	7,10	128,78	0,13	№ 305 сб дошк 2016
2,63	23,41	134,16		№219 Сб дошк.2016
0,06	9,12	38,69	30,07518797	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>14,92</b>	<b>63,67</b>	<b>465,36</b>	<b>44,40</b>	
3,76	7,22	80,45	1,95	№419 Сб дошк 2016
1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
<b>5,72</b>	<b>22,10</b>	<b>163,85</b>	<b>1,95</b>	
0,83	4,84	55,20	0,31	№279 сб дошк 2016

5,70	26,75	173,02	30,85	№144 сбшк 2016
0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб дошк 2016
0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>6,69</b>	<b>70,41</b>	<b>384,56</b>	<b>31,19</b>	
<b>40,39</b>	<b>226,68</b>	<b>1457,04</b>	<b>82,06</b>	

лищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
14,63	2,33	193,55	0,25	№229,сб дошк2016
2,01	4,99	35,54	0,97	№395Дели2010
0,19	7,14	36,19	36,19	2012 стр.186 табл.9
4,38	14,82	106,70	0,16	
<b>21,20</b>	<b>29,28</b>	<b>371,98</b>	<b>37,57</b>	

0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
2,43	4,48	41,56	2,58	№36 сб шк2016
3,16	9,92	88,91	3,49	СБ дошк.2016 №87
7,93	20,94	196,21	24,36	№319 Сб дошк 2016
				№372 Сб дошк 2016
0,06	12,40	51,73	0,00	№394 СБ дошк 2016
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>14,06</b>	<b>63,58</b>	<b>457,61</b>	<b>30,43</b>	

1,35	5,42	50,13	1,08	№420 СБ дошк 2016
1,22	13,59	87,40	0,20	№442 СБ шк 2017
<b>2,57</b>	<b>19,01</b>	<b>137,53</b>	<b>1,28</b>	
15,55	37,43	362,20	0,44	№438 СБ 2004
0,01	5,01	19,95	0,02	№392 Дели2010
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>15,76</b>	<b>54,74</b>	<b>440,90</b>	<b>0,46</b>	
<b>53,60</b>	<b>179,23</b>	<b>1461,02</b>	<b>72,24</b>	

щевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
3,21	5,53	64,03	0,59	№101,сб дошк 2016

2,66	4,99	48,86	1,19	№397 Дели2010
5,06	12,26	107,57	0,04	№3,сб дошк 2016
<b>10,93</b>	<b>22,78</b>	<b>220,45</b>	<b>1,82</b>	
0,00	13,00	52,00	0,83	№648 сбшк2004
0,00	13,00	52,00	0,83	
2,15	6,41	49,48	7,81	№26,сб дошк 2016
7,07	5,77	108,83	6,68	ТТК 535 23,12,2020

5,44	1,14	87,78	0,20	№284 Сб дошк 2016
				№371 Сб дошк 2016
2,49	26,87	140,63		№304 сб шк 2017
0,11	7,78	33,34	2,85	№390 СБ дошк 2016
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>17,75</b>	<b>63,81</b>	<b>499,25</b>	<b>17,54</b>	
3,76	7,22	80,45	1,95	№419 Сб дошк 2016
2,70	9,60	67,47		
<b>6,46</b>	<b>16,82</b>	<b>147,92</b>	<b>1,95</b>	
0,03	6,17	27,36	1,27	ТТК №135 от 26.02.2019
20,51	25,04	310,24	5,63	№308 СБ дошк 2016

0,02	5,18	21,89	2,24	№393 Дели2010
0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>20,72</b>	<b>46,22</b>	<b>406,49</b>	<b>9,14</b>	
<b>55,85</b>	<b>162,63</b>	<b>1326,12</b>	<b>31,28</b>	

Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
4,52	18,43	127,17	0,00	ТТК №6Д
2,38	9,47	71,36	1,35	№413 Сб дошк 2016
4,36	12,92	98,50		№1 Дели2010

<b>11,25</b>	<b>40,83</b>	<b>297,03</b>	<b>1,35</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
2,16	4,36	40,14	1,40	№57 СБ дошк 2016
1,70	10,47	70,91	4,95	№88 СБ дошк 2016
7,97	14,70	177,15	6,20	ТТК №580/а от 24,06,2020
0,38	9,31	44,65	9,50	№386 СБ дошк.2016
0,06	7,17	35,05	19,61	№346, СБ дошк 2016
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>12,75</b>	<b>61,85</b>	<b>447,10</b>	<b>41,66</b>	
3,76	6,32	76,69	0,45	№420 Сб дошк 2016
3,06	6,25	54,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
<b>6,82</b>	<b>12,57</b>	<b>130,89</b>	<b>0,45</b>	

8,32	2,74	118,76	2,57	№293 сб дошк 2016
3,11	18,01	111,77		№331 Сб дошк 2016
0,21	5,59	26,25	74,96	№ 417 Дели2016
0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>11,80</b>	<b>36,18</b>	<b>303,78</b>	<b>77,53</b>	
<b>42,62</b>	<b>164,05</b>	<b>1231,80</b>	<b>123,49</b>	

щевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,32	35,49	220,41	0,67	ТТК № 2Д
2,01	4,99	35,54	0,97	№395Дели2010
4,38	14,82	106,70	0,16	

<b>12,70</b>	<b>55,30</b>	<b>362,65</b>	<b>1,80</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
0,04	2,13	9,98	1,09	№41 СБ дошк 2016
3,55	10,15	94,57	7,43	№83 сб дошк 2016
3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
3,69	27,40	166,69	1,15	№180, сб дошк2016
0,09	11,77	48,91	1,86	№394, сб дошк2016

0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>11,74</b>	<b>74,64</b>	<b>488,34</b>	<b>11,69</b>	
3,76	8,01	83,17	1,05	№420 Сб дошк 2016
3,65	19,45	134,67	0,03	№410,468 шк 2017
<b>7,41</b>	<b>27,46</b>	<b>217,83</b>	<b>1,08</b>	
9,14	7,83	153,16		СБ дошкольн. №299, 2016
5,90	11,50	106,40	6,94	№148 ,сб дошк 2016
				№366 ,сб дошк 2016

0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб дошк 2016
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>15,25</b>	<b>60,61</b>	<b>427,65</b>	<b>6,97</b>	
<b>47,10</b>	<b>230,63</b>	<b>1549,48</b>	<b>24,04</b>	

ищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,06	22,62	162,37	0,82	ГТК №4Д
2,66	4,99	48,86	1,19	№397 Дели2010
4,36	12,92	98,50		№1 Дели2010
<b>13,07</b>	<b>40,53</b>	<b>309,73</b>	<b>2,01</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
4,02	2,92	50,04	3,85	№46,сб дошк 2016

5,57

4,95

88,12

9,72

№73,128,сб дошк 2016

8,56

6,58

136,77

1,91

ТТК 698 от 09.04.2021

2,63	23,41	134,16		№219 Сб дошк.2016
0,06	12,40	51,73	0,00	№394 СБ дошк 2016
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>21,32</b>	<b>66,10</b>	<b>540,03</b>	<b>15,48</b>	
3,76	7,22	80,45	1,95	№419 Сб дошк 2016
1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
<b>5,72</b>	<b>22,10</b>	<b>163,85</b>	<b>1,95</b>	
16,90	2,69	223,57	0,28	№229,сб дошк2016
0,19	7,14	36,19	36,19	2012 стр.186 табл.9
0,02	5,18	21,89	2,24	№393 Дели2010
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>17,31</b>	<b>27,31</b>	<b>340,40</b>	<b>38,71</b>	
<b>57,42</b>	<b>168,67</b>	<b>1407,00</b>	<b>60,65</b>	

ашевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
6,29	30,97	205,03	0,67	ТТК №9Д

2,38	9,47	71,36	1,35	№413 СБ дошк 2016
5,06	12,26	107,57	0,04	№3,сб дошк 2016
<b>13,73</b>	<b>52,71</b>	<b>383,95</b>	<b>2,06</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
0,00	12,63	53,00	2,50	
0,03	0,90	6,91	9,01	№47 СБ дошк 2016
3,95	7,40	74,04	5,05	№82 сб дошк2016
8,43	1,96	98,20	0,72	№293 сб дошк 2016
3,84	16,36	109,84	14,53	№ 339 СБ дошк 2016

0,00	13,00	52,00	0,83	№648 сбшк2004
0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>16,74</b>	<b>55,46</b>	<b>420,19</b>	<b>30,14</b>	
1,35	5,42	50,13	1,08	№420 СБ дошк 2016
3,47	19,95	123,50	0,12	стр 150 СбКазань 1997
<b>4,82</b>	<b>25,37</b>	<b>173,63</b>	<b>1,20</b>	
5,63	37,02	231,40	0,05	№203 сб дошк 2016
0,38	9,31	44,65	9,50	№386 СБ

0,01	5,01	19,95	0,02	дошк.2016 №392 Дели2010
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>6,22</b>	<b>63,65</b>	<b>354,75</b>	<b>9,57</b>	
<b>41,51</b>	<b>209,80</b>	<b>1385,52</b>	<b>45,47</b>	

пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
жиры	угл-ды	Ккал	С	
7,73	26,29	198,73	0,67	ГТК №5Д
2,01	4,99	35,54	0,97	№395 Дели2010
4,36	12,92	98,50		№1 Дели2010
<b>14,10</b>	<b>44,20</b>	<b>332,78</b>	<b>1,64</b>	
0,00	12,63	53,00	2,50	№418 сб дошк 2016
<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
1,56	1,88	25,08	3,30	№10 СБ дошк 2016
5,18	7,00	95,62	0,54	№94 сб дошк2016

5,23	4,24	115,50	3,22	Акт проработки от 25.12.2018 №569
5,90	11,50	106,40	6,94	№148 ,сб дошк 2016
				№366 ,сб дошк 2016
0,06	9,1	39	30,08	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020

0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>18,41</b>	<b>49,58</b>	<b>460,48</b>	<b>44,08</b>	
3,76	7,22	80,45	1,95	№419 Сб дошк 2016
2,70	9,60	67,47		
<b>6,46</b>	<b>16,82</b>	<b>147,92</b>	<b>1,95</b>	
5,44	1,14	87,78	0,20	№284 Сб дошк 2016
				№371 Сб дошк 2016
3,08	15,35	102,73		№182,сбдошк 2016
0,21	5,59	26,25	74,96	№ 417 Дели2016
0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>8,93</b>	<b>34,38</b>	<b>275,50</b>	<b>75,16</b>	
<b>47,90</b>	<b>157,61</b>	<b>1269,69</b>	<b>125,33</b>	
<b>489,42</b>	<b>1846,62</b>	<b>13794,98</b>	<b>637,99</b>	

зносные

































