

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации

М.И. Мухоморова Э.М.

Детский сад № 1021601769

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации

Наименование сырья и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол-во	Кол-во	Пищевые вещества			Добавки и стабилизаторы	Витаминизация	Содержание консервантов
			(в г)	(в г)	белки	жиры	углеводы			
			брутто	нетто				Ккал	г/100	г/100
Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Крупа геркулесовая Молоко Сахар соль поваренная 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
Линзо карноее	Молоко Яйца	40	100,00 100,00	100,00 100,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дата 2016
Кефирный напиток с добавлением сахара и фруктов	Кефирный напиток Сахар карамельный Сироп	180/6 10/10/5	2,50 6,00 10,10	2,50 6,00 10,10	2,85 4,93	2,41 7,16	10,35 15,49	74,58 145,94	1,17 0,11	№614 Дата 2016 №3 от даты 2016
Молоко	Масло сливочное	486			20,32	23,69	89,94	338,43	2,14	
Фрукты свежие (яблоки, груши, сливы, персики, вишня, малина)	2 - ой ЗАВТРАК	150	150,00	150,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	№396 СБ дата 2016
Молоко		150			0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	
Молоко	ОБЕД									
Мясо кабачковая	мясо кабачковая	60			0,54	2,82	3,56	41,76		№54 дата: СБ 2016
Суп картофельный с капустой на курином бульоне, с маслом сливочным	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	180/20	48,60 79,80 9,00 8,60 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,40 8,80 0,10 60,20 84,00	46,00 70,00 7,20 7,20 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,40 8,80 0,10 60,20 84,00	7,24	7,02	13,60	156,26	4,61	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная бульон капуста курица отварная Масло сливочное яйца сметана соль поваренная уксусная молочный соус	200	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	70,00 11,20 3,00 2,50 0,20 50,00 80,00 0,80 100,00	11,20	10,95	10,80	240,55	0,16	№614 дата: 2016
Молоко сладкий напиток	картофель-бройлера порц с/х масса отварной капусты картофель Морковь Лук репчатый Масло									

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов								
			(в г) брутто	(в г) нетто	белки	жиры	угл-лы	ценность	С									
ЗАВТРАК																		
Капша молочная с маслом сливочным	Крупа молочная	180/5	22,50	22,50	4,83	9,30	29,41	220,52	0,86	ТТК №1Д								
	Молоко		90,00	90,00														
	вода		68,00	68,00														
	Сахар		2,50	2,50														
	соль поваренная		0,50	0,50														
	Масло сливочное		5,00	5,00														
Какао с молоком	Какао-порошок	180/6	2,00	2,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016								
	Сахар		6,00	6,00														
	Молоко		110,00	110,00														
	Вода		80,00	80,00														
Бутерброд с маслом сливочным	Батон изрезной	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
	Масло сливочное		5,00	5,00														
Йогурт в инд. стаканчике		180	180,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	ТТК								
Итого:		586			16,01	21,49	63,33	514,98	2,83									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Салат разрезной		200	200,00	200,00	1,73	0,00	20,20	84,50	4,00	№118 Дели 2016								
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,50	4,00									
ОБЕД																		
Салат из моркови с сахаром	морковь	60	72,00	57,60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб нм 2017								
	сахар		3,00	3,00														
Борщ со свеклой капустой, с картофелем на мясном бульоне, с маслом томатным, со сметаной	говядина (жирная б/к)	180/10/7	16,00	16,00	4,28	4,97	8,17	100,80	7,76	№63 сб дощ 2016								
	мясо отварной говядины			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 поваренная		0,70	0,70														
	Бульон		140,00	140,00														
	Сметана		7,00	7,00														
	Гуляш из отварной говядины		говядина жирная б/к	40/40							64,00	64,00	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептов 2017
соль поваренная		0,40	0,40															
мясо отварной говядины		40,00	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 поваренная		0,30	0,30															
Капша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		гречневая крупа	130/5		61,90	61,90	7,64	5,61	34,49	218,47	0,00	№179 сб дощ 2016						
		вода питьевая			92,30	92,30												
		соль поваренная			0,40	0,40												
		масло сливочное			5,00	5,00												
Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	34,00	30,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб нм 2017								
	сахар		6,00	6,00														
	вода		185,00	185,00														
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			30,79	25,13	116,53	823,69	12,19									
ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (кефир, айран, йогурт, ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	200		207,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дощ 2016								
Королевская ватрушка	пшеника нпз:	150		200,00	18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК								
	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														
	пшеника нпз:																	
	Масло сливочное		4,25	4,25														
	Мука пшеничная		7,80	7,80														
	Сахарный песок		4,25	4,25														
	Чай с сахаром и лимоном		чай roseway	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															
Фрукты свежие (яблоко, банан, апельсин, виноград, лимон, малина)		150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	144,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012								
Итого:		693			26,62	16,74	104,49	676,70	13,43									
ВСЕГО:		2231			74,43	63,36	304,55	2100,17	32,45									

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	Крупа рисовая	180/5	13,50	13,50	5,36	9,85	29,49	229,05	0,86	ТТК №7Д
	Крупа пшеничная		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Чай с молоком, сахаром	чай весовой	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб допк 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
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 допк 2016
Итого:		416			13,32	19,41	55,46	450,75	2,35	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или бананы, или малину)		150	150,00	150,00	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	табл 9 стр 184, Деш +, 2012
Итого:		150			1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью	капуста свежая Б/к	60	62,50	50,00	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб допк Деш 2016
	масса протертой капусты			45,00						
	морковь		12,50	10,00						
	соль поваренная		0,60	0,60						
	сахарный песок		3,00	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками			180/20						
Биточки "Домашние"	картофель	80	95,76	72,00	11,86	9,26	17,09	176,86	0,08	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	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 поваренная		0,60	0,60						
	фрикадельки рыбные			20,00						
	минтай ПЕГ с/м		25,80	18,80						
	иши фарш рыбный		19,00	18,80						
	айлао крупное		2,83	2,42						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	соль поваренная		0,24	0,24						
	вода питьевая		3,00	3,00						
	масса полуфабриката фрикаделек			25,00						
	масса готовых фрикаделек			20,00						
	Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		пшеница - бройлеры с/м или фарш куриный	130/5						
морковь		66,15	63,00							
лук репчатый		18,75	15,00							
Масло растительное		20,40	17,00							
масса припущенного лука		1,50	1,50							
соль поваренная		0,65	0,65							
айлао		0,96	0,80							
Мука пшеничная		6,00	6,00							
масса полуфабриката			94,40							
масло растительное		3,00	3,00							
Кашель		Кашель-концентрат	180		21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24
	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, Деш +, 2012
Хлеб рисовый		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Деш +, 2012
Итого:		745			29,44	23,60	113,59	780,72	29,51	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисло-молочный напиток (кефир, ацидофильный, ряженка)	кисло-молочный напиток	200	207,00	200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 Сб допк 2016
	кондитерское изделие	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50	0,00	табл 6 стр 136, Деш +, 2012
Омлет натуральный	айлао	150	114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб допк 2016
Рыба отварная	рыба (минтай с/м БГ)	70	121,86	89,60	12,24	1,66	0,55	56,00	0,10	№256 Сб допк 2016
	лук репчатый		5,04	4,20						
	морковь		3,00	2,38						
	соль поваренная		0,42	0,42						
	масса 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, Деш +, 2012
Напиток из шиповника	шиповник сахар вода	180/6	18,40 6,00 180,00	18,00 6,00 180,00	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб допк 2016
Итого:		656			35,62	38,08	45,53	659,26	44,90	
ВСЕГО:		1967			79,74	81,99	226,74	1954,23	166,76	

День 4 - к/д

День 4 - вый																		
Наименование блюда и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур								
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК																		
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Крупа ячневая	180/5	22,50	22,50	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д								
	Молоко		90,00	90,00														
	Вода		68,00	68,00														
	Сахар		2,50	2,50														
	соль поваренная		0,50	0,50														
	Масло сливочное		5,00	5,00														
Котлеты рубленные из говядины	говядина б/к (котлетное мясо)	70	51,16	49,00	8,03	10,70	9,16	179,20		СБ рецептура №299, 2016								
	или фарш говяжий		49,00	49,00														
	Лук репчатый		14,64	12,30														
	Хлеб пшеничный		11,00	11,00														
	Вода		14,70	14,70														
	Сухари панировочные		4,00	4,00														
	соль поваренная		0,70	0,70														
	масса полуфабриката		75,30															
Кофейный напиток с молоком	масло растительное	180/6	1,00	1,00	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														
Бутерброд с маслом сливочным	Вода	30/5	108,00	108,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
	Батон нарезной		30,00	30,00														
Итого:	Масло сливочное	476	5,00	5,00	19,22	23,15	65,04	580,26	1,17									
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 свеклы с яблоками	свекла	60	61,50	48,00	0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016								
	яблока		11,40	10,00														
	масло растительное		3,00	3,00														
Суп картофельный с пшеницей, крупой на бульоне из индейки, с маслом индейки	индейка филе (филе грудок или бедра)	180/20	28,00	28,00	6,50	6,17	8,79	120,54	6,56	№86 сб дошк 2016								
	масса отжаренного филе индейки			20,00														
	крупка 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 поваренная		0,60	0,60														
	бульон или вода		126,00	126,00														
	Индейка тушеная с овощами по-итальянски		индейка филе (филе грудок или бедра)	40/30							56,00	56,00	10,76	10,11	4,01	150,93	5,03	ТТК №753 от 20.08.2022
			соль поваренная								0,40	0,40						
масса отжаренного 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		Картофель	150		170,60	128,30	3,20	4,17	18,78	132,00	18,69	№339 сб дошк 2016						
		Молоко			23,75	22,50												
		Масло сливочное			5,25	5,25												
		соль поваренная			0,75	0,75												
	Компот из урюка	урюк		180	18,40	18,00							0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
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			27,85	24,49	91,54	710,79	32,72									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (кефир, 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								
	Сдоба обыкновенная	мука пшеничная в/с	25	17,80	17,80	1,94	1,18	13,07	71		№449 СБ дошк 2016							
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 пачки)		0,74		0,74														
яйцо куриное		0,78		0,65														
дрожжи сухие		0,07		0,07														
соль поваренная		0,27		0,27														
вода питьевая		7,80		7,80														
масса полуфабриката				28,60														
масло растительное		0,05		0,05														
Запеканка творожная с молоком стучащим		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 поваренная	0,65	0,65															
	молоко стучащее	20,40	20,00															
	Чай с сахаром	чай листовый	180/6		0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дели 2010						
сахар		6,00		6,00														
Вода		180,00		180,00														
Итого:		561			32,00	26,26	60,27	605,02	1,17									
ВСЕГО:		1987			80,07	73,90	237,05	1980,87	39,06									

Дет. 5 - лый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			(в г) брутто	(в г) нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Капша молочная с маслом сливочным	Крупа манная Молоко Сахар соль поваренная Масло сливочное	180/5	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	5,47	6,75	29,12	199,50	1,05	ТТК №4Д
Чай без сахара, с мармеладом	чай весовой вода питьевая мармелад	180/20	0,45 180,00 30,00	0,45 180,00 30,00	0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
Яйцо вареное	яйцо	40	48,00	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Батон паризской 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:		470			15,57	18,53	68,73	504,74	1,19	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (обычно, или апельсин, или банан, или мандарин)		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										
Салат из моркови с сахаром	морковь сахар	60	72,00 3,00	57,60 3,00	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, СБ шк 2017
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	Картофель Горох Морковь Лук репчатый Масло растительное соль поваренная Бульон говядина (козлетное мясо б/к) или фарш говяжий лук репчатый яйцо куриное вода питьевая соль поваренная масло подсолнечника фрикадельки масло подсолнечника фрикадельки	180/20	53,20 16,20 12,80 9,60 4,00 0,70 140,00 23,94 23,94 2,38 1,92 2,00 0,20	40,00 16,00 10,00 8,00 4,00 0,70 140,00 22,80 22,80 2,00 1,60 2,00 0,20	7,94	6,14	12,05	145,96	4,29	№87, 128 СБ дошк 2016
Тефтели мясные	говядина (козлетное мясо б/к) или фарш говяжий Лук репчатый масло растительное Хлеб пшеничный вода питьевая соль поваренная Мука пшеничная масло подсолнечника	80	53,20 53,20 19,20 2,40 11,60 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. №303, 2016
Рагу из овощей	картофель морковь масса капустной моркови Лук репчатый масса припущенного лука капуста свежая масса припущенной капусты соль поваренная Масло растительное суп вода Масло сливочное Мука пшеничная Морковь Лук репчатый томатная паста Масло сливочное сахар соль поваренная масса супа масса рагу	150	66,50 30,00 24,00 24,00 41,00 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 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 пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дел +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Дел +, 2012
Итого:		760			24,96	31,26	88,74	760,70	32,51	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, кумыс, 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	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дел +, 2012
Рыба, тушеная с овощами	минтай ПБГ вода питьевая морковь томатная паста лук репчатый масло растительное соль	50/25	86,30 10,00 12,50 2,00 6,00 2,50 0,20	63,00 10,00 10,00 2,00 5,00 2,50 0,20	9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школы 2017
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	Крупа рисовая соль поваренная Вода питьевая Масло сливочное	150/2	46,80 0,60 281,70 2,00	46,80 0,60 281,70 2,00	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 СБ шк 2017
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дел +, 2012
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой Сахар лимон Вода	180/6/7	0,45 6,00 8,00 180,00	0,45 6,00 7,00 180,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дел + 2016
Итого:		650			23,28	15,94	79,51	562,41	7,18	
ВСЕГО:		2030			64,42	66,33	251,67	1898,35	55,88	

2 неделя

День 6 - пн

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/5			8,15	3,78	31,61	239,10	1,48	№183, сб пм 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 поваренная		0,50	0,50						
Говядина тушеная с овощами по-провански		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 поваренная		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 лопж 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 Делн 2016
	Батон нарезной		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 Делн 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 докж 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, с маслом итими, со сметаной		180/10/7			3,82	6,45	8,15	112,17	7,95	№63, сб докж 2016
	цыплята-бройлеры нетр с/м		24,30	23,00						
	масса отварной мякоти итими			10,00						
	Картофель		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Сметана		41,00	37,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	Томат-паста		2,00	2,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль поваренная		0,70	0,70						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Жирное по-домашнему из отварной итими		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 поваренная		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 докж 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, Делн +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Делн +, 2012
Итого:		717			27,87	21,18	88,08	662,64	13,97	
УДОЛНОВИТЕЛЬНЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток из ферментированной, ржаной)		200			5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 Сб докж 2016
	кисломолочный напиток		207,00	200,00						
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб докж 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль поваренная		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, Делн +, 2012
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Делн 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	яблоко		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

день 7-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кал - во (в г)	Кал - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов							
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С								
ЗАВТРАК																	
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Крупа ячневая	180/5	22,50	22,50	6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №10Д							
	Молоко		90,00	90,00													
	Вода		68,00	68,00													
	Сахар		2,50	2,50													
	соль поваренная		0,50	0,50													
	Масло сливочное		5,00	5,00													
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 2016							
Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016							
	Сахар		6,00	6,00													
	Молоко		90,00	90,00													
	Вода		108,00	108,00													
			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 (яблоко, или апельсин, или банан, или мандарин)		150	150,00	150,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00	№380 СБ дошк. 2016							
Итого:		150			0,60	0,60	14,70	70,50	15,00								
ОБЕД																	
Салат из капустной капусты	капуста капустная	60	68,64	48,00	1,02	3,00	5,08	51,42	11,89	№47 Дели 2017							
	лук репчатый		7,20	6,00													
	масло растительное		3,00	3,00													
	сахар		3,00	3,00													
Суп картофельный с мясной крупой, с куриными фрикадельками	картофель	180/20	11,00	11,00	4,26	4,47	10,32	102,14	6,36	№86 СБ дошк. 2016							
	картофель		80,00	60,00													
	морковь		9,00	7,20													
	лук репчатый		8,60	7,20													
	масло растительное		1,80	1,80													
	соль поваренная		0,60	0,60													
	бульон или вода		126,00	126,00													
	фрикадельки куриные																
	шпик/лук-бройлеры потр с/м или фарш куриный		35,11	22,80													
	лук репчатый		23,94	22,80													
	лук репчатый		2,38	2,00													
	яйцо куриное		1,92	1,60													
	вода питьевая		2,00	2,00													
	соль поваренная		0,20	0,20													
	масло полуфабриката																
	фрикадельки		28,60														
масло готовых фрикаделек	20,00																
Биточки рубленные из рыбы	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный	80	32,20	60,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3							
	крупа манная		63,00	60,00													
	яйцо		2,10	2,10													
	лук репчатый		1,44	1,20													
	вода		18,00	15,00													
	соль поваренная		11,20	11,20													
	сахар		0,65	0,65													
	сухари панировочные		0,16	0,16													
	Масло растительное		8,00	8,00													
	Масса полуфабриката		2,00	2,00													
			94,40														
	Пюре картофельное		Картофель	150							170,60	128,30	3,20	4,17	18,78	132,00	18,69
Молоко		23,75	22,50														
Масло сливочное		5,25	5,25														
соль поваренная		0,75	0,75														
Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	34,00	28,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 СБ шк. 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	3,20	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 ПОДНИК																	
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		мука пшеничная в/с	50							25,30	25,30	2,97	1,98	21,2	121,33	0
дрожжи сухие		0,20	0,20														
соль поваренная		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														
Макаронное изделие отварное 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 поваренная	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 минеральной воды	минеральная вода	180/6	18,40	18,00	0,61	0,75	6,68	31,38	90,00	№399 СБ дошк. 2016							
	сахар		6,00	6,00													
	вода		180,00	180,00													
Итого:		656			23,33	16,78	74,02	542,94	92,78								
ВСЕГО:		2012			61,85	54,11	284,90	1918,70	146,95								

Дет. 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл.-вл.	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Какао геркулесовая молочная с маслом сливочным	Какао геркулесовая Молоко Сахар соль поваренная Масло сливочное	180/5	22,30 158,00 2,50 0,50 5,00	22,30 158,00 2,50 0,50 5,00	7,46	9,52	33,82	251,91	0,86	ТТК №5Д
Ябло жареное	ябло	40	48,00	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00		№227 СБ дошк 2016
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 Детл 2016
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезный Масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Детл 2010
Итого:		446			18,50	21,81	60,46	517,37	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок апельсиновый		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Детл 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Викетрет овощной	картофель свекла морковь капуста кочанная лук репчатый масло растительное	60	20,64 15,30 11,40 17,25 10,71 3,60	15,00 12,00 9,00 12,00 9,00 3,60	0,84	6,02	4,37	75,06		№46 СБ дошк 2016
Шн с со свежей капустой, с картофелем, с мясными фриздельками, со сметаной	капуста свежая картофель морковь лук репчатый Масло растительное соль поваренная вода питьевая говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий лук репчатый ябло вода для фарша соль поваренная масса полуфабриката масса готовых фриздельек Сметана	180/10/7	45,00 28,73 9,00 8,57 4,00 0,60 140,00 11,97 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 14,30 10,00 7,00	36,00 21,60 7,20 7,20 4,00 0,60 140,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30 10,00 7,00	3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№75, СБ дошк 2016
Тедфети мясные в томатном соусе	говядина (котлетное мясо G/4) или фарш говяжий лук репчатый масло растительное масса пассерованного лука репчатого хлеб пшеничный вода питьевая соль поваренная мука пшеничная в/с масса полуфабриката масло растительное масса готовых тедфетей соус томатный вода питьевая масло сливочное мука пшеничная в/с морковь лук репчатый томатная паста масло растительное соль поваренная сахар масса готового соуса	60/20	39,90 39,90 24,00 2,00 10,00 8,00 12,00 0,60 4,00 72,00 2,00 60,00 20,00 0,90 0,90 1,50 0,72 1,25 0,30 0,20 0,20 20,00	38,00 38,00 20,00 2,00 10,00 8,00 12,00 0,60 4,00 72,00 2,00 60,00 20,00 0,90 0,90 1,20 0,60 1,25 0,30 0,20 0,20 20,00	7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошк: №303, 366, 2016
Гороховое пюре	горох соль поваренная вода питьевая Масло сливочное	130	66,30 0,50 163,00 2,40	65,00 0,50 163,00 2,40	11,79	2,96	30,29	186,94		№199 СБ пш 2017
Компот из урюка	урюк масса отпущенных сухофруктов Сахар вода	180	18,40 6,00 183,00	18,00 6,00 183,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№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, Детл +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Детл +, 2012
Итого:		737			29,79	22,20	104,17	743,95	12,51	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	200		200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 СБ дошк 2016
Пудинг творожный заправленный с поядлом	Творог Машина крупы Сахар Ябло жареное Масло сливочное Соль поваренная Сушари разрыхляющие Сметана Поядло	130/20	121,20 10,40 10,40 6,24 5,00 0,50 5,20 5,20 20,40	120,00 10,40 10,40 5,20 5,00 0,50 5,20 5,20 20,00	16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 СБ дошк 2016
Чай с сахаром	чай восточный 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 Детл 2010
Фрукты свежие (абрикоты, апельсины, яблоки, бананы, лимоны)		150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	144,00	10,00	табл 9 стр 186, Детл +, 2012
Итого:		686			24,82	21,28	84,99	630,52	10,97	
ВСЕГО:		2069			74,12	65,29	269,82	1976,64	29,77	

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Приправы	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов	
			брутто	г)	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК											
Каша пшеница молочная с маслом сливочным		180/5									
	крупка пшеница		22,50	22,50							
	Молоко		90,00	90,00							
	Вода		68,00	68,00							
	Сахар		2,50	2,50							
	соль поваренная		0,50	0,50							
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		50/2									
Чай с молоком, сахаром	шпикет-бройлера порц 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 поваренная		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							
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5								
чай ванильный		0,45	0,45								
Сахар		6,00	6,00								
Молоко		92,00	90,00								
Вода		90,00	90,00								
Батон изрезанный		30,00	30,00								
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 (яблоки или апельсины, или бананы или малину)		150	150,00	150,00	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	табл 9 стр 134, Делт +, 2012	
Итого:		150			1,35	0,30	12,15	64,50	90,00		
ОБЕД											
Салат из моркови с сахаром	морковь сахар	60	72,00 3,00	57,60 3,00	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42. Сб допк 2016	
Суп-лапша домашняя на бульоне из индейки		180/20									
	индейка филе (филе грудок или бедра)		28,00	28,00							
	масса отварного филе индейки			20,00							
	Мука пшеничная		15,00	15,00							
	Яйцо		4,00	4,00							
	вода		2,80	2,80							
	соль поваренная		0,20	0,20							
	Масса полусухих 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 поваренная		0,80	0,80							
Гуляши из отварной индейки		40/40									
	филе индейки (филе грудок или бедра)		56,00	56,00							
	соль поваренная		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 в/с		2,00	2,00							
	масло растительное		2,70	2,70							
	соль поваренная		0,20	0,20							
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		130/3								
		гречневая крупа		61,90	61,90						
вода питьевая			92,30	92,30							
соль поваренная			0,40	0,40							
Кисель		180									
	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, Делт +, 2012	
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	табл 6 стр 144, Делт +, 2012	
Итого:		743			34,94	20,51	108,27	770,64	7,46		
УПЛОТНЕННЫМ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (кефир, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	200	200,00	200,00	5,80	5,00	8,40	102,22	0,60	№420 Сб допк 2016	
Булочка сладкая		50			4,22	4,81	25,22	151,00	0,00	Сборник национальных блюд и кулинарных изделий стр 150 Сб Казань 1997	
Котлеты рыбные	Мука пшеничная		31,00	31,00							
	Мука пшеничная		1,00	1,00							
	дрожжи сухие		0,40	0,40							
	соль поваренная		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								
Картофель запеченный		150									
	картофель		290,00	218,00							
	масло растительное		5,50	5,50							
	соль поваренная		0,40	0,40							
	Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Делт +, 2012
	Чай с сахаром и лимоном		180/6/7								
чай ванильный		0,45	0,45								
Сахар		6,00	6,00								
лимон		8,00	7,00								
Вода		180,00	180,00								
Итого:		703			26,77	23,80	95,19	694,52	25,71		
ВСЕГО:		2064			84,91	67,15	274,63	2072,00	125,11		

День 10 -ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кал - во (в г)	Кал - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-лы	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	Крупа пшеничная Молоко Вода Сахар соль поваренная 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	7,75	7,05	39,84	254,36	0,86	ТТК № 9Д
Чай с сахаром, с яблоком	чай пакетный Сахар яблоко 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 Дети 2016
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезкой Масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дети 2010
Пюре из картофеля		180	180,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	ТТК
Итого:		596			15,37	16,11	69,88	486,74	2,43	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок апельсиновый		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	94,80	4,00	№418 Дети 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	94,80	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	картофель морковь лук репчатый масло растительное томатная паста соль поваренная бульон цыплята-бройлеры потро с/м или фарш куриный лук репчатый яйцо куриное вода питьевая соль поваренная масса полуфабриката фрикадельки масса готовых фрикадельек	180/20	6,00 80,00 9,00 9,52 1,80 2,20 0,60 120,00 35,11 23,94 2,38 1,92 2,00 0,20	6,00 60,00 7,20 8,00 1,80 2,20 0,60 120,00 22,80 22,80 2,00 1,60 2,00 0,20	5,64	3,59	9,57	96,77	6,20	№86 сб дошколь 2016
Капуста тушеная с мясом	капуста свежая вода питьевая масса тушеной капусты лук репчатый масло растительное масса пассерованного лука говядина (кожачное мясо б/к) или фарш говяжий масса готового фарша мука пшеничная в/с масса сала вода питьевая масло сливочное мука пшеничная в/с морковь лук репчатый томатная паста масло растительное соль поваренная сахар	185	165,60 30,00 120,00 13,20 1,20 5,50 45,70 45,70 35,00 3,60 18,00 18,00 0,84 0,84 1,50 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 0,84 0,84 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	яблоко свежее 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 пшеничный		40	40,00	40,00	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012
Хлеб ржаной		50	45,00	45,00	3,30	0,60	19,82	99,10	0,00	
Итого:		765			22,25	18,98	77,54	576,24	39,22	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток	кисломолочный напиток	200	207,00	200,00	5,80	5,00	8,00	100,00	1,40	№420 Сб дошколь 2016
Кондитерское изделие	пирожки	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136, Дети +, 2012
Омлет натуральный	яйцо молоко масса сметанной смеси масло сливочное соль поваренная масса готового омлета	150	114,00 60,00 2,50 0,40 150,00	95,00 60,00 2,50 0,40 150,00	13,04	24,83	2,64	289,66	0,26	№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, Дети +, 2012
Напиток из клюквы	Клюквенный сахар Вода питьевая	180/6	18,40 6,00 180,00	18,00 6,00 180,00	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошколь 2016
Итого:		601			24,70	31,97	58,34	619,71	45,60	
ВСЕГО:		2 102			63,32	66,15	225,97	1767,49	91,25	
ИТОГО за 10 дней		20478			731,14	669,25	2529,13	19307,84	756,32	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		2048			73,11	66,93	252,91	1930,78	75,63	

Примечание:

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

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

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

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тульман В.А., Мотомылов М.П. Москва Дети едят 2010г.

2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Тульман В.А. Москва 2004 г.

3. Таблица химического состава и энергетической ценности российских продуктов питания

Тульман В.А., Москва Дети едят 2012 г.

4. Сборник рецептов блюд для питания детей г. Москвы выпуск 4, 2003

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

6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тульман В.А., Мотомылов М.П. Москва Дети едят 2010г.

7. В разработку меню предусмотрено использование следующего сырья:

список 1 категория уценки:

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 эквиваленту продуктов с 0,09(25% отходов) моркови, свеклы - рассчитаны с 1,09 (20% отходов)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соевые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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