

Утверждено
Директор ООО "АБК-Таймент"
Разматвиль Р.Р.



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



День 1 - кий

День 1 -ый		Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	ИНН 1608000000 ИПН 1608000000 ИПН 1608000000		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	Крупа геркулесовая Молоко Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/5	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	7,46	9,52	33,82	251,91	0,86	ТТК №5Д
Яйцо вареное	яйцо	40	48,00	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток Сахар Молоко Вода	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Батон нарезной Сыр Масло сливочное	30/10/5	30,00 10,20 5,00	30,00 10,00 5,00	4,93	7,16	15,49	145,94	0,11	№3 сб дошк 2016
Итого:		456			20,32	23,69	59,94	535,43	2,14	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		150	150,00	150,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:		150			0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	
ОБЕД										
Икра кабачковая	икра кабачковая	60	61,20	60,00	0,54	2,82	3,56	41,76		№54 дошк. СБ 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне, с маслом птицы	картофель-бройлеры порц с/м масса отварной мякоти птицы картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль иодированная бульон клецки: мука пшеничная Масло сливочное яйцо вода соль иодированная масса теста масса готовых клецек	180/20	48,60 79,80 9,00 8,60 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,92 8,80 0,16 16,20 18,00	46,00 20,00 60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,60 8,80 0,16 16,20 18,00	7,24	7,02	13,60	156,26	4,61	№91 сб дошк 2016
Плов из отварной птицы	картофель-бройлеры с/м масса отварной птицы масло сливочное Лук репчатый Морковь Крупа рисовая вода соль иодированная масса гарнира	200	78,00 8,00 11,90 16,25 55,00 86,00 0,80 168,00	73,60 32,00 8,00 10,00 13,00 55,00 86,00 0,80 168,00	11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сб дошк 2016
Напиток из сухофруктов	сухофрукты Сахар вода	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012
Хлеб рисовой		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дети +, 2012
Итого:		730			25,91	21,77	105,27	745,19	5,44	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	200	207,00	200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дети +, 2012
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы Хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное	60/20	68,34 8,25 6,30 12,00 2,25	50,25 39,75 8,25 12,00 2,25	11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016

	соль йодированная		0,40	0,40							
	Масло растительное		1,00	1,00							
	масло подсолнечное			60,00							
	Соус молочный										
	молоко		10,00	10,00							
	масло сливочное		1,10	1,10							
	Мука пшеничная		1,10	1,10							
	Вода		10,00	10,00							
	Сахар		0,20	0,20							
	соль йодированная		0,13	0,13							
	масло соуса			20,00							
Пюре картофельное		150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№339 сб дошк 2016	
	Картофель		170,60	128,30							
	Молоко		23,75	22,50							
	Масло сливочное		5,25	5,25							
	соль йодированная		0,75	0,75							
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Деян 2016	
	чай вешовой		0,45	0,45							
	сахар		6,00	6,00							
	Вода		180,00	180,00							
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Деян +, 2012	
Итого:		671			25,19	15,34	71,16	530,48	19,78		
ВСЕГО:		2007			72,02	61,40	251,07	1881,60	42,36		

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	Крупа полбяная Молоко вода Сахар соль йодированная Масло сливочное	180/5	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 5,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 5,00	4,83	9,30	29,41	220,52	0,86	ТТК №1Д
Какао с молоком	Какао-порошок Сахар Молоко Вода	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Деян 2016
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезной Масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Деян 2010
Йогурт в инд. стаканчике		150	150,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,66	0,45	ТТК
Итого:		556			15,14	20,74	62,07	499,64	2,74	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Деян 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат картофельный с морковью и соевыми огурцами	картофель огурцы соевые морковь лук репчатый масло растительное	60	32,88 32,76 15,36 3,60 3,00	24,00 18,00 12,00 3,00 3,00	0,82	3,13	5,14	51,96	7,20	№23, сб дошк 2016
Борщ со свеклой капустой, с картофелем из мясного бульона, с мясом говядины, со сметаной	говядина (лопатка б/к) мясо отварной говядины Капуста свежая Картофель Морковь Лук репчатый Свекла Сахар Томат-паста Масло растительное соль йодированная Бульон Сметана	180/10/7	16,00 10,00 20,00 21,28 12,50 9,52 41,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	16,00 10,00 16,00 16,00 10,00 8,00 32,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	4,28	4,97	8,17	100,80	7,76	№63 сб дошк 2016
Гушкет из отварной говядины	говядина лопатка б/к соль йодированная мясо отварной говядины морковь лук репчатый вода питьевая томатная паста мука пшеничная в/с масло растительное соль йодированная	40/40	64,00 0,40 40,00 17,50 8,50 30,00 1,20 2,00 2,70 0,20	64,00 0,40 40,00 14,00 7,10 30,00 1,20 2,00 2,70 0,20	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептов 2017
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	гречневая крупа вода питьевая соль йодированная масло сливочное	130/5	61,90 92,30 0,40 5,00	61,90 92,30 0,40 5,00	7,64	5,61	34,49	218,47	0,00	№179 сб дошк 2016
Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	34,00	30,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб пшк 2017

сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	742			30,86	28,20	114,70	844,27	16,51	
Кисломолочный напиток	ПОЛДНИК	200		5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ допик 2016
(капек, кефир, напиток из кефира, йогурт)	кисломолочный напиток		207,00	200,00					
Корюшечная ветрушка		150		18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК
	посылка нм:								
	Масло сливочное		10,70	10,70					
	Мука пшеничная		21,00	21,00					
	Сахарный песок		10,70	10,70					
	творожная начинка:								
	Творог		78,50	78,50					
	Сахарный песок		15,00	15,00					
	Яйцо куриное		18,00	15,00					
	посылка нм:								
	Масло сливочное		4,25	4,25					
	Мука пшеничная		7,80	7,80					
	Сахарный песок		4,25	4,25					
Чай с сахаром и лимоном		180/8/7		0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай всесовой		0,45	0,45					
	Сахар		6,00	6,00					
	лимон		8,00	7,00					
	Вода		180,00	180,00					
Фрукты свежие		150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	144,00	10,00
(апельсин, или яблоки, или банан, или мандарин)									табл 9 стр 186, Дели +, 2012
Итого:	693			26,62	16,74	104,49	676,70	13,43	
ВСЕГО:	2191			73,63	65,68	301,46	2105,41	36,68	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов		Ингредиенты	Масса порции	Кол-во (в г)	Кол-во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК											
Каша ячменная молочная с маслом сливочным			180/5	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 5,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 5,00	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
Котлеты рубленные из говядины			70			8,03	10,70	9,16	179,20		СБ диеты №299, 2016
говядина б/к (котлетное мясо)				51,16	49,00						
				49,00	49,00						
				14,64	12,30						
				11,00	11,00						
				14,70	14,70						
				4,00	4,00						
				0,70	0,70						
					75,30						
Кофейный напиток с молоком			180/6	1,00	1,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Делта 2016
Кофейный напиток				2,50	2,50						
Сахар				6,00	6,00						
Молоко				90,00	90,00						
Вода				108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным			30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Делта 2010
Батон нарезной				30,00	30,00						
Масло сливочное				5,00	5,00						
Итого:			476			19,22	23,15	65,04	580,26	1,17	
2-ой ЗАВТРАК											
Сок разведенный			200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Делта 2016
Итого:			200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД											
Салат из свежих овощей с яблоками			60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 доп.к. 2016
свекла				61,50	48,00						
яблоки				11,40	10,00						
масло растительное				3,00	3,00						

Суп картофельный с горохом на бульоне из индейки, с мясом индейки	180/20			5,83	5,27	9,96	118,35	3,81	№87 сб дошк 2016
индейка филе (филе грудок или бедра)		28,00	28,00						
масса отварного филе индейки			20,00						
Картофель		53,20	40,00						
Горох		16,20	16,00						
Морковь		12,80	10,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
Бульон		140,00	140,00						
Индейка тушеная с овощами по-татарски	40/30			10,76	10,11	4,01	150,93	5,03	ТТК №753 от 20.08.2022
индейка филе (филе грудок или бедра)		56,00	56,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса отварного филе индейки			40,00						
лук репчатый		26,40	22,00						
морковь		12,50	12,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
бульон		10,00	10,00						
Пюре картофельное	150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№339 сб дошк 2016
Картофель		170,60	128,30						
Молоко		23,75	22,50						
Масло сливочное		5,25	5,25						
соль иодированная		0,75	0,75						
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	-68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
урюк		18,40	18,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	750			27,18	23,59	92,70	708,60	29,97	
Кисломолочный напиток (камык, аюфур, напиток шимлофильный, ряженка)	200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		207,00	200,00						
Сдоба обыкновенная	25			1,94	1,18	13,07	71		№449 СБ дошк 2016
мука пшеничная в/с		17,80	17,80						
мука пшеничная в/с на подпыл		0,75	0,75						
сахарный песок		1,85	1,85						
масло сливочное		0,55	0,55						
масло сливочное (для разрыхлителя)		0,74	0,74						
яйцо куриное		0,78	0,65						
дрожжи сухие		0,07	0,07						
соль иодированная		0,27	0,27						
вода питьевая		7,80	7,80						
масса полуфабриката			28,80						
масло растительное		0,05	0,05						
Занскавал 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						
Яйцо		6,50	5,42						
Сахар		10,40	10,40						
Сметана		5,20	5,20						
Масло сливочное		5,20	5,20						
Сухари пшеничные		5,20	5,20						
соль иодированная		0,65	0,65						
молоко сгущенное		20,40	20,00						
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						
Итого:	561			32,00	26,26	60,27	605,02	1,17	
ВСЕГО:	1987			79,40	73,00	238,21	1978,68	36,31	

День 5 -ый

День 5 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
			брутто	нетто				Ккал		
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/5			5,47	6,75	29,12	199,50	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Чай без сахара, с мармеладом	Масло сливочное		5,00	5,00						
		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	чай весовой		0,45	0,45						

Яйцо вареное	вода питьевая мармелад	40	180,00 30,00	180,00 30,00	5,08	4,60	0,28	63,00	№227 СБ дошк 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	яйцо	30/10/5	48,00	40,00	4,93	7,16	15,49	145,94	№3 СБ дошк 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00					
	Сыр		10,20	10,00					
	Масло сливочное		5,00	5,00					
Итого:		470			15,57	18,53	68,73	584,74	1,19
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		150	150,00	150,00	0,60	0,60	14,70	70,50	№386 СБ дошк 2016
Итого:		150			0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	зеленый горошек к/с масло растительное	50	80,16 2,50	48,00 2,50	1,49	2,59	3,13	41,80	№10 СБ дошк 2016
Суп картофельный с пшенной крутой, с мясными фрикадельками	картофель морковь лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода мясные фрикадельки говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий лук репчатый яйцо куриное вода питьевая соль йодированная масса полуфабриката фрикаделек масса полуфабриката фрикаделек	180/20	11,00 80,00 9,00 8,60 1,80 0,60 126,00 23,94 23,94 2,38 1,92 2,00 0,20	11,00 60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 126,00 22,80 22,80 2,00 1,60 2,00 0,20	5,41	4,30	8,87	100,96	6,04 №86, 128 СБ дошк 2016
Говядина мясная	говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий лук репчатый масло растительное Хлеб пшеничный вода питьевая соль йодированная Мука пшеничная в/с масса полуфабриката масло растительное	80	53,20 53,20 19,20 2,40 11,00 16,00 0,80 5,50 2,00	50,70 50,70 16,00 2,40 11,00 16,00 0,80 5,50 2,00	7,20	8,33	9,00	147,93	0,07 СБ дошк 2016, №303
Рагу из овощей	картофель морковь масса запеченной моркови лук репчатый масса припущенного лука капуста свежая масса припущенной капусты соль йодированная Масло растительное соус вода Масло сливочное Мука пшеничная Морковь лук репчатый томатная паста Масло сливочное сахар соль йодированная масса соуса масса рагу	150	66,50 30,00 24,00 24,00 41,00 32,75 30,00 0,75 5,00 40,00 1,80 1,80 3,00 1,44 2,40 0,60 0,40 0,40 40,00 150,00	50,00 24,00 22,00 20,00 16,00 32,75 30,00 0,75 5,00 40,00 1,80 1,80 2,40 1,20 2,40 0,60 0,40 0,40 40,00 150,00	2,53	15,70	12,29	202,86	17,87 №148, СБ дошк 2016
Компот из свежих фруктов	яблоки свежие апельсины лимон Вода сахар	180	27,40 9,00 6,65 183,00 6,00	24,00 6,00 6,00 183,00 6,00	0,20	0,11	8,93	39,47	7,40 ТТК
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00 табл 6 стр 134, Деян +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00 табл 6 стр 144, Деян +, 2012
Итого:		750			23,17	31,95	81,72	726,12	31,38
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток молочный, ряженка)	кисломолочный напиток	200	207,00	200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60 №420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20	табл 6 стр 138, Деян +, 2012
Рыба, тушеная с овощами	минтай ПБГ вода питьевая	50/25	86,30 10,00	63,00 10,00	9,75	4,95	3,80	103,00	3,75 №229 СБ дошк 2017

Рис отварной рассычатый с маслом сливочным	морковь		12,50	10,00						
	томатная паста		2,00	2,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	соль		0,20	0,20						
		130/2			3,14	3,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
Хлеб пшеничный	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл с стр 124, 125 стр 7, 1012
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						
Итого:		650			23,28	15,94	79,51	562,41	7,18	
ВСЕГО:		2020			62,63	67,02	244,65	1863,77	54,75	

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	Угл-дм			
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/5			8,15	8,78	31,61	239,10	1,48	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		36,00	36,00						
	сахар		3,80	3,80						
	молоко		126,00	126,00						
	вода питьевая		27,00	27,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Говядина тушеная с овощами по-татарски		40/30			11,81	3,18	4,07	92,66	3,99	ТТК №753 от 20.08.2022
	говядина лопатка		64,00	64,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса отварной говядины			40,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон		10,00	10,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
	Батон зерновой		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		476			25,28	18,86	61,65	519,20	6,85	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок апельсиновый		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с		50			1,4415	3,09	4,0205	49,65	4,65	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		77,60	46,50						
	сахар		1,00	1,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свеклой капустой, с картофелем из курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной		180/10/7			3,82	6,45	8,15	112,17	7,95	№63, сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры потр с/м		24,30	23,00						
	масса отварной мякоти птицы			10,00						
	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						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы		200			15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
	цыплята - бройлеры с/м		107,30	101,20						
	масса готовой мякоти птицы			44,00						
	картофель		193,00	145,10						
	лук репчатый		15,00	12,50						
	морковь		7,90	6,30						
	Масло сливочное		5,10	5,10						
	соль йодированная		0,80	0,80						
	вода питьевая		25,10	25,10						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						

Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		717			27,87	21,18	88,08	662,64	13,97	
Кисломолочный напиток (катык, кофир, напиток ацидофильный, ряженка)	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 Сб допик 2016
Омлет натуральный	кисломолочный напиток	150	207,00	200,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб допик 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		626			22,13	30,13	32,80	491,15	1,91	
ВСЕГО:		2019			76,28	70,17	202,73	1757,79	26,73	

День 7- ой

Итого: 7-ой		Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
брутто	нетто				белки	жиры	угл-ды					
								С				
ЗАВТРАК												
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №10Д		
	Крупа ячневая		22,50	22,50								
	Молоко		90,00	90,00								
	Вода		68,00	68,00								
	Сахар		2,50	2,50								
	соль йодированная		0,50	0,50								
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016		
	Батон вчерашний		30,00	30,00								
	Масло сливочное		5,00	5,00								
Кофейный напиток с молоком		180/6			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								
Кондитерское изделие	печенье/ или крекер	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели +, 2012		
Итого:		446			14,20	17,82	85,67	581,06	1,17			
2 - ой ЗАВТРАК												
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		150	150,00	150,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	№386 СБ допик 2016		
	Итого:	150			0,60	0,60	14,70	70,50	15,00			
ОБЕД												
Салат из квашеной капусты		60			1,02	3,00	5,08	51,42	11,89	№47 Дели 2017		
	капуста квашеная		68,64	48,00								
	лук репчатый		7,20	6,00								
	масло растительное		3,00	3,00								
	сахар		3,00	3,00								
Суп картофельный с пшениной крупой, с куриными фрикадельками		180/20			4,26	4,47	10,32	102,14	6,36	№86 сб допик 2016		
	крупа пшениная		11,00	11,00								
	картофель		80,00	60,00								
	морковь		9,00	7,20								
	лук репчатый		8,60	7,20								
	масло растительное		1,80	1,80								
	соль йодированная		0,60	0,60								
	бульон или вода		126,00	126,00								
	фрикадельки куриные:											
	цыпленок-бройлеры потр с/м		35,11	22,80								
	или фарш куриный		23,94	22,80								
	лук репчатый		2,38	2,00								
	яйцо куриное		1,92	1,60								
	вода питьевая		2,00	2,00								
	соль йодированная		0,20	0,20								
	масса полуфабриката фрикаделек			28,60								
	масса готовых фрикаделек			20,00								
	Биточки рубленные из рыбы		80			9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3	
		рыба (молотый с/м БГ)		82,20	60,00							
или фарш рыбный			63,00	60,00								
крупа манная			2,10	2,10								
яйцо			1,44	1,20								
Лук репчатый			18,00	15,00								
вода			11,20	11,20								
соль йодированная			0,65	0,65								
сахар			0,16	0,16								
сухари панировочные			8,00	8,00								
Масло растительное			2,00	2,00								
Масса полуфабриката				94,40								
Пюре картофельное			150			3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№339 сб допик 2016	

Компот из свежих яблок	Картофель	170,60	128,30								
	Молоко	23,75	22,50								
	Масло сливочное	5,25	5,25								
	соль иодированная	0,75	0,75								
	яблоки свежие	34,00	28,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб тех 2017		
	сахар	6,00	6,00								
	вода	183,00	183,00								
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		760			24,72	18,91	110,51	724,20	38,00		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	200	210,00	200,00	6,09	5,42	10,08	113,33	2,60	№419 СБ дошк 2016	
Ватрушка с повидлом		50			2,97	1,98	21,2	121,33	0	ТТК	
	мука пшеничная в/с		25,30	25,30							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	соль иодированная		0,40	0,40							
	сахарный песок		1,30	1,30							
	масло сливочное		1,13	1,13							
	яйцо куриное		1,56	1,30							
	вода питьевая		10,00	10,00							
	мука пшеничная в/с		1,20	1,20							
	повидло		20,20	20,00							
	яйцо куриное		1,20	1,00							
	масло растительное		0,20	0,20							
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,38	8,89	21,29	206,33	0,18	№204 СБ дошк 2016	
	макаронные изделия		49,00	49,00							
	вода		294,00	294,00							
	соль иодированная		0,50	0,50							
	сыр голландский		25,30	25,00							
	Масло сливочное		2,50	2,50							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
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							
Итого:		656			22,33	16,78	74,02	542,94	92,78		
ВСЕГО:		2012			61,85	54,11	284,90	1918,70	146,95		

День 8 - ой

День 8 - ой										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/5			7,46	9,52	33,82	251,91	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						
	Масло сливочное	5,00	5,00							
Яйцо вареное		40			5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
	яйцо		48,00	40,00						
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 вареной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		446			18,50	21,81	60,46	517,37	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разлитый		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,30	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,30	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с яблоками		60			0,65	0,11	5,18	24,24	3,75	№39, сб дошк 2016
	морковь		62,50	50,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
	сахарный песок		1,20	1,20						
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
	капуста свежая		45,00	36,00						
	картофель		28,75	21,60						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,57	7,20						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	вода питьевая		140,00	140,00						
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						

Тертый мясной в томатном соусе	масса полуфабриката		14,30							
	масса готовых фрикаделек		10,00							
	Сметана	7,00	7,00							
		60/20			7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошк. №303, 366, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,90	38,00						
	или фарш говяжий		39,90	38,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса пассерованного лука			10,00						
	репчатого									
	хлеб пшеничный		8,00	8,00						
	вода питьевая		12,00	12,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	мука пшеничная в/с		4,00	4,00						
	масса полуфабриката			72,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тофтелей			60,00						
	соус томатный									
	вода питьевая		20,00	20,00						
масло сливочное		0,90	0,90							
мука пшеничная в/с		0,90	0,90							
морковь		1,50	1,20							
лук репчатый		0,72	0,60							
томатная паста		1,25	1,25							
масло растительное		0,30	0,30							
соль иодированная		0,20	0,20							
сахар		0,20	0,20							
масса готового соуса			20,00							
	130			11,79	2,96	30,29	196,94		№199 сб дошк 2017	
Гороховое пюре	горох	66,30	65,00							
	соль иодированная	0,50	0,50							
	вода питьевая	163,00	163,00							
	Масло сливочное	2,40	2,40							
	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016	
Компот из урюка	урюк	18,40	18,00							
	масса отварных сухофруктов		28,80							
	Сахар	6,00	6,00							
	вода	183,00	183,00							
	40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Хлеб пшеничный										
Хлеб ржаной	50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:	737			29,60	16,29	104,98	693,13	16,26		
Кисло-молочный напиток (катык, хофэр, наниток - анаисофильный, режиска) Пудинг творожный запеченный с повидлом	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	200		5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016	
	кисло-молочный напиток		200,00	200,00						
		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 иодированная	0,50	0,50							
	Сухари панировочные	5,20	5,20							
	Сметана	5,20	5,20							
	Повидло	20,40	20,00							
		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дели 2010
Чай с сахаром		0,45	0,45							
		6,00	6,00							
		180,00	180,00							
	150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	144,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)										
Итого:	686			24,82	21,28	84,99	630,52	10,97		
ВСЕГО:	2069			73,33	49,38	270,63	1925,82	33,52		

День 9-ый

День 9 -ый		Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каши пшеничные молочные с маслом сливочным		180/5			5,19	6,78	24,95	197,44		ТТК № 6Д
	крупа пшеничная		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		50/2			8,70	6,20	8,10	123,20	0,45	№322, сб дошк 2016
	цыплятка-бройлеры потр с/м		58,50	38,00						
	или фарш куриный		39,90	38,00						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	вода питьевая		13,00	13,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката,			60,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016

Вутерброд с сыром, маслом сливочным	чай весовой		0,45	0,45							
	Сахар		6,00	6,00							
	Молоко		92,00	90,00							
	Вода		90,00	90,00							
	Батон нарезной	30/10/5	30,00	30,00	4,93	7,16	15,49	145,94	0,11	№3 сб дошк 2016	
	Сыр		10,20	10,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		468			21,85	22,54	59,02	542,34	1,94		
2 - ой ЗАВТРАК											
Фрукты свежие		150	150,00	150,00	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	табл 9 стр 184, Допл +, 2012	
(яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)											
Итого:		150			1,35	0,30	12,15	64,50	90,00		
ОБЕД											
Винегрет овощной		60			0,82	3,70	5,06	56,88	6,15	№46 сб дошк 2016	
	картофель		20,64	15,00							
	свекла		19,20	15,00							
	морковь		12,60	10,00							
	зеленый горошек и/с		10,02	6,00							
	огурцы соленные		12,74	7,00							
	лук репчатый		6,00	5,00							
	масса бланшированного лука			4,50							
	масло растительное		3,60	3,60							
Суп-лапша домашняя на бульоне из индейки		180/20			6,93	8,21	8,44	142,14	0,41	№94 сб дошк 2016	
	индейка филе (филе грудок или бедра)		28,00	28,00							
	масса отварного филе индейки			20,00							
	Мука пшеничная		15,00	15,00							
	Яйцо		4,80	4,00							
	вода		2,80	2,80							
	соль йодированная		0,20	0,20							
	Масса полушешенной 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 йодированная		0,80	0,80							
Гуляш из отварной индейки		40/40			12,75	7,06	2,72	123,51	3,18	ТТК	
	филе индейки (филе грудок или бедра)		56,00	56,00							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масса отварного филе индейки			40,00							
	морковь		17,50	14,00							
	лук репчатый		8,50	7,10							
	вода питьевая		30,00	30,00							
	томатная паста		1,20	1,20							
	мука пшеничная и/с		2,00	2,00							
	масло растительное		2,70	2,70							
	соль йодированная		0,20	0,20							
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		130/3			7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016	
	гречневая крупа		61,90	61,90							
	вода питьевая		92,30	92,30							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масло сливочное		3,00	3,00							
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК	
	Кисель-концентрат		21,00	21,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Допл +, 2012	
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Допл +, 2012	
Итого:		743			35,01	24,15	106,36	796,14	10,73		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток ацидофилий, ряженка)		200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№120 СБ дошк 2016	
Булочка сладкая	кисломолочный напиток	50	200,00	200,00	4,22	4,81	25,22	151,00	0,00	Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Спр. 150 СБ Казань 1997	
	Мука пшеничная		31,00	31,00							
	Мука пшеничная		1,00	1,00							
	дрожжи сухие		0,40	0,40							
	соль йодированная		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							
Котлеты рыбные		80			10,27	4,88	8,93	116,25	0,53	№234 сб пш 2017	
	рыба (минтай с/м БГ)		72,61	83,00							
	соль йодированная		0,80	0,80							
	хлеб пшеничный		14,40	14,40							
	молоко		20,00	20,00							

Картофель запеченный	сухари панировочные		8,00	8,00						
	масло полуфабриката		3,00	96,00						
	масло растительное	150		3,00	4,07	8,84	31,64	228	21,75	№147 сб шк 2017
	картофель		290,00	218,00						
Хлеб пшеничный	масло растительное	30		5,50	2,28	0,24	14,77	70,37	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	соль йодированная			0,40						№393 Дели 2010
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7	30,00	30,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
	чай весовой			0,45						
	Сахар			6,00						
	лимон			8,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		703			26,77	23,80	95,19	694,52	25,71	
ВСЕГО:		2064			84,98	70,79	272,72	2097,50	128,38	

День 10 -ый

День 10 - ый													
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептур			
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С				
ЗАВТРАК													
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/5			7,75	7,05	39,84	254,36	0,86	ТТК № 9Д			
	Крупа пшеничная		22,50	22,50									
	Молоко		90,00	90,00									
	Вода		68,00	68,00									
	Сахар		2,50	2,50									
	соль йодированная		0,50	0,50									
Чай с сахаром, с яблоком	Масло сливочное	180/6/10	5,00	5,00						№412 Дели 2016			
	чай весовой		0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03				
	Сахар		6,00	6,00									
	яблоки		11,40	10,00									
Бутерброд с маслом сливочным	Вода	30/5	180,00	180,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010			
	Батон нарезной		30,00	30,00									
Йогурт в яндр стаканчике	Масло сливочное	150	5,00	5,00	4,35	3,75	6,30	76,66	0,45	ТТК			
Итого:		566	150,00	150,00	14,50	15,36	68,62	471,40	2,34				
2 - ой ЗАВТРАК													
Сок разлитый		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016			
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00				
ОБЕД													
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб допшк. 2016			
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00									
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками	масло растительное	180/20	2,50	2,50	5,64	3,59	9,57	96,77	6,20	№86 сб допшк 2016			
	крупя рисовая		6,00	6,00									
	картофель		80,00	60,00									
	морковь		9,00	7,20									
	лук репчатый		9,52	8,00									
	масло растительное		1,80	1,80									
	томатная паста		2,20	2,20									
	соль йодированная		0,60	0,60									
	бульон		120,00	120,00									
	цыпленка-бройлера потр с/м		35,11	22,80									
	ини фарш куриный		23,94	22,80									
	лук репчатый		2,38	2,00									
	яйцо куриное		1,92	1,60									
	вода питьевая		2,00	2,00									
	соль йодированная		0,20	0,20									
	Кашута тушеная с мясом		масса полуфабриката фрикаделек	185		28,60	8,58	10,87	16,41		205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022
			масса готовых фрикаделек		20,00								
капуста свежая		165,60	132,00										
вода питьевая		30,00	30,00										
масса тушеной капусты			120,00										
лук репчатый		13,20	11,00										
масло растительное		1,20	1,20										
масса пассерованного лука			5,50										
говядина (котлетное мясо б/к)		45,70	43,75										
ини фарш говяжий		45,70	43,75										
масса готового фарша			35,00										
мука пшеничная в/с		3,60	3,60										
масло соуса			18,00										
вода питьевая		18,00	18,00										
масло сливочное		0,84	0,84										
Компот из свежих фруктов		мука пшеничная в/с	180		0,84	0,84	0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК	
		морковь			1,50	1,20							
	лук репчатый	0,43		0,36									
	томатная паста	1,08		1,08									
	масло растительное	0,24		0,24									
	соль йодированная	0,18		0,18									
	сахар	0,18		0,18									
	яблоки свежие	27,40		24,00									
	апельсин	9,00		6,00									
	лимон	6,66		6,00									
	Вода	183,00		183,00									
	сахар	6,00		6,00									

Хлеб пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		705			22,25	18,08	77,54	576,24	39,22	
Кисломолочный напиток	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	200			5,80	5,00	8,00	100,00	1,40	№420 СБ допик 2016
(кефир, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	ацидомолочный напиток		207,00	200,00						
Кондитерское изделие	печенье	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,54	289,66	0,28	№229, сб допик 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из топленого молока		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб допик 2016
	Шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода питьевая		180,00	180,00						
Итого:		601			24,70	31,97	58,34	619,71	45,60	
ВСЕГО:		2 072			62,45	65,40	224,71	1752,15	91,16	
ИТОГО за 10 дней		20408			726,93	665,35	2521,02	19221,73	746,87	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		2041			72,69	66,53	252,10	1922,17	74,69	

Примечание:

1. Придусмотрены среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДДУ

2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с табличной заменой продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)

3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДДУ) 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. Москва, выпуск 4, 2003

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

1.6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных

организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработку меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба морская 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% отходов) моркови, свекла рассчитана с 1.09 (20% отходов)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

отруны пшеничные в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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