

Утверждаю

Директор ООО "АБК-Примент"

Рахматуллин Р.Р.



Согласовано

Руководитель дошкольной образовательной

организации



**Примерное 10-дневное меню  
для организации питания детей в дошкольных учреждениях  
с 8-10,5 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет**

День 1 - вы

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша "Дружба" молочная	200			5,16	3,47	23,13	144,50	0,21	ТТК №7Д
		15,00	15,00						
		11,00	11,00						
		100,00	100,00						
		76,00	76,00						
		5,00	5,00						
		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб shk 2017
		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дети2010
		2,50	2,50						
		10,00	10,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дети2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>420</b>			<b>10,35</b>	<b>14,01</b>	<b>52,96</b>	<b>379,50</b>	<b>0,40</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	1,80	3,60	12,80	90,00		№418 сб дошк 2016
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
<b>Итого:</b>	<b>220</b>			<b>2,80</b>	<b>3,60</b>	<b>33,00</b>	<b>175,34</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с сахаром	60			0,75	0,06	6,97	31,40		№42 СБ дошк 2016
		72,50	58,00						
		3,00	3,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			4,12	4,23	13,76	118,41	5,01	№88,сб дошк2016
		26,3	17,1						
		17,1	17,1						
		1,79	1,5						
		1,44	1,2						
		1,5	1,5						
		0,15	0,15						
			21,5						
			15						
		79,80	60,00						
		10,00	8,00						
		9,52	8,00						
		8,00	8,00						
		4,00	4,00						
		1,20	1,20						
		132,00	132,00						
Котлеты рубленные из говядины	70			10,43	7,70	10,19	151,38		СБ дошкольн. №299, 2016
		51,16	49						
		49	49						
		14,64	12,3						
		11	11						
		14,7	14,7						

	Вода		14,7	14,7							
	Сухари панировочные		4,00	4,00							
	соль иодированная		0,7	0,7							
	масса полуфабриката			75,3							
	масло растительное		1	1							
Капуста тушеная		150			3,30	4,90	14,10	114,60	24,70	№354 сблшк2016	
	Капуста свежая		215,00	172,00							
	Лук репчатый		7,14	6,00							
	Морковь		3,75	3,00							
	Мука пшеничная		1,80	1,80							
	Масло растительное		5,25	5,25							
	Сахар		4,50	4,50							
	соль иодированная		1,00	1,00							
Компот из свежемороженых фруктов		180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016	
	фрукты										
	свежезамороженные		20,00	20,00							
	Вода		183,00	183,00							
	сахар		10,0	10,0							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого		720			23,50	17,61	97,68	653,59	30,07		
<b>ПОЛДНИК</b>											
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	26,07	181,00		№453 сб дошк2016	
	Мука пшеничная		30,50	30,00							
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	Масло сливочное		6,50	6,50							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	вода		15,30	15,30							
	масса полуфабриката для крошки:			57,00							
	мука пшеничная		1,20	1,20							
	масло сливочное		1,00	1,00							
	масса крошки			2,00							
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
Кисломолочный напиток		180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016	
Кефир (ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток		185,00	180,00							
	сахар		5,00	5,00							
Омлет с сыром		10/150			17,28	23,13	2,53	287,50	0,33	№230 сб дошк2016	
	Яйцо		126,00	105,00							
	Молоко		40,00	40,00							
	масса омлетной смеси			145,00							
	Сыр		10,20	10,00							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
	соль иодированная		0,80	0,80							
	масса готового омлета			150,00							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Итого		410			27,79	34,81	53,09	637,20	1,59		
ВСЕГО		1770,00			64,44	70,03	236,73	1845,63	36,06		

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша полбяная молочная	200			5,83	0,35	25,75	129,85		ТТК №1Д
		25,00	25,00						
		100,00	100,00						
		76,00	76,00						

	Сахар		5,00	5,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно		5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком		180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	№397 Дели2010
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		10,00	10,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		430			15,13	15,16	57,04	426,25	0,60	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )		100	114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из картофеля с солеными огурцами		60			0,82	3,13	5,14	51,96	7,20	№23 сб дошк2016
	огурцы соленые		32,76	18,00						
	картофель		32,90	24,00						
	морковь		15,36	12,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,96	6,84	9,03	120,53	8,80	№110, сб шк2004
	говядина (котлетное мясо б/к )		11,90	11,40						
	или фарш говяжий		11,40	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,8						
	вода питьевая		1,00	1,0						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	Капуста свежая		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Свекла		41,00	32,00						
	Сахар		2,40	2,40						
	Томат-паста		1,00	1,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		2,00	2,00						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Тефтели рыбные в сметанном соусе		60/20			7,58	6,93	9,94	132,39	0,91	№261/а СБ дошк 2011
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		55,08	40,50						
	Хлеб пшеничный		40,50	40,50						
	Хлеб пшеничный		6,00	6,00						
	вода		6,00	6,00						
	яйцо		6,30	5,25						
	Лук репчатый		10,80	9,00						
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	соль иодированная		0,38	0,38						
	Масса полуфабриката			70,50						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соус:									
	сметана		5,00	5,00						
	вода		15,00	15,00						
	Мука пшеничная		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20,00						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,07	128,10	0,23	№ 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						

Кисель		180					18,00	72,00		№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		9,00	9,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		722			19,72	22,08	70,84	569,08	17,14	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток		185	180						
Запеканка творожная с повидлом		120/30			21,17	14,47	40,09	372,60	0,44	№251, сб дошк 2016
	Творог		112,20	110,00						
	Крупа манная		7,20	7,20						
	Яйцо		6,00	5,00						
	Сахар		9,60	9,60						
	Сметана		4,80	4,80						
	Масло сливочное		4,80	4,80						
	Сухари панировочные		4,80	4,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	повидло		30,00	30,00						
Итого:		330			26,39	18,97	47,65	464,60	0,98	
ВСЕГО:		1582,00			61,64	56,61	185,33	1503,93	28,72	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша кукурузная молочная	200			5,85	1,80	25,77	143,00	0,21	ТТК №2Д	
		25,00	25,00							
		100,00	100,00							
		76,00	76,00							
		5,00	5,00							
		1,00	1,00							
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016	
		5,00	5,00							
Чай с молоком, сахаром	180/10			2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016	
		0,45	0,45							
		10	10							
		92	90							
		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010	
		30,00	30,00							
		5,00	5,00							
Итого:	430			10,86	12,26	55,55	376,00	1,41		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кондитерские изделия	вафли	30	30,00	30,00	1,19	9,18	18,77	162,60		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
Сок (или нектар) в ассортименте		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	230			2,19	9,18	38,97	247,94	4,00		
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с	50			0,89	1,55	1,87	25,08		№10 Сб дошк 2016	
		80,16	48,00							
		2,50	2,50							
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	180/10			3,92	4,03	9,72	94,80	6,84	№86 сб дошк 2016	
		12,00	12,00							
		80,00	60,00							
		10,00	8,00							
		9,52	8,00							

	Масло растительное		2,00	2,00							
	соль иодированная		1,30	1,30							
	Бульон		120,00	120,00							
	цыплята - бройлеры с/м масса отварной мякоти птицы		29,50	26,2							
				10,0							
Фрикадельки мясные в молочном соусе		50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07		№305 сб дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		39,70	38,00							
	или фарш говяжий		38,00	38,00							
	Хлеб пшеничный		8,00	8,00							
	Вода		10,00	10,00							
	лук репчатый		4,20	3,50							
	Масса полуфабриката			59,00							
	Масло сливочное		2,00	2,00							
	Соус молочный:										
	Молоко		12,50	12,50							
	Масло сливочное		1,30	1,30							
	Мука пшеничная		1,30	1,30							
	Вода		12,50	12,50							
	Сахар		0,30	0,30							
	соль иодированная		0,30	0,30							
Макаронные изделия отварные с маслом		130/3			5,02	2,89	27,04	154,22			№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50							
	вода		275,00	275,00							
	соль иодированная		1,30	1,30							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,10	19,3	80			Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00							
	сахарный песок		15,00	15,00							
	вода		183,00	183,00							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10			табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		693			22,21	16,87	91,99	615,20	6,91		
МОЛОКО											
Молоко кипяченое (молоко)		180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46		№419 СБ дошк 2016
Картофель запеченный дольками		130	250,70	188,50	3,59	12,37	28,64	240,24	18,85		№314 СБ шк 2017
	картофель		1,30	1,30							
	соль иодированная		8,00	8,00							
	масло растительное										
Итого:		310			9,07	17,25	37,71	342,24	21,31		
ВСЕГО:		1663			44,33	55,56	224,22	1581,38	33,63		

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Омлет натуральный	150			14,23	18,55	2,60	235,00	0,25	№229, сб дошк2016
		138	115						
		40	40						
			155						
		5	5						
		0,7	0,7						
			150						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дели2010
		2,50	2,50						
		10,00	10,00						

	Молоко		90,00	90,00							
	Вода		108,00	108,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк2016	
	Батон нарезной		30,00	30,00							
	Сыр		10,20	10,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		375			22,67	28,96	32,36	482,40	0,65		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>											
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	149	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012	
Итого:		100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00		
<b>ОБЕД</b>											
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		60			0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	№52 сб шк2016	
	свекла		73,00	57,00							
	масло растительное		3,60	3,60							
Суп картофельный гороховый на курином бульоне		200			4,39	4,22	13,23	118,60	4,66	№87, сб дошк2016	
	Картофель		53,2	40							
	Горох		16,2	16							
	Морковь		12,8	10,00							
	Лук репчатый		9,6	8,00							
	Масло растительное		4	4							
	соль иодированная		0,2	0,2							
	Бульон		140	140							
Птица, тушенная в соусе с овощами		200			10,38	7,51	18,16	181,74	8,03	№319 Сб дошк 2016	
	цыплята - бройлеры с/м масса отварной мякоти птицы		112	105,0							
	соус сметанный :			40,0							
	Вода или отвар сметана		15	15,0							
	мука пшеничная		5	5,0							
	соль иодированная		1,5	1,5							
	масса соуса		0,16	0,16							
	картофель		20,0	20,0							
	морковь		129	97,0							
	лук репчатый		37,5	30,00							
	зеленый горошек к/с		28	23,00							
	Масло растительное		10	6,00							
	соль иодированная		1,5	1,5							
	масса овощей с соусом		0,8	0,8							
Компот из свежемороженых фруктов		180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016	
	фрукты свежемороженые		20,00	20,00							
	Вода		183,00	183,00							
	сахар		10,0	10,0							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		705			20,51	16,06	89,01	593,82	13,06		
<b>ПОЛДНИК</b>											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт)	йогурт	180	185,00	180,00	2,61	2,25	9,9	62,1	1,44	№420 СБ дошк 2016	
Булочка с сахаром	Мука пшеничная	50	30,00	30,00	7,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№442 СБ шк 2017	
	Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	Сахарный песок		3,90	3,90							
	масло сливочное		1,40	1,40							
	Яйцо		2,88	2,40							
	Дрожжи сухие		0,25	0,25							
	Молоко		13,00	13,00							

Соль йодированная	0,35	0,35							
Вода	11,80	11,80							
Масса полуфабриката		59,00							
Яйцо (на смазку изделий)	1,44	1,20							
Масло растительное на смазку листов	1,00	1,00							
<b>Итого:</b>	<b>230</b>			10,48	4,00	29,33	187,10	1,71	
<b>ВСЕГО</b>	<b>1410</b>			<b>54,56</b>	<b>49,22</b>	<b>158,80</b>	<b>1306,32</b>	<b>75,42</b>	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			5,33	5,34	8,61	133,92	0,50	№101, сбшк2016
Крупа геркулесовая		11,00	11,00						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
соль йодированная		1,00	1,00						
као с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,34	8,12	15,46	144,00		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>11,34</b>	<b>16,65</b>	<b>39,89</b>	<b>384,92</b>	<b>0,89</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кондитерские изделия	печенье	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10	табл 6 стр 136, Ддели +, 2012
Сок (или нектар) в ассортименте		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>230</b>			<b>3,26</b>	<b>2,94</b>	<b>42,52</b>	<b>210,44</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с яблоками	50			0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	№47 СБ шк 2017
капуста свежая		49,30	39,45						
соль йодированная		0,70	0,70						
масса прогретой капусты			35,50						
яблоки свежие		11,40	10,00						
Масло растительное		2,50	2,50						
сахар		2,50	2,50						
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			3,61	5,85	7,35	102,40	8,54	ТТК 535 23,12,2020
говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
соль йодированная		0,90	0,90						
картофель		62,50	50,00						
капуста цветная с/м		27,80	25,00						
кукуруза к/с		16,70	10,00						
морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		1,50	1,50						
Вода		130,00	130,00						
Сметана		7,00	7,00						
Суфле рыбное	70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 Сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		87,04	64,00						
масса отварной рыбы			50,00						

соус молочный	Молоко		18,00	18,00						№371 СБ дошк 2016
	Масло сливочное		3,00	3						
	Мука пшеничная		3,00	3						
	вода		3,50	3,50						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масса соуса молочного			24,00						
	Яйцо		10,50	8,75						
	масса полуфабриката			80,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной с маслом сливочным		130/3			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		2,60	2,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из яблок		180			0,12	0,12	17,91	73,20	1,20	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		34,0	30,0						
	вода		183,0	183,0						
	сахар		10,0	10,0						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134_Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144_Дели + 2012
Итого:		695			19,93	16,71	59,43	474,40	26,27	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
Пудинг творожный со сгущенным молоком		120/30			20,40	16,98	45,55	416,70	0,57	№438 СБ 2004
	Творог		103,40	102,00						
	Манная крупа		9,60	9,60						
	Яйцо		7,20	6,00						
	Сахарный песок		9,60	9,60						
	Соль йодированная		0,46	0,46						
	Масло сливочное		4,80	4,80						
	Сухари панировочные		4,80	4,80						
	Сметана		4,80	4,80						
	сгущенное молоко		30,00	30,00						
Итого:		330			25,88	21,86	54,62	518,70	3,03	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1655,00</b>			<b>60,41</b>	<b>58,16</b>	<b>196,46</b>	<b>1588,46</b>	<b>34,19</b>	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическ ая	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200			5,92	3,60	42,82	228,00	0,96	ТТК №8Д
		25	25						
		100	100						
		76	76						
		5	5						
		1	1						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
		5	5						
Чай с молоком, сахаром	180/10			2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		10	10						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
		30	30						
		5	5						



Итого:	430			10,93	14,06	72,60	461,00	2,16	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие									
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	167	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:	100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из соленых огурцов с луком	50			0,43	2,55	1,30	29,90	2,78	№20 СБ дошк 2016
огурцы соленые		50,73	44,5						
масса припущенных соленых огурцов			40,5						
Лук репчатый		5,4	4,5						
Масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200			2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	№88 СБ дошк 2016
картофель		80	60						
морковь		10	8						
лук репчатый		10	8						
масло растительное		2	2						
вермишель		8	8						
бульон куриный		140	140						
соль йодированная		1,3	1,3						
Маркое из птицы по-домашнему	190			14,55	9,87	18,20	219,33		ТТК №580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		104,50	98,00						
масса отварной мякоти птицы			50,00						
картофель		175,00	131,00						
лук репчатый		13,00	11,00						
морковь		8,00	6,40						
масло сливочное		6,00	6,00						
соль йодированная		0,85	0,85						
вода питьевая		25,00	25,00						
масса готовых овощей			140,00						
Напиток из апельсинов	180			0,41	0,09	30,6	125		№392, СБ дошк 2016
апельсин		40,23	27,00						
сахарный песок		18,00	18,00						
цедра		4,50	4,50						
вода		145,00	145,00						
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134_Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144_Дели + 2012
Итого:	685			22,04	15,48	91,46	593,87	9,38	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык, йогурт)		185	180						
Пирожок печёный с повидлом	40			2,14	1,95	17,86	100,00	0,64	№437СБ дошк 2016
Мука пшеничная		20,00	20,00						
мука пшеничная на подпыл		0,90	0,90						
Масло сливочное		0,90	0,90						
сахар		1,06	1,06						
Яйцо		1,20	1,00						
соль йодированная		0,30	0,30						
дрожжи сухие		0,25	0,25						
Вода		8,05	8,05						
масса теста			31,20						
повидло фруктовое		18,40	18,00						
Масло растительное		0,13	0,13						
Яйцо		0,96	0,80						
Итого:	220			7,36	6,45	25,42	192,00	1,18	
ВСЕГО:	1435			41,83	36,49	210,48	1342,87	22,72	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная	200			4,56	1,27	26,26	134,66		ТТК № 6Д
крупя пшеничная		25,00	25,00						
Молоко		100,00	100,00						
Вода		76,00	76,00						
Сахар		5,00	5,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>430</b>			<b>13,04</b>	<b>15,30</b>	<b>56,09</b>	<b>415,06</b>	<b>0,40</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кондитерское изделие крендель	20	20,00	20,00	1,80	3,60	12,80	90,00		
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>220</b>			<b>2,80</b>	<b>3,60</b>	<b>33,00</b>	<b>175,34</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из овощей с морской капустой	50			0,45	2,42	3,04	35,67		№49 Сб дошк 2016
капуста морская сушеная		1,09	1,09						
картофель		35,52	26,70						
лук репчатый		8,51	7,09						
огурцы соленые		15,17	8,34						
масло растительное		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/10			4,21	4,12	13,53	117,40	9,84	№83 сб дошк 2016г
Картофель		106,6	80						
Морковь		10	8						
Лук репчатый		9,6	8						
Масло растительное		2	2						
соль иодированная		0,2	0,2						
Вода		130	130						
говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
соль иодированная		0,90	0,90						
Биточки рубленые из рыбы	80			11,90	7,00	3,98	126,50		ТТК №3
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		81,60	60,00						
крупя манная		60,00	60,00						
яйцо		2,00	2,00						
Лук репчатый		14,40	12,00						
вода		17,90	15,00						
соль иодированная		6,00	6,00						
сахар		0,80	0,80						
сухари панировочные		0,20	0,20						
Масло растительное		6,00	6,00						
Масса полуфабриката		2,00	2,00						
Масло растительное			95,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			6,83	3,50	30,66	181,87	0,52	№180, сб дошк2016
крупя гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль иодированная		0,33	0,33						

	масса каши			115,00						
	морковь		22,00	17,00						
	лук репчатый		2,60	1,70						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,10	19,3	80		Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	сахарный песок		15,00	15,00						
	вода		183,00	183,00						табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:		678			26,55	17,68	88,33	630,54	10,36	0,00
<b>ПОЛДНИК</b>										
Шарлотка с яблоками		40			0,20	0,02	9,40	62,00		ТТК от 14.01.2020г
	яйцо		8,80	7,30						
	сахарный песок		9,12	9,12						
	соль йодированная		0,24	0,24						
	мука пшеничная		7,30	7,30						
	яблоки свежие		32,50	22,70						
	масло растительное		0,24	0,24						
	сухари панировочные		0,48	0,48						
Кисломолочный напиток		180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
	сахар		5,00	5,00						
Итого:		225			5,42	4,52	21,59	171,95	1,26	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1553</b>			<b>47,81</b>	<b>41,10</b>	<b>199,01</b>	<b>1392,89</b>	<b>16,02</b>	

День 8 - ой

Наименование блюдо и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша манная молочная	200			3,15	0,27	21,39	100,00		ТТК №4Д	
		25,00	25,00							
		176,00	176,00							
		5,00	5,00							
		1,00	1,00							
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016	
		5,00	5,00							
Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	№397 Дели2010	
		2,00	2,00							
		10,00	10,00							
		110,00	110,00							
		80,00	80,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк2016	
		30,00	30,00							
		10,20	10,00							
		5,00	5,00							
Итого:	430			12,45	15,08	52,68	396,40	0,60		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кондитерские изделия	вафли	30	30,00	30,00	1,19	9,18	18,77	162,60		табл 10 стр 202, Ддели +, 2012
Сок (или нектар) в ассортименте		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	230			2,19	9,18	38,97	247,94	4,00		
<b>ОБЕД</b>										
Винегрет с солеными огурцами		60			0,82	3,71	5,06	56,90		№46, сб дошк 2016
	Картофель		20,64	15,00						
	Свекла		15,30	12,00						
	Морковь		11,40	9,00						
	Огурцы соленые		21,84	12,00						

Шни со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками со сметаной	Масло растительное		3,60	3,60						№73, 128 сб дошк 2016
	Лук репчатый		10,71	9,00						
		180/10/7			3,48	5,97	7,12	96,20	14,90	
	Капуста свежая		50,00	40,00						
	Картофель		31,92	24,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		1,50	1,50						
	Бульон		140,00	140,00						
	говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
	или фарш говяжий		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	вода		1,00	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	соль иодированная		0,90	0,90						
масса полуфабриката фрикаделек								14,30		
масса готовых фрикаделек								10,00		
Сметана		7,00	7,00							
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	70/30			9,09	8,96	10,07	157,66	0,31	ТТК 698 от 09.04.2021	
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный вода рис масса отварного рассыпчатого риса Лук репчатый Масло растительное масса припущенного лука соль иодированная мука пшеничная масса полуфабриката соус сметанно-томатный: сметана мука пшеничная вода томатная паста соль йодированная			68,70	44,60						
			44,60	44,60						
			7,00	7,00						
			6,20	6,20						
									17,50	
			15,60	13,00						
			2,50	2,50						
									10,50	
			0,40	0,40						
			4,50	4,50						
									84,00	
									30,00	
			7,50	7,50						
			2,25	2,25						
			22,50	22,50						
			1,20	1,20						
			0,24	0,24						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3			5,01	2,89	27,04	154,22		№219, сб дошк2016	
Компот из изюма	макаронные изделия		45,50	45,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		1,30	1,30						
	Вода		275,00	275,00						
Хлеб пшеничный	изюм	180	18,00	18,00	0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016
	масса отварных сухофруктов									
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		10,0	10,0						
Хлеб ржаной		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134_Дели + 2012
		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144_Дели + 2012
Итого:	735			23,30	22,25	101,95	702,78	15,57		
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016	
	молоко		189,00	180,00						
Слойка сладкая	50			4,45	4,95	28,50	176,37	0,17	стр 150 СБКазань 1997	
	мука пшеничная		31,00	31,00						

	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо		3,00	2,50						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	молоко		12,50	12,50						
	сахар		1,00	1,00						
	дрожжи сухие		0,40	0,40						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	прослойка:									
	сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масса полуфабриката			57,50						
	яйцо для смазки изделий		0,90	0,75						
	масло растительное для смазки листов		0,13	0,13						
Омлет натуральный		150			14,23	18,55	2,60	235,00	0,25	№229,сб дошк2016
	яйцо		138	115						
	молоко		40	40						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		5	5						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	масса готового омлета			150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		405			26,06	28,58	52,47	572,12	2,88	
ВСЕГО:		1800			64,00	75,09	246,07	1919,24	23,05	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная	200			5,44	0,55	33,66	108,00		ТТК № 9Д
		25,00	25,00						
		100,00	100,00						
		76,00	76,00						
		5,00	5,00						
		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
		5,00	5,00						
У с молоком,сахаром	180/10			2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		10	10						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	430			10,45	11,01	63,44	341,00	1,20	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	50			0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	№21 СБ шк 2016
		55,50	44,40						
			40,00						
		6,25	5,00						
		2,50	2,50						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
Рассольник ленинградский с говядиной, со сметаной	180/10/7			4,60	5,50	9,89	111,96	6,78	№82 сбдошк 2016
		16,00	16,00						

	масса отварной говядины			10,00							
	Картофель		79,80	60,00							
	Крупа перловая		8,00	8,00							
	Морковь		10,00	8,00							
	Лук репчатый		4,76	4,00							
	Масло растительное		3,00	3,00							
	огурцы соленые		21,84	12,00							
	соль иодированная		1,00	1,00							
	Бульон		132,00	132,00							
	Сметана		7,00	7,00							
Пудинг рыбный		80/30			14,60	9,00	10,80	182,00			№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		91,12	67							
	масса отварной рыбы			53							
	Хлеб пшеничный		11	11							
	яйцо		8,4	7							
	молоко		16	16							
	масло сливочное		3	3							
	соль иодированная		0,5	0,5							
	Масло растительное		1,3	1,3							
	Соус молочный										
	молоко		15	15							
	масло сливочное		1,65	1,65							
	Мука пшеничная		1,65	1,65							
	Вода		15	15							
	Сахар		0,3	0,3							
	соль иодированная		0,2	0,2							
	масса соуса			30							
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,07	128,10	0,23		
	Картофель		159,60	119,70							
	Молоко		22,12	21,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
	Соль иодированная		0,52	0,52							
Компот из свежемороженых фруктов		180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36		№394 СБ дошк 2016
	фрукты										
	свежемороженые		20,00	20,00							
	Вода		183,00	183,00							
	сахар		10,0	10,0							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10			табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		722			26,14	22,08	87,09	656,56	23,60		
	ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (йогурт, катык, ряженка)	йогурт	180	185,00	180,00	2,61	2,25	9,9	62,1	1,44		№420 СБ дошк 2016
Запеканка рисовая с творогом		150/25			10,90	9,60	63,74	385,00	1,02		№203 сб дошк 2016
	крупа рисовая		37,00	37,00							
	вода		75,00	75,00							
	соль иодированная		0,25	0,25							
	творог		45,50	45,00							
	яйца		6,00	5,00							
	сахар		6,00	6,00							
	масло сливочное		4,00	4,00							
	сухари панировочные		4,00	4,00							
	сметана		4,00	4,00							
	масса полуфабриката			170,00							
	молоко сгущенное		25,00	25,00							
Итого:		355			13,51	11,85	73,64	447,10	2,46		
ВСЕГО		1607			50,50	45,34	233,97	1488,66	37,26		

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
КАША ЗЕРНОВАЯ	200								
Каша Геркулесовая молочная		25,00	25,00	3,75	1,87	18,97	108,00		ТТК №5Д
		176,00	176,00						

	Сахар		5,00	5,00							
	соль иодированная		1,00	1,00							
Масло сливочное порционно		5			0,04	3,62	0,07	33,00			№6 сб дошк 2016
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Кофейный напиток с молоком		180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19		№395 Дели2010
	Кофейный напиток		2,50	2,50							
	Сахар		10,00	10,00							
	Молоко		90,00	90,00							
	Вода		108,00	108,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00							
	Сыр		10,20	10,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		430			12,23	15,90	48,80	388,40	0,40		
2 - ой ЗАВТРАК											
Кондитерские изделия	печенье	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10			табл 6 стр 136, Ддели +,2012
Сок (или нектар) в ассортименте		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		№418 сб дошк 2016
Итого:		230			3,26	2,94	42,52	210,44	4,00		
ОБЕД											
Салат из кукурузы к/с		50			1,44	3,09	4,02	49,65			№12 СБ дошк 2016
	кукуруза к/с		77,65	46,50							
	сахарный песок		1,00	1,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			2,05	4,43	9,30	92,60	0,40		№94 сб дошк2016
	Мука пшеничная		15,00	15,00							
	Яйцо		4,80	4,00							
	вода		2,80	2,80							
	соль иодированная		0,20	0,20							
	Масса лапши			16,00							
	Морковь		10,00	8,00							
	Лук репчатый		9,52	8,00							
	Масло растительное		4,00	4,00							
	бульон		170,00	170,00							
	соль иодированная		1,00	1,00							
Биточки "Домашние"		70			15,18	6,10	4,95	134,75	0,07		Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		83,25	55,13							
	морковь		16,4	13,12							
	Лук репчатый		12,6	10,5							
	соль иодированная		0,57	0,57							
	яйцо		0,84	0,7							
	Мука пшеничная		5,25	5,25							
	масло растительное		2,6	2,6							
Рагу из овощей		150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68		№148 ,сб дошк 2016
	картофель		94,50	70,00							
	морковь		30,00	24,00							
	масса запеченной моркови			22,00							
	Лук репчатый		24,00	20,00							
	масса припущенного лука			16,00							
	капуста свежая		21,00	17,00							
	масса припущенной капусты			15,00							
	соль йодированная		0,75	0,75							
	Масло растительное		5,00	5,00							
	соус:										
	вода		40,00	40,00							
	Масло сливочное		1,80	1,80							
	Мука пшеничная		1,80	1,80							
	Морковь		3,00	2,40							№366 ,сб дошк 2016

	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						
Кисель		180					18,00	72,00		№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		9,00	9,00						
	вода		180,00	180,00						табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:		695			25,42	21,70	78,31	618,10	9,15	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
Шанежка наливная с яйцом		50			4,55	2,00	22,35	119,90		ТТК 109, АП 295 от 01.12.2018
	мука пшеничная		25,00	25,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,20	1,20						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	яйцо		1,56	1,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	Вода		10,00	10,00						
	масса теста			39,00						
	яйцо		14,40	12,00						
	сметана		5,00	5,00						
	масло растительное		0,10	0,10						
	сахарный песок		0,40	0,40						
Итого:		230			10,03	6,88	31,42	221,90	2,46	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1585</b>			<b>50,94</b>	<b>47,42</b>	<b>201,05</b>	<b>1438,84</b>	<b>16,01</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>16060,00</b>			<b>540,47</b>	<b>535,00</b>	<b>2092,11</b>	<b>15408,22</b>	<b>323,09</b>	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на 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 учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.
  - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
  - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
  - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003
  - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
  - 1.6 Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
  - говядина I категории упитанности,
  - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
  - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
  - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
  - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
  - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
  - отуры соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
  - сметана с массовой долей жира 15%
  - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%