

Утверждено
Директор ООО "АБК-Пэймент"
Размещено Р.Р.

Согласовано
Руководитель
Секции питания

Информация заведующая
СБ 134
СБ 134
СБ 134



Вспомогательное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 123 детьми пребывающим от 3 до 7 лет

День 1 -ый

День 1 - май		Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			брутто	нетто	белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком		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 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		409			13,90	16,31	59,64	442,06	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Икра кабачковая		50		51,00	0,45	2,35	2,97	34,80		№54 дошк. СБ 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		180			3,10	3,44	13,53	107,24	4,14	№91сб дошк 2016
			79,80 9,00 8,60 1,80 0,60 135,00	60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 135,00						
			бульон клетки мука пшеничная масло сливочное яйцо вода соль йодированная масса теста масса готовых клецек	18,00 5,50 0,60 1,92 8,80 0,16 16,20 18,00						
Плов из отварной птицы		200	78,00	73,60	11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сб дошк 2016
			картофель морковь лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон клетки мука пшеничная масло сливочное яйцо вода соль йодированная масса теста масса готовых клецек	60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,92 8,80 0,16 16,20 18,00						
Напиток из сухофруктов		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
			сухофрукты сахар вода	15,00 6,00 183,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,78	17,22	82,25	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:		690			20,97	17,63	100,17	667,55	4,97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, напиток ацидофильный, ряженка)		180		185,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Пудинг рыбный		60/20	68,34 8,25 6,30 12,00 2,25 0,40 1,00	50,25 39,75 8,25 5,25 12,00 2,25 0,40 60,00	11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016
			рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль йодированная масло растительное масса пудинга Соус молочный молоко масло сливочное Мука пшеничная	50,25 39,75 8,25 5,25 12,00 2,25 0,40 60,00 10,00 1,10 1,10						

Пюре Картофельное	Вода		10,00	10,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	соль йодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20,00						
		140			2,86	4,48	18,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
Чай с сахаром	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,52	0,52						
		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Дети 2016
Хлеб пшеничный	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012
Итого:		641			24,27	15,15	70,62	516,36	17,99	
ВСЕГО:		1840			59,54	49,49	240,23	1672,96	35,06	

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов	
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
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 йодированная		0,50	0,50							
Каша с молоком	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дети 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 Дети 2010	
	Батон нарезной		30,00	30,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		404			10,77	15,54	55,74	409,78	2,29		
2 - ой ЗАВТРАК											
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дети 2016	
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00		
ОБЕД											
Салат картофельный с морковью и огурцами		60			0,82	3,13	5,14	51,96	7,20	№23, сб дошк 2016	
	картофель		32,88	24,00							
	огурцы соленые		32,76	18,00							
	морковь		15,36	12,00							
	лук репчатый		3,60	3,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном 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 йодированная		0,70	0,70							
	Бульон		140,00	140,00							
	Сметана		7,00	7,00							
	Гуляш из отварной говядины		40/40			11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептов 2017
		говядина лопатка б/к		64,00	64,00						
соль йодированная			0,40	0,40							
масса отварной говядины				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 в/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							
Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб влк 2017	
	яблоки свежие		34,00	30,00							
	сахар		6,00	6,00							
Хлеб пшеничный	вода		183,00	183,00							
		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012	
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети +, 2012	
Итого:		720			27,34	26,27	110,18	794,57	16,46		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016	

(чай, кофе, напиток)	кисломолочный напиток	185,00	180,00							
молочный напиток (разбавка)										
Коровяк с сахаром		150		18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК	
	посыпка нит:									
	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							
	Яйца куриные	18,00	15,00							
	посыпка нит:									
	Масло сливочное	4,25	4,25							
	Мука пшеничная	7,80	7,80							
	Сахарный песок	4,25	4,25							
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7		0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дени 2016	
	чай весовой	0,45	0,45							
	Сахар	6,00	6,00							
	лимон	8,00	7,00							
	Вода	180,00	180,00							
Итого:		523		23,79	15,49	72,15	522,48	3,28		
ВСЕГО:		1847		62,90	57,30	258,27	1811,63	26,03		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК										
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		13,50	13,50						
	Крупа пшеничная		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
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 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			14,37	13,83	65,78	445,69	2,31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины, или бани, или мандарины)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	2012
Итого:		100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с курагой		60			0,88	0,06	8,6	38,52	2,74	№43, сб дошк 2016
	морковь		65,00	52,00						
	масса припущенной моркови			48,00						
	курага		6,84	6,70						
	масса набухшей кураги			10,00						
	сахарный песок		3,00	3,00						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками		180/20			5,04	2,74	12,43	104,08	8,97	№106,107 сб дошк 2017
	картофель		95,76	72,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	томатная паста		0,72	0,72						
	масло растительное		1,80	1,80						
	Бульон		126,00	126,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	фрикадельки рыбные			20						
	молотый ПЕГ с/м		25,80	18,80						
	или фарш рыбный		19,00	18,80						
	яйца куриные		2,88	2,40						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	соль йодированная		0,34	0,24						
	вода питьевая		3,00	3,00						
	масса полуфабриката фрикаделек			25,00						
	масса готовых фрикаделек			20,00						
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыпленок - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9 57,89	55,13 55,13						
	морковь		16,53	13,12						
	Лук репчатый		18	15						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	масса припущенного лука			8						
	соль йодированная		0,57	0,57						
	яйца		0,84	0,7						
	Мука пшеничная		5,25	5,25						
	масса полуфабриката			82,6						
	масло растительное		2,6	2,6						
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						

Кисель	вода		275,00	275,00							
	соль гидролизованная		0,50	0,50							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
	Кисель-концентрат	180	21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК	
	Сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	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:		718			26,90	17,86	107,72	698,07	12,77		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016	
Кондитерское изделие вафли	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012	
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							
	масло омлетной смеси			155,00							
	масло сливочное		2,50	2,50							
	соль гидролизованная		0,40	0,40							
	масло готового омлета			150,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Напиток из пшеничного		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 СБ дошк 2016	
	шоколадик		18,40	18,00							
	сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Итого:		566			22,80	35,92	44,14	592,04	44,65		
ВСЕГО:		1793			65,57	68,11	238,64	1831,80	69,73		

День 4 - ый

День 4 - кн										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол-во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			брутто	нетто	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
	Крупа ячневая		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						
Кофейный напиток с молоком	Масло сливочное	180/6	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 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			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		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 свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016
	свекла		61,50	48,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с горохом на бульоне из овощей		180			3,95	3,79	11,91	106,74	4,19	№87 сб дошк 2016
	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		56,00	56,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло 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		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
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		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:		700			23,50	22,25	85,59	647,93	28,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисло-молочный напиток (кальций, кофеин, витамин индолфиллин, рибонуклеат)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	Творог Крупа манная Яйцо Сахар Сметана Масло сливочное Сушари папирусные соль иодированная молоко сгущенное	130/20	121,55 7,80 6,50 10,40 5,20 5,20 5,20 0,65 20,40	119,20 7,80 5,42 10,40 5,20 5,20 5,20 0,65 20,00	24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Деми 2010
Итого:		516			29,48	24,58	46,36	524,30	1,11	
ВСЕГО:		1820			65,16	59,28	208,04	1658,09	34,90	

День 5 -ый

день 5 - вы

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур	
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК											
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3	22,50	22,50	5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д	
	Крупа манная		158,00	158,00							
	Молоко		2,50	2,50							
	Сахар		0,50	0,50							
	соль иодированная		3,00	3,00							
Чай без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК	
	чай весовой		0,45	0,45							
	вода питьевая		180,00	180,00							
	мармелад		30,00	30,00							
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:		423			9,15	11,15	68,41	411,37	1,15		
2 - ой ЗАВТРАК											
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016	
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
ОБЕД											
Салат из зеленого горошка к/б		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 СБ дошк. 2016	
	зеленый горошек к/б		80,16	48,00							
Суп картофельный, с мясными фрикадельками	масло растительное		2,50	2,50							
	крупа пшеничная		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 иодированная		0,60	0,60							
	бульон или вода		126,00	126,00							
	мясные фрикадельки										
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40							
	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 иодированная		0,10	0,10							
	Тефтели мясные	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
		масса полуфабриката фрикаделек			10,00						
Рагу из овощей		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошк. №303, 2016	
	говядина (котлетное мясо б/к)		46,20	44,40							
	или фарш говяжий		46,20	44,40							
	лук репчатый		16,80	14,00							
	масло растительное		2,10	2,10							
	Хлеб пшеничный		9,40	9,40							
	вода питьевая		14,00	14,00							
	соль иодированная		0,70	0,70							
	Мука пшеничная в/с		4,80	4,80							
	масса полуфабриката			84,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
	Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
		картофель		66,50	50,00						
морковь			30,00	24,00							
масса запеченной моркови				22,00							
лук репчатый			24,00	20,00							
масса припущенного лука				16,00							
капуста свежая			41,00	32,75							

Компот из свежих фруктов	масса припущенной капусты		30,00								
	соль йодированная		0,75	0,75							
	Масло растительное		5,00	5,00							
	соус:										№366, сб дошк 2016
	вода		40,00	40,00							
	Масло сливочное		1,80	1,80							
	Мука пшеничная		1,80	1,80							
	Морковь		3,00	2,40							
	Лук репчатый		1,44	1,20							
	томатная паста		2,40	2,40							
	Масло сливочное		0,60	0,60							
	сахар		0,40	0,40							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масса соуса			40,00							
	масса рагу			150,00							
Хлеб пшеничный	яблоки свежие	180	27,40	24,00							
Хлеб ржаной	яблони		9,00	6,00							
	лимон		6,66	6,00							
	Вода		183,00	183,00							
	сахар		6,00	6,00							
Итого:		715			20,99	29,60	73,61	654,61	31,32		ТТК
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисло-молочный напиток (кефир, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45		№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20			табл 6 стр 138, Деши +, 2012
Колбасы рыбные		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46		№234 сб шк 2017
	рыба (мороженая с/м БГ)		63,30	46,20							
	соль йодированная		0,70	0,70							
	хлеб пшеничный		12,60	12,60							
	молоко		18,20	18,20							
	сухари панировочные		7,00	7,00							
	масса полуфабриката			81,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,14	5,46	32,56	192,01			№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80							
	соль йодированная		0,60	0,60							
	Вода питьевая		281,70	281,70							
	Масло сливочное		2,00	2,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00		табл 6 стр 134, Деши +, 2012
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83		№412 Деши 2016
	чай восточный		0,45	0,45							
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
Итого:		625			21,94	14,75	82,69	548,91	3,74		
ВСЕГО:		1863			52,48	55,90	234,50	1661,89	46,21		

2 недели

День 6 -ый

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										
Каши жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/3			8,13	7,34	31,58	225,90	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		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай восточный		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 Дети 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,46	14,23	57,55	413,34	2,86	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок рябиновой		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дети 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из кукурузы и/с		50			1,4415	3,09	4,0205	49,65	4,65	№10, сб дошк 2016
	кукуруза и/с		77,60	46,50						
	сахар		1,00	1,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, с 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								
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 допик 2016		
	сухофрукты		15,30	15,00								
	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:		662			22,16	18,94	66,39	532,53	13,73			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Кисло-молочный напиток (катыки, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисло-молочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ допик 2016		
Омлет натуральный		150	185,00	180,00	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		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,31	58,81	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012		
Чай с сахаром, с яблоком	чай десовый	180/6/10	0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	-1,03	№412 Дели 2016		
	Сахар		6,00	6,00								
	яблоки		11,40	10,00								
	Вода		180,00	180,00								
Итого:		551			21,17	29,59	29,50	469,17	1,76			
ВСЕГО:		1817			57,78	62,76	173,63	1499,84	22,35			

День 7-ой

Дать 7-ой										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порция	Кол - во (в г) брутто	Кол - во (н г) нетто	Пищевые вещества белки жиры угле-ды			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
ЗАВТРАК										
Каша гречневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
	Крупа гречневая		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
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						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ допик 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
	капуста квашенная		57,50	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	сахар		2,50	2,50						
Суп картофельный с пшенной крупой, с куриными фрикадельками		180/10			2,84	3,21	9,52	81,94	6,15	№86 сб допик 2016
	крупка пшенная		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:									
	цыплята-бройлеры потр с/м		17,56	11,40						

Биточки рубленные из рыбы	или фарш куриный	80	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							
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30							
	масса готовых фрикаделек			10,00							
	рыба (минтай с/м БГ)		82,20	60,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3	
	или фарш рыбный		63,00	60,00							
	крупа манная		2,10	2,10							
Пюре Картофельное	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							
	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							
Компот из свежих яблок	Масло сливочное		5,00	5,00							
	соль йодированная		0,52	0,52							
	яблоки свежие	180	34,00	28,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017	
Хлеб ржаной	сахар		6,00	6,00							
	вода		183,00	183,00							
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:			685		19,43	17,09	87,49	587,62	34,08		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016	
	печенье или крекер	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели +, 2012	
Макаронные изделия отварные с сыром	макаронные изделия	150	49,00	49,00	10,38	8,89	21,29	206,33	0,18	№204 СБ дошк 2016	
	вода		294,00	294,00							
	соль йодированная		0,50	0,50							
	сыр голландский		25,50	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	18,40	18,00	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016	
Итого:	шиповник		18,40	18,00							
	сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
ВСЕГО:			1775		52,76	48,12	234,74	1612,76	137,77		

День 8 - ой

день 8 - 01

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	углеиды			
ЗАВТРАК										
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						
Кавказ с молоком	Масло сливочное	180/6	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	Батон пшеничный	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		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 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						
Шн с сосиской 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		28,73	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 питьевая	140,00	140,00								
	говядина (котлетное мясо)	11,97	11,40								
	яич 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 йодированная	0,10	0,10								
	масса полуфабриката		14,30								
	масса готовых фрикаделек		10,00								
	Сметана	7,00	7,00								
Тфтели мясные в томатном соусе		60/20		7,18	7,09	8,34	125,85	0,53		СБ доп. №303, 366, 2016	
	говядина (котлетное мясо б/к)	39,90	38,00								
	яич фарш говяжий	39,90	38,00								
	лук репчатый	24,00	20,00								
	масло растительное	2,00	2,00								
	масса пассерованного лука репчатого		10,00								
	хлеб пшеничный	8,00	8,00								
	вода питьевая	12,00	12,00								
	соль йодированная	0,60	0,60								
	мука пшеничная в/с	4,00	4,00								
	масса полуфабриката		72,00								
	масло растительное	2,00	2,00								
	масса готовых тфтелей		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 йодированная	0,20	0,20								
	сахар	0,20	0,20								
	масса готового соуса		20,00								
Гороховое пюре		130		11,79	2,96	30,29	196,94			№199 сб шк 2017	
	горох	66,30	65,00								
	соль йодированная	0,50	0,50								
	вода питьевая	163,00	163,00								
	Масло сливочное	2,40	2,40								
Компот из урюка		180		0,40	0,02	16,60	68,20	2,44		№394 сб допш 2016	
	урюк	18,40	18,00								
	масса отварных сухофруктов		28,80								
	Сахар	6,00	6,00								
	вода	183,00	183,00								
Хлеб ржаной		45	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19			табл 6 стр 144, Дешн +, 2012	
Итого:		692		26,23	15,91	83,32	589,22	16,26			
Кисло-молочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	180		5,22	4,50	7,56	92,00	0,54		№420 СБ допш 2016	
Пудинг творожный заваренный с изюмом	кисло-молочный напиток		185,00								
		130/20		16,71	15,51	39,07	360,20	0,34		№222 СБ допш 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								
Чай с сахаром		180/6		0,06	0,02	6,02	24,10	0,03		№392 Дешн 2010	
	чай весовой	0,45	0,45								
	сахар	6,00	6,00								
	Вода	180,00	180,00								
Итого:		516		21,99	20,03	52,65	476,30	0,91			
ВСЕГО:		1812		62,63	51,70	216,33	1591,49	23,46			

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
	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 молоком, сахаром	Масло сливочное		3,00	3,00						№413 сб допш 2016
		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Молоко		92,00	90,00						№3 сб допш 2016
	Вода		90,00	90,00						
		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	
	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	389,77	1,42	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или бананы или мандарины)	100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 144, Делн +, 2012
Итого:	100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
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 а/с	10,02	6,00					
		огурцы соленые	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			1,85	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 йодированная	0,20	0,20					
		Масса полусушеной 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 а/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 ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Делн +, 2012
Итого:	678			26,56	19,55	84,63	633,43	10,68	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисло-молочный напиток (кефир, кефир, напиток из ферментированной ряженки)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
		кисло-молочный напиток	185,00	180,00					
Булочка сладкая	50			4,22	4,81	25,22	151,00	0,00	Сборник рецептурных 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	70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
		рыба (молотый с/м БГ)	63,30	46,20					
		соль йодированная	0,70	0,70					
		хлеб пшеничный	12,60	12,60					
		молоко	18,20	18,20					
		сухари панировочные	7,00	7,00					
		масса полуфабриката		81,00					
		масло растительное	3,00	3,00					
Картофель запеченный	140			3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017
		картофель	270	203					
		масло растительное	5	5					
		соль йодированная	0,35	0,35					
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Делн +, 2012
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Делн 2010
		чай ароматизированный	0,45	0,45					
		Сахар	6,00	6,00					
		лимон	8,00	7,00					
		Вода	180,00	180,00					
Итого:	663			24,64	22,09	91,13	654,57	24,13	
ВСЕГО:	1880			63,91	55,39	234,75	1719,77	96,23	

День 10 -ый

День 10 - кш										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол-во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	Крупа пшеничная Молоко Вода Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
Чай с сахаром, с яблоком	чай всесовой Сахар яблоки Вода	180/6/10	0,45 6,00 11,40 180,00	0,45 6,00 10,00 180,00	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 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 Дели 2010
Итого:		414			10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		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	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 дошколь. 2016
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками	крупа рисовая картофель морковь лук репчатый + масло растительное томатная паста соль иодированная бульон припек+бройлер потр. с/м ини фарш куриный лук репчатый айеро вода для фарша соль иодированная масса полуфабриката масса готовых фрикаделек	180/10	6,00 80,00 9,00 9,52 1,80 2,20 0,60 120,00 17,56 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 10,00	6,00 60,00 7,20 8,00 1,80 2,20 0,60 120,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30	4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошколь 2016
Кашута тушеная с мясом	кашута свежая вода питьевая масса тушеной кашуты лук репчатый масло растительное масса пассерованного лука говядина (котлетное мясо б/к) ини фарш говяжий масса готового фарша мука пшеничная в/с масса соуса вода питьевая масло сливочное мука пшеничная в/с морковь лук репчатый томатная паста масло растительное соль иодированная сахар	185	165,60 30,00 13,20 1,20 45,70 45,70 35,00 3,60 18,00 18,00 0,840 0,840 1,500 0,43 1,08 0,24 0,18 0,18	132,00 30,00 120,00 11,00 1,20 5,50 43,75 43,75 35,00 3,60 18,00 18,00 0,840 0,840 1,20 0,36 1,08 0,24 0,18 0,18	8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022
Компот из свежих фруктов	яблоки свежие апельсин лимон Вода сахар	180	27,40 9,00 6,66 183,00 6,00	24,00 6,00 6,00 183,00 6,00	0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
Хлеб ржаний		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		650			17,46	16,44	55,08	452,13	39,01	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошколь 2016
(вашик, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)										
Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Омлет натуральный	айеро молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета	150	114,00 60,00 2,50 0,40 150,00	95,00 60,00 155,00 2,50 0,40 150,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошколь 2016

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели 4, 2012 №399 сб дошк 2016
Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	
Шиповник сахар Вода питьевая		18,40 6,00 180,00	18,00 6,00 180,00						
Итого:	638			24,12	31,47	57,54	609,71	45,46	
ВСЕГО:	1 902			52,71	58,06	195,11	1528,18	90,36	
ИТОГО за 10 дней	18319			595,44	566,12	2234,26	16588,41	582,10	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день	1832			59,54	56,61	223,43	1658,84	58,21	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применяются с учетом пребывания детей в ДОУ

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

3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:

1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных

учреждений, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для 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 Принт 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 продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных

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

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

доходная 1 категории улиткиности;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы;

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

запорофель рассчитан по закладке продуктов с 1,09(25% отходы) морозов, свежая рассчитаны с 1,09 (20% отходы)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в бачках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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