



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) | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С | Сборник рецептов |
|---------------------------------------------------------|--------------|-----------------|--------|------------------|--------------|--------------|---------------------------------|--------------|---------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным | 180/3 | 13,50 | 13,50 | 5,34 | 8,40 | 29,46 | 215,85 | 0,86 | ТТК №7Д |
| Крупа рисовая | | 10,00 | 10,00 | | | | | | |
| Крупа пшеничная | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| Молоко | | 68,00 | 68,00 | | | | | | |
| Вода | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Сахар | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| соль иодированная | | 3 | 3 | | | | | | |
| Масло сливочное | | | | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 2,50 | 2,50 | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 | 1,17 | №414 Дели 2016 |
| Кофейный напиток | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Сахар | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| Молоко | | 108,00 | 108,00 | | | | | | |
| Вода | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом сливочным | 30/5/5 | 30,00 | 30,00 | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,07 | №3 сб дошк 2016 |
| Батон нарезной | | 5,10 | 5,00 | | | | | | |
| Сыр | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | | | | | | | | |
| Итого: | 409 | | | 11,80 | 16,64 | 55,30 | 419,20 | 2,10 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180/3 | 185,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | №420 СБ дошк 2016 |
| кисломолочный напиток | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| сахар | | | | | | | | | |
| Итого: | 183 | | | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с яблоками | 60 | 45,00 | 36,00 | 0,0732 | 3,06 | 6,699 | 54,06 | 10,12 | №46 сб шк Дели2017 |
| капуста свежая б/к | | 20,52 | 18,00 | | | | | | |
| яблоки свежие | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| соль иодированная | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| сахарный песок | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| масло растительное | | | | | | | | | |
| Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками | 180/10 | 11,97 | 11,40 | 4,93 | 3,80 | 12,68 | 114,56 | 6,18 | №88 сб дошк 2016 |
| говядина (котлетное мясо) | | 11,97 | 11,40 | | | | | | |
| или фарш говяжий | | 1,19 | 1,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 0,96 | 0,80 | | | | | | |
| Яйцо | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Вода для фарша | | 0,10 | 0,10 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 14,30 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 10,00 | | | | | | |
| масса готовых фрикаделек | | 79,80 | 60,00 | | | | | | |
| Картофель | | 10,00 | 8,00 | | | | | | |
| Морковь | | 9,52 | 8,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 8,00 | 8,00 | | | | | | |
| вермишель | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| соль иодированная | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| Вода | | | | | | | | | |
| Котлеты рубленые из говядины | 70 | 51,16 | 49,00 | 11,79 | 13,09 | 11,51 | 211,06 | 0,84 | №299 СБ дошкольн., 2016 |
| говядина (котлетное мясо) | | 51,16 | 49,00 | | | | | | |
| или фарш говяжий | | 14,64 | 12,30 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 11,00 | 11,00 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 14,70 | 14,70 | | | | | | |
| вода питьевая | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| сухари панировочные | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 84,00 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | 0,80 | 0,80 | | | | | | |
| масло растительное | | | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным | 130/3 | 54,70 | 54,70 | 4,09 | 5,97 | 20,33 | 142,30 | 1,36 | №180, сб дошк 2016 |
| крупа гречневая | | 82,00 | 82,00 | | | | | | |
| вода питьевая | | 0,33 | 0,33 | | | | | | |
| соль иодированная | | | 115,00 | | | | | | |
| масса каши | | 22,00 | 17,00 | | | | | | |
| морковь | | 2,40 | 2,00 | | | | | | |
| лук репчатый | | | 130,00 | | | | | | |
| масса каши с овощами | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| масло сливочное | | | | | | | | | |
| Напиток из сухофруктов | 180 | 15,30 | 15,00 | 0,60 | 0,08 | 16,81 | 72 | 0,65 | №394 Сб дошк 2016 |
| сухофрукты | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Сахар | | 183,00 | 183,00 | | | | | | |
| вода | | | | | | | | | |
| 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: | 703 | | | 26,36 | 26,74 | 98,17 | 741,44 | 19,15 | |

| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | 60/20 | | | 11,97 | 3,91 | 5,87 | 106,67 | 0,46 | №286 СБ дошк 2016 |
|------------------------------------------------------------------|----------------------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|------------------------------|
| Пудинг рыбный | 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 | Картофель | 140 | 159,60 | 119,70 | 2,86 | 4,48 | 19,08 | 128,10 | 16,96 | №339 СБ дошк 2016 |
| | 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 | №410, 411 Дели 2016 |
| | чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | | |
| Кондитерское изделие | вафли | 20 | 20,00 | 20,00 | 0,75 | 6,10 | 12,50 | 108,50 | | табл 6 стр 136, Дели +, 2012 |
| | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Хлеб пшеничный | | 100 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 | №386 СБ дошк. 2016 |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины) | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 556 | | | 18,32 | 15,15 | 68,02 | 484,71 | 27,45 | |
| ВСЕГО: | | 1851 | | | 61,70 | 63,03 | 231,68 | 1747,35 | 49,96 | |

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин С | Сборник рецептов | | | |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|-------|--------|-------------------------|-----------|-------------------|-----------------|------|-------------------|
| | | Кол - во (в гр) брутто | Кол - во (в гр) нетто | белки | жиры | угл-ды | | | | | | |
| | | | | Ккал | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша полбяная молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 4,81 | 7,85 | 29,38 | 207,32 | 0,86 | 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 | | | | | | | | |
| Какао с молоком | 180/6 | Масло сливочное | 3,00 | 3,00 | 3,67 | 3,19 | 10,87 | 90,78 | 1,43 | №416 Дели 2016 | | |
| | | 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 | Масло сливочное | 30,00 | 30,00 | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2010 | | |
| | | Батон нарезной | 5,00 | 5,00 | | | | | | | | |
| Итого: | 404 | | | 10,77 | 15,54 | 55,74 | 409,78 | 2,29 | | | | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 СБ дошк 2016 | | | |
| | | кисломолочный напиток | 180 | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | | 0,45 | | |
| Итого: | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 50 | | | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6 | 2,45 | №71, сб шк 2017 | | | |
| | | огурцы свежие | 51 | 50 | | | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной | 180/7 | | | 1,48 | 4,59 | 8,12 | 85,97 | 7,71 | №63 сб дошк 2016 | | | |
| | | 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 | 0,20 | 0,20 | | | | | | | | |
| | | Томат-паста | 2,00 | 2,00 | | | | | | | | |
| | | Масло растительное | 4,00 | 4,00 | | | | | | | | |
| | | соль иодированная | 0,70 | 0,70 | | | | | | | | |
| | | Бульон | 140,00 | 140,00 | | | | | | | | |
| | | Сметана | 7,00 | 7,00 | | | | | | | | |
| | | Плов из отварной птицы | 200 | | | 11,19 | 10,93 | 31,80 | | 282,55 | 0,18 | №321 сб дошк 2016 |
| | | | | цыпленка-бройлеры с/м | 78,00 | 73,6 | | | | | | |
| | | | | масса отварной птицы | | 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 | 0,8 | 0,8 | | | | | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 180 | масса гарнира | | 168,0 | 0,14 | 0,14 | 25,09 | 103,14 | 0,81 | №342 сб шк 2017 | | |
| | | яблоки свежие | 34,00 | 30,00 | | | | | | | | |
| сахар | 6,00 | 6,00 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------|---------------------------------------|-------------|--------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------------------------|
| | вода | | 183,00 | 183,00 | | | | | | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Хлеб пшеничный | | 25 | 25,00 | 25,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 | 0,00 | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого: | | 687 | | | 18,03 | 16,45 | 96,10 | 625,60 | 11,15 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | | 130/20 | | | 24,20 | 20,06 | 32,78 | 408,20 | 0,54 | №251, сб дошк 2016 |
| | Творог | | 121,55 | 119,20 | | | | | | |
| | Крупа манная | | 7,80 | 7,80 | | | | | | |
| | Йогурт | | 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 | | | | | | |
| | молоко сгущенное | | 20,40 | 20,00 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 180/6/7 | | | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 | 2,83 | №412 Дели 2016 |
| | чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | лимон | | 8,00 | 7,00 | | | | | | |
| | Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Булочка дорожная | | 50 | | | 3,39 | 6,98 | 26,07 | 181,00 | | №453 сб дошк 2016 |
| | Мука пшеничная | | 30,50 | 30,00 | | | | | | |
| | мука пшеничная на полбыл | | 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 | | | | | | |
| | | | 180 | 180 | | | 18,18 | 76,00 | 3,60 | №418 Дели 2016 |
| Сок (нектар) разливной | | 573 | | | 28,52 | 27,07 | 83,26 | 691,68 | 6,97 | |
| Итого: | | 1844 | | | 62,54 | 63,56 | 242,66 | 1819,06 | 20,86 | |
| ВСЕГО: | | | | | | | | | | |

День 3 - ий

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) брутто | Кол - во (в гр) нетто | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин | Сборник рецептов |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------------|-----------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|-----------------------|
| | | | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 6,04 | 5,54 | 30,04 | 214,80 | | 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 | | | | | | |
| Чай с молоком, сахаром | 180/6 | | | 3,03 | 2,40 | 10,48 | 75,76 | 1,38 | №413 сб дошк 2016 |
| | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | | 6 | 6 | | | | | | |
| | | 92 | 90 | | | | | | |
| | | 90 | 90 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | | | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2010 |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 404 | | | 11,36 | 12,44 | 56,01 | 402,24 | 1,38 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 СБ дошк 2016 |
| кисломолочный напиток | 180 | 185 | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| Итого: | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром (молодой урожай) | 60 | | | 0,75 | 0,06 | 6,97 | 31,38 | 2,88 | №42, СБ дошк 2016 |
| | | 72,00 | 57,60 | | | | | | |
| | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне из индейки | 180 | | | 1,42 | 1,95 | 8,72 | 61,74 | 5,94 | №86 сб дошк 2016 |
| | | 12,00 | 12,00 | | | | | | |
| | | 80,00 | 60,00 | | | | | | |
| | | 10,00 | 8,00 | | | | | | |
| | | 9,52 | 8,00 | | | | | | |
| | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| | | 120,00 | 120,00 | | | | | | |
| Гуляш из отварной индейки | 40/40 | | | 13,55 | 8,08 | 2,72 | 136,31 | 0,74 | №260 сб рецептов 2017 |
| | | 56,00 | 56,00 | | | | | | |
| | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | | | 40,00 | | | | | | |
| | | 17,50 | 14,00 | | | | | | |
| | | 8,50 | 7,10 | | | | | | |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | | 2,70 | 2,70 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------|--------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------------------------|-----|-----|-----|------|-------|-------|------|-----------------|
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | Соль йодированная | 130/3 | 0,20 | 0,20 | 4,91 | 3,13 | 27,60 | 158,16 | | №219 Сб дошк 2016 | | | | | | | | |
| Кисель | макаронные изделия | 180 | 45,50 | 45,50 | 0,54 | 0,09 | 16,18 | 75,24 | 0,99 | ТТК | | | | | | | | |
| | вода | | 275,00 | 275,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | Кисель-концентрат | 20 | 21,00 | 21,00 | 1,52 | 0,16 | 9,85 | 47,05 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 | | | | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 20,00 | 20,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 | | | | | | | | |
| Итого: | | 698 | | | 25,66 | 14,01 | 89,88 | 599,07 | 10,55 | | | | | | | | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами | | 50/25 | | | 6,83 | 5,88 | 11,06 | 124,98 | 0,93 | ТТК №784 от 17.11.2023 | | | | | | | | |
| соус томатный с овощами | рыба (минтай с/м БГ) | 140 | 51,50 | 37,5 | 3,8 | 8,25 | 29,53 | 212,8 | 20,3 | №147 сб шк 2017 | | | | | | | | |
| | или фарш рыбный | | 39,40 | 37,5 | | | | | | | | | | | | | | |
| | хлеб пшеничный | | 5,00 | 5,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | вода питьевая | | 8,10 | 8,10 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 11,40 | 9,50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масло растительное | | 0,75 | 0,75 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса протушенного лука | | | 4,75 | | | | | | | | | | | | | | |
| | яйцо куриное | | 0,90 | 0,75 | | | | | | | | | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,42 | 0,42 | | | | | | | | | | | | | | |
| | сукри панировочные | | 5,00 | 5,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масса полуфабриката | | | 59,0 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1,00 | 1,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса готовых котлет | | | 50,0 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 25,0 | | | | | | | | | | | | | | |
| | лук репчатый | | 3,0 | 2,50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | морковь | | 6,25 | 5,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масло растительное | | 0,75 | 0,75 | | | | | | | | | | | | | | |
| | бульон или вода | | 25,0 | 25,0 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1,125 | 1,125 | | | | | | | | | | | | | | |
| | мука пшеничная | | 1,125 | 1,125 | | | | | | | | | | | | | | |
| | морковь | | 1,875 | 1,5 | | | | | | | | | | | | | | |
| | лук репчатый | | 0,90 | 0,75 | | | | | | | | | | | | | | |
| | томатная паста | | 1,50 | 1,50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 0,40 | 0,40 | | | | | | | | | | | | | | |
| | сахар | | 0,25 | 0,25 | | | | | | | | | | | | | | |
| | соль йодированная | | 0,25 | 0,25 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса готового томатного соуса | | | 22,50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса томатного соуса с овощами | | | 25,00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Картофель запеченный | | картофель | 140 | | | | | | | 270 | 203 | 3,8 | 8,25 | 29,53 | 212,8 | 20,3 | №147 сб шк 2017 |
| | | | масло растительное | | | | | | | | 5 | 5 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,35 | 0,35 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Напиток из шиповника | | 180/6 | | | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 | 43,92 | №399 сб дошк 2016 | | | | | | | | |
| | шиповник | | 18,4 | 18 | | | | | | | | | | | | | | |
| | сахар | | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| | вода | | 180 | 180 | | | | | | | | | | | | | | |
| Кондитерское изделие | печенье | 20 | 20,00 | 20,00 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | | табл 6 стр 136, Дели + 2012 | | | | | | | | |
| | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,77 | 70,50 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели + 2012 | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 100 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 | №386 СБ дошк. 2016 | | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины) | | 551 | | | 15,42 | 16,98 | 86,73 | 570,06 | 75,15 | | | | | | | | | |
| Итого: | | 1833 | | | 57,67 | 47,93 | 240,18 | 1663,37 | 87,53 | | | | | | | | | |
| ВСЕГО: | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

День 4 - ый

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С | Сборник рецептур | |
|-----------------------------------------------|--------------|--------------------|--------|------------------|--------------|--------------|------------------------------|-------------|------------------|-------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 7,44 | 8,07 | 33,80 | 238,71 | 0,86 | ТТК №5Д | |
| | | Крупа геркулесовая | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| | | Молоко | 158,00 | 158,00 | | | | | | |
| | | Сахар | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | | соль йодированная | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | Масло сливочное | 3,00 | 3,00 | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 | 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 сыром, маслом сливочным | 30/5/5 | | | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,07 | №3 сб дошк 2016 | |
| | | Батон нарезной | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | Сыр | 5,10 | 5,00 | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 409 | | | 13,90 | 16,31 | 59,64 | 442,06 | 2,10 | | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180 | | 185,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 СБ дошк 2016 |
| | 180 | | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------|-----------|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|----------------------|
| Какао с молоком | соль иодированная | 180/6 | 1,00 | 1,00 | 3,67 | 3,19 | 10,87 | 90,78 | 1,43 | №416 Дели 2016 |
| | Какао-порошок | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | Молоко | | 110,00 | 110,00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | Вода | 30/5 | 80,00 | 80,00 | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2010 |
| | Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | | 421 | | | 11,71 | 12,90 | 43,19 | 334,86 | 2,19 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, даттык) | кисломолочный напиток | 180/3 | 185,00 | 180,00 | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | №420 СБ дошк 2016 |
| | сахар | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Итого: | | 183 | | | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из свежей (ранней) капусты с морковью | капуста свежая б/к | 60 | 62,50 | 50,00 | 0,84 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 19,47 | №21 сб дошк Дели2016 |
| | масса протретой капусты | | | 45,00 | | | | | | |
| | морковь | | 12,50 | 10,00 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | сахарный песок | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | масло растительное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | Рассольник домашний, с мясными фрикадельками и со сметаной | | Картофель | 180/10/5 | | | | | | |
| капуста свежая | 18,00 | 14,40 | | | | | | | | |
| Морковь | 9,00 | 7,20 | | | | | | | | |
| Лук репчатый | 8,64 | 7,20 | | | | | | | | |
| Масло растительное | 3,60 | 3,60 | | | | | | | | |
| огурцы соленые | 19,66 | 10,80 | | | | | | | | |
| соль иодированная | 0,70 | 0,70 | | | | | | | | |
| Бульон | 126,00 | 126,00 | | | | | | | | |
| Сметана | 5,00 | 5,00 | | | | | | | | |
| говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий | 11,97 | 11,40 | | | | | | | | |
| Лук репчатый | 1,19 | 1,00 | | | | | | | | |
| Яйцо куриное | 0,96 | 0,80 | | | | | | | | |
| Вода питьевая | 1,00 | 1,00 | | | | | | | | |
| Соль йодированная | 0,10 | 0,10 | | | | | | | | |
| Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом | говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий | 150/30 | 39,00 | 37,50 | 17,88 | 18,84 | 21,55 | 317,99 | 5,12 | №308 СБ дошк 2016 |
| | Масло растительное | | 2,80 | 2,80 | | | | | | |
| | масса готового мясного фарша | | | 30,00 | | | | | | |
| | Картофель | | 190,70 | 143,45 | | | | | | |
| | масса отварного протертого картофеля | | | 136,60 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 12,72 | 10,60 | | | | | | |
| | масло растительное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| | масса припущенного лука | | | 7,70 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | сахари панировочные | | 3,20 | 3,20 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 175,00 | | | | | | |
| | выход готовой запеканки | | | 150,00 | | | | | | |
| | Соус сметанный : | | | 30,00 | | | | | | |
| Сметана | 7,50 | 7,50 | | | | | | | | |
| Мука пшеничная | 2,00 | 2,00 | | | | | | | | |
| вода | 22,50 | 22,50 | | | | | | | | |
| Компот из изюма и яблок | яблоки свежие | 180 | 16,53 | 14,50 | 0,35 | 0,12 | 26,2 | 108 | 1,44 | ТТК |
| | изюм | | 9,18 | 9,00 | | | | | | |
| | масса отварных сухофруктов | | | 14,40 | | | | | | |
| | Вода | | 183,00 | 183,00 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | | | | | | |
| Итого: | | 660 | | | 25,68 | 28,14 | 80,38 | 677,77 | 35,55 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | яйцо | 150 | 114,00 | 95,00 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 | 0,28 | №229, сб дошк 2016 |
| | молоко | | 60,00 | 60,00 | | | | | | |
| | масса омлетной смеси | | | 155,00 | | | | | | |
| | масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | масса готового омлета | | | 150,00 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | чай весовой | 180/6/7 | 0,45 | 0,45 | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 | 2,83 | №412 Дели 2016 |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | лимон | | 8,00 | 7,00 | | | | | | |
| | Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин) | | 100 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 | №386 СБ дошк 2016 |
| | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 473 | | | 16,75 | 25,50 | 33,44 | 433,71 | 13,11 | |
| ВСЕГО: | | 1737 | | | 59,36 | 71,04 | 167,20 | 1548,34 | 52,11 | |

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность Ккал | Витамины С | Сборник рецептов |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|--------|------------------|--------------|--------------|---------------------------------|---------------|------------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша пшеница молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 5,17 | 5,33 | 24,92 | 184,24 | | ТТК № 6Д |
| крупы пшеницы | | 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 | 3 | | | | | | |
| 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 | | | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,07 | №3 сб дошк 2016 |
| Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| Сыр | | 5,10 | 5,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 409 | | | 11,81 | 13,56 | 50,89 | 388,77 | 1,45 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык) | 180 | 185 | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 Сб дошк 2016 |
| Итого: | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Томаты свежие порционно | 50 | 51 | 50 | 0,55 | 0,1 | 1,9 | 11 | 8,75 | №71, сб шк 2017 |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной | 180/7 | | | 1,48 | 4,59 | 8,12 | 85,97 | 7,71 | №63, сб дошк 2016 |
| 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 | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| Томат-паста | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| соль водированная | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| Бульон | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| 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 |
| пыльца - бройлеры с/м или фарш куриный | | 50,00 | 32,50 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | | 34,20 | 32,50 | | | | | | |
| Вода | | 7,50 | 7,50 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 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 | 45,50 | 45,50 | 3,72 | 1,26 | 27,63 | 141,76 | | №219, сб дошк 2016 |
| вермишель | | 0,35 | 0,35 | | | | | | |
| соль водированная | | 275,00 | 275,00 | | | | | | |
| Вода | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | | | | | | | | |
| Напиток из сухофруктов | 180 | 15,30 | 15,00 | 0,60 | 0,08 | 16,81 | 71,52 | 0,65 | №394 Сб дошк 2016 |
| сухофрукты | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| Сахар | | 183,00 | 183,00 | | | | | | |
| вода | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 45 | 45 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого: | 667 | | | 15,54 | 13,03 | 79,66 | 511,94 | 17,49 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Биточки рубленые из рыбы | 80 | | | 9,76 | 6,21 | 11,74 | 142,4 | 0,25 | ТТК №3 |
| рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный | | 82,20 | 60,00 | | | | | | |
| крупы мшиная | | 63,00 | 60,00 | | | | | | |
| яйцо | | 2,10 | 2,10 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 1,44 | 1,20 | | | | | | |
| вода | | 18,00 | 15,00 | | | | | | |
| соль водированная | | 11,20 | 11,20 | | | | | | |
| сахар | | 0,65 | 0,65 | | | | | | |
| сахар | | 0,16 | 0,16 | | | | | | |
| сухари панарочные | | 8,00 | 8,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 94,40 | | | | | | |
| Рис отварной рассыпчатый с | 130/3 | | | 3,14 | 5,46 | 32,56 | 192,01 | | №304 сб шк 2017 |
| Крупа рисовая | | 46,80 | 46,80 | | | | | | |
| соль водированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|-----------------|-------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------------------------|
| Чай с мармеладом | Вода питьевая | 98,00 | 98,00 | 0 | 0 | 19,32 | 72,89 | 0,02 | №411 сб дошк 2016 |
| | Масло сливочное | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | чай весовой | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | вода питьевая | 160 | 160 | | | | | | |
| | мармелад | 10 | 10 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,77 | 70,57 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Сок (нектар) разливной | 180 | 180 | 180 | 0,80 | | 18,18 | 76,00 | 3,60 | №418 Дели 2016 |
| Итого: | 593 | | | 15,98 | 11,91 | 96,57 | 553,87 | 3,87 | |
| ВСЕГО: | 1849 | | | 48,55 | 43,00 | 234,68 | 1546,58 | 23,26 | |

День 7- ой

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С | Сборник реестур |
|------------------------------------------------------|--------------|---------------|--------------|------------------|--------------|--------------|------------------------------|-------------|-------------------------|
| | | брутто (в гр) | нетто (в гр) | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 6,04 | 5,54 | 30,04 | 214,80 | | 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 | 180/6 | | | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 | 1,17 | №414 Дели 2016 |
| | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| | | 108,00 | 108,00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | | | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2016 |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 404 | | | 11,18 | 12,45 | 55,88 | 401,06 | 1,17 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 Сб дошк 2016 |
| кисломолочный напиток | 180 | 185 | 180 | | | | | | |
| Итого: | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Капуста тушеная (доп. гарнир) | 50 | | | 1,03 | 1,62 | 4,71 | 37,55 | | №139 сб шк 2017 |
| | | 71,25 | 57,00 | | | | | | |
| | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | | 3,75 | 3,00 | | | | | | |
| | | 4,80 | 4,00 | | | | | | |
| | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| | | 1,50 | 1,50 | | | | | | |
| | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками | 180/10 | | | 4,56 | 4,48 | 13,61 | 123,47 | 4,19 | №91,128 сб дошк 2016 |
| | | 79,80 | 60,00 | | | | | | |
| | | 9,00 | 7,20 | | | | | | |
| | | 8,60 | 7,20 | | | | | | |
| | | 1,80 | 1,80 | | | | | | |
| | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | | 135,00 | 135,00 | | | | | | |
| | | | 18,00 | | | | | | |
| | | 5,50 | 5,50 | | | | | | |
| | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | | 1,92 | 1,60 | | | | | | |
| | | 8,80 | 8,80 | | | | | | |
| | | 0,16 | 0,16 | | | | | | |
| | | | 16,20 | | | | | | |
| | | | 18,00 | | | | | | |
| | | 11,97 | 11,40 | | | | | | |
| | | 11,97 | 11,40 | | | | | | |
| | | 1,19 | 1,00 | | | | | | |
| | | 0,96 | 0,80 | | | | | | |
| | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | | 0,10 | 0,10 | | | | | | |
| | | | 14,30 | | | | | | |
| | | | 10,00 | | | | | | |
| Котлеты рубленные из говядины | 70 | | | 11,79 | 13,09 | 11,51 | 211,06 | 0,84 | Сб дошкольн. №299, 2016 |
| | | 51,16 | 49,00 | | | | | | |
| | | 51,16 | 49,00 | | | | | | |
| | | 14,64 | 12,30 | | | | | | |
| | | 11,00 | 11,00 | | | | | | |
| | | 14,70 | 14,70 | | | | | | |
| | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| | | | 84,00 | | | | | | |
| | | 0,80 | 0,80 | | | | | | |
| Пюре Картофельное | 140 | | | 2,86 | 4,48 | 19,08 | 128,10 | 16,96 | №339 СБ дошк 2016 |
| | | 159,60 | 119,70 | | | | | | |
| | | 22,12 | 21,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| | | 0,52 | 0,52 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 180 | | | 0,14 | 0,14 | 25,09 | 103,14 | 0,81 | №342 сб шк 2017 |
| | | 34,00 | 28,00 | | | | | | |
| | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | | 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 |
| Итого: | 675 | | | 23,36 | 24,35 | 91,84 | 692,51 | 22,80 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный запеченный с повидлом | 130/20 | | | 16,71 | 15,51 | 39,07 | 360,20 | 0,34 | №222 СБ дошк 2016 |
| Творог | | 121,20 | 120,00 | | | | | | |
| Манная крупа | | 10,40 | 10,40 | | | | | | |
| Сахар | | 10,40 | 10,40 | | | | | | |
| Яйцо куриное | | 6,24 | 5,20 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Сухари панировочные | | 5,20 | 5,20 | | | | | | |
| Сметана | | 5,20 | 5,20 | | | | | | |
| Повидло | | 20,40 | 20,00 | | | | | | |
| Напиток из шиповника | 180/6 | | | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 | 90,00 | №399 сБ дошк 2016 |
| шиповник | | 18,40 | 18,00 | | | | | | |
| сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарины) | 100 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 | №386 СБ дошк. 2016 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,77 | 70,57 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Итого: | 486 | | | 20,00 | 16,40 | 70,32 | 509,15 | 100,34 | |
| ВСЕГО: | 1745 | | | 59,76 | 57,70 | 225,61 | 1694,72 | 124,76 | |

День 8 - ой

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С | Сборник рецептов |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|--------|------------------|--------------|--------------|------------------------------|-------------|-----------------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 5,45 | 5,30 | 29,08 | 186,30 | 1,05 | ТТК №4Д |
| Крупа манная | | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| Молоко | | 158,00 | 158,00 | | | | | | |
| Сахар | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Какао с молоком | 180/6 | | | 3,67 | 3,19 | 10,87 | 90,78 | 1,43 | №416 Дели 2016 |
| 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 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2010 |
| Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 404 | | | 11,41 | 12,99 | 55,44 | 388,76 | 2,48 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык) | 180/3 | | | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | №420 СБ дошк 2016 |
| кисломолочный напиток | | 185,00 | 180,00 | | | | | | |
| сахар | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Итого: | 183 | | | 5,22 | 4,50 | 10,19 | 102,00 | 1,26 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 50 | | | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 2,45 | №71, сБ шк 2017 |
| огурцы свежие | | 51 | 50,00 | | | | | | |
| Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной | 180/7 | | | 1,36 | 4,59 | 4,77 | 70,02 | 8,00 | №73, сБ дошк 2016 |
| Капуста свежая | | 45,00 | 36,00 | | | | | | |
| Картофель | | 28,73 | 21,60 | | | | | | |
| Морковь | | 9,00 | 7,20 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 8,57 | 7,20 | | | | | | |
| Масло растительное | | 4,00 | 4,00 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| Вода | | 140,00 | 140,00 | | | | | | |
| Сметана | | 7,00 | 7,00 | | | | | | |
| Биточки "Домашние" | 70 | | | 10,38 | 8,10 | 14,95 | 154,75 | 0,07 | Акт проработки от 25.12.2018 №569 |
| цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный | | 84,9 | 55,13 | | | | | | |
| морковь | | 57,89 | 55,13 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 16,53 | 13,12 | | | | | | |
| Масло растительное | | 18 | 15 | | | | | | |
| масса припущенного лука | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,57 | 0,57 | | | | | | |
| яйцо | | 0,84 | 0,7 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 5,25 | 5,25 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | 82,6 | | | | | | |
| масло растительное | | 2,6 | 2,6 | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным | 130/3 | | | 4,09 | 5,97 | 20,33 | 172,30 | 1,36 | №180, сБ дошк 2016 |
| крупа гречневая | | 54,70 | 54,70 | | | | | | |
| вода питьевая | | 82,00 | 82,00 | | | | | | |
| соль йодированная | | 0,33 | 0,33 | | | | | | |
| масса каши | | | 115,00 | | | | | | |
| морковь | | 22,00 | 17,00 | | | | | | |
| лук репчатый | | 2,40 | 2,00 | | | | | | |
| масса каши с овощами | | | 130,00 | | | | | | |
| масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| 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 ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого: | | 665 | | | 19,55 | 19,27 | 75,44 | 560,46 | 14,32 | |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | | 150 | | | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 | 0,28 | №229, сб дошк 2016 |
| | яйцо | | 114,00 | 95,00 | | | | | | |
| | молоко | | 60,00 | 60,00 | | | | | | |
| | масса омлетной смеси | | | 155,00 | | | | | | |
| | масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | масса готового омлета | | | 150,00 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | 180/6 | | | 0,06 | 0,02 | 6,02 | 24,10 | 0,03 | №392 Дели 2010 |
| | чай весовой | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | Вода | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Булочка сладкая | | 50 | | | 4,22 | 4,81 | 25,22 | 151,00 | | Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997 |
| | Мука пшеничная | | 31,00 | 31,00 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | дрожжи сухие | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | Сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | Яйцо | | 3,00 | 2,50 | | | | | | |
| | молоко | | 12,50 | 12,50 | | | | | | |
| | масса теста | | | 50,00 | | | | | | |
| | Сахар | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | масса пф | | | 57,50 | | | | | | |
| | яйцо | | 0,90 | 0,75 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0,13 | 0,13 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,77 | 70,57 | 0,00 | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Сок (нектар) рябиновой | | 180 | 180 | 180 | 0,80 | | 18,18 | 76,00 | 3,60 | №418 Дели 2016 |
| Итого: | | 596 | | | 21,31 | 29,90 | 66,83 | 611,33 | 3,91 | |
| ВСЕГО: | | 1848 | | | 57,49 | 66,66 | 207,90 | 1662,55 | 21,97 | |

День 9- ый

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | 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 |
| | | 22,50 | 22,50 | | | | | | |
| | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| | | 68,00 | 68,00 | | | | | | |
| | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Чай с молоком, сахаром | 180/6 | | | 3,03 | 2,40 | 10,48 | 75,76 | 1,38 | №413 сб дошк 2016 |
| | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| | | 6 | 6 | | | | | | |
| | | 92 | 90 | | | | | | |
| | | 90 | 90 | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом сливочным | 30/5/5 | | | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,04 | №3 сб дошк 2016 |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 5,10 | 5,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 409 | | | 14,37 | 13,83 | 65,78 | 445,69 | 2,28 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое (молоко) | 180 | | | 5,48 | 4,88 | 9,07 | 102,00 | 2,34 | №419 СБ дошк 2016 |
| | | 189,00 | 180,00 | | | | | | |
| Итого: | 180 | | | 5,48 | 4,88 | 9,07 | 102,00 | 2,34 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром (молодой урожай) | 60 | | | 0,75 | 0,06 | 6,97 | 31,38 | 2,88 | №42, Сб дошк 2016 |
| | | 72,00 | 57,60 | | | | | | |
| | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Рассольник денноградский на бульоне из индейки, со сметаной | 180/7 | | | 2,99 | 8,01 | 25,60 | 198,54 | 6,11 | №82 сб дошк 2016 |
| | | 79,80 | 60,00 | | | | | | |
| | | 8,00 | 8,00 | | | | | | |
| | | 10,00 | 8,00 | | | | | | |
| | | 4,76 | 4,00 | | | | | | |
| | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | | 21,84 | 12,00 | | | | | | |
| | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| | | 132,00 | 132,00 | | | | | | |
| | | 7,00 | 7,00 | | | | | | |
| Индейка тушеная с овощами по-татарски | 40/30 | | | 10,76 | 10,11 | 4,01 | 150,93 | 5,03 | ТТК №753 от 20.08.2022 |
| | | 56 | 56,0 | | | | | | |
| | | 0,4 | 0,40 | | | | | | |
| | | | 40,0 | | | | | | |
| | | 26,40 | 22,00 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------------------------|
| Макаронные изделия отварные | морковь | | 12,50 | 12,00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | бульон | 130 | 10,00 | 10,00 | 3,92 | 3,36 | 27,64 | 145,06 | | №219 Сб дошк 2016 |
| Кисель | макаронные изделия | | 45,50 | 45,50 | | | | | | |
| | вода | | 275,00 | 275,00 | | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| | Масло сливочное | 180 | 2,00 | 2,00 | 0,54 | 0,09 | 16,18 | 75,24 | 0,99 | ТТК |
| Хлеб ржаной | Кисель-концентрат | | 21,00 | 21,00 | | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| | вода | 45 | 180,00 | 180,00 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого: | | 672 | | | 21,93 | 22,17 | 98,24 | 690,34 | 15,01 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Запеканка творожная с молоком густеным | Творог | 130/20 | 121,55 | 119,20 | 24,20 | 20,06 | 32,78 | 408,20 | 0,54 | №251, сб дошк 2016 |
| | 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 | | | | | | |
| | молоко густеное | | 20,40 | 20,00 | | | | | | |
| | Чай с сахаром и лимоном | чай весовой | 180/6/7 | 0,45 | 0,45 | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 | 2,83 |
| Сахар | | | 6,00 | 6,00 | | | | | | |
| лимон | | | 8,00 | 7,00 | | | | | | |
| Вода | | | 180,00 | 180,00 | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин) | | 120 | 120 | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 10,00 | №386 СБ дошк. 2016 |
| | Итого: | | 463 | | | | 24,81 | 20,57 | 50,77 | 491,08 |
| ВСЕГО: | | 1724 | | | 66,59 | 61,45 | 223,86 | 1729,11 | 33,00 | |

День 10 - ый

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Кол - во (в гр) | | Пищевые вещества | | | Энергетическая | Витамин | Сборник рецептов |
|-----------------------------------------------|----------------------------|-----------------|--------|------------------|--------------|--------------|------------------|-------------|-------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | ценность Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным | 180/3 | | | 7,44 | 8,07 | 33,81 | 238,71 | 0,86 | ТТК №5Д |
| | Крупа геркулесовая | | 22,50 | 22,50 | | | | | |
| | Молоко | | 158,00 | 158,00 | | | | | |
| | Сахар | | 2,50 | 2,50 | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,50 | 0,50 | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | | | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 | 1,17 | №395 Дели 2010 |
| | Кофейный напиток | | 2,50 | 2,50 | | | | | |
| | Сахар | | 6,00 | 6,00 | | | | | |
| | Молоко | | 90,00 | 90,00 | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | | | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | | №1 Дели 2010 |
| | Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | |
| Итого: | 404 | | | 12,58 | 14,98 | 59,65 | 424,97 | 2,03 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык) | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | №420 Сб дошк 2016 |
| | кисломолочный напиток | | 185 | 180 | | | | | |
| Итого: | 180 | | | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Томаты свежие порционно | 50 | | | 0,55 | 0,1 | 1,9 | 11 | 8,75 | №71, сб шк 2017 |
| | томаты свежие | | 51 | 50 | | | | | |
| Суп-лапша домашняя на курином бульоне | 180 | | | 1,95 | 3,99 | 8,37 | 83,34 | 0,36 | №94 сб дошк 2016 |
| | 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 | | 0,80 | 0,80 | | | | | | |
| Жаркое из филе птицы | 200 | | | 15,67 | 10,64 | 19,60 | 236,20 | 0,72 | ТТК 580/а от 24.06.2020 |
| | цыплята - бройлеры с/м | | 107,3 | 101,2 | | | | | |
| | масса готовой мякоти птицы | | | 44 | | | | | |
| | картофель | | 193 | 145,1 | | | | | |
| | лук репчатый | | 15 | 12,5 | | | | | |
| | морковь | | 7,9 | 6,3 | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5,1 | 5,1 | | | | | |
| | соль иодированная | | 0,8 | 0,8 | | | | | |
| Компот из изюма и яблок | 180 | | | 0,35 | 0,12 | 26,2 | 108,00 | 1,44 | ТТК |
| | яблоки свежие | | 16,53 | 14,50 | | | | | |
| | изюм | | 9,18 | 9,00 | | | | | |
| | масса отварных сухофруктов | | | 14,40 | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------|----------------------------|--------------|----------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|---------------|------------------------------|
| | Вола сахар | | 183,00 6,00 | 183,00 6,00 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | 45 | 45,00 | 45,00 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого: | | 655 | | | 21,49 | 15,39 | 73,91 | 527,73 | 11,27 | |
| Котлеты рыбные | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| | | 70 | | | 8,99 | 4,26 | 7,82 | 101,72 | 0,46 | №234 сб шк 2017 |
| | | | 63,30 | 46,2 | | | | | | |
| | | | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| | | | 12,6 | 12,6 | | | | | | |
| | | | 18,20 | 18,2 | | | | | | |
| Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным | | | 7,0 | 7,0 | | | | | | |
| | | | | 81,0 | | | | | | |
| | | | 3,0 | 3,0 | | | | | | |
| | | 130/2 | | | 3,13 | 2,48 | 31,72 | 161,79 | | №304 сб шк 2017 |
| | | | 46,80 | 46,80 | | | | | | |
| Напиток из шиповника | | | 0,60 | 0,60 | | | | | | |
| | | | 281,70 | 281,70 | | | | | | |
| | | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| | | 180/6 | | | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 | 43,92 | №399 сб дошк 2016 |
| Кондитерское изделие | | | 18,4 | 18 | | | | | | |
| | | | 6 | 6 | | | | | | |
| | | | 180 | 180 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 40,00 | 40,00 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,80 | | табл 6 стр 136, Дели +, 2012 |
| | | | | | | | | | | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Сок (нектар) разливной | | 30 | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,77 | 70,57 | 0,00 | |
| Итого: | | 180 | 180 | 180 | 0,80 | | 18,18 | 76,00 | 3,60 | №418 Дели 2016 |
| ВСЕГО: | | 1877 | | | 58,10 | 46,02 | 250,05 | 1652,96 | 61,73 | |
| ИТОГО за 10 дней | | 18073 | | | 587,45 | 580,48 | 2234,22 | 16697,73 | 506,18 | |
| ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день | | 1807 | | | 58,75 | 58,05 | 223,42 | 1669,77 | 50,62 | |

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., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий 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 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%