



Примерное 12-дневное меню
Для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8.00 часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/5			5,36	9,85	29,49	229,05	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 иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5	5						
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 сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		411			11,82	18,09	55,33	432,40	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)		180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
	сахар		3,00	3,00						
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60			0,79	0,06	4,55	21,80	2,94	№42 сб дошк 2016
	морковь		75,00	60,00						
	сахар		0,60	0,60						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками		180/10			4,93	3,80	12,68	114,56	6,18	№88, сб дошк2016
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	Яйцо		0,96	0,80						
	Вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	Масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
	Картофель		79,80	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	вермишель		8,00	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Вода		140,00	140,00						
Котлеты рубленые из говядины		70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СБ дошкольн. №299, 2016
	говядина (котлетное мясо)		51,16	49,00						
	или фарш говяжий		51,16	49,00						
	Лук репчатый		14,64	12,30						
	Хлеб пшеничный		11,00	11,00						
	вода питьевая		14,70	14,70						
	сухари панировочные		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	масса полуфабриката			84,00						
	масло растительное		0,80	0,80						
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						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	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:		710			25,84	22,25	94,77	694,98	27,57	
ПОЛДНИК										
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						

Чай с сахаром	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		15,30	15,30						
	масса полуфабриката для крошки:									
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	масса крошки									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	масло растительное для смазки изделий	180/6	1,00	1,00	0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410,411 Дели2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода	100	180,00	180,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:			100	100						
ВСЕГО:			336		3,85	7,40	41,88	251,94	10,03	
			1640		46,74	52,24	202,18	1481,32	40,96	

День 2- ой

День 2- ой		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
	брутто		нетто						Ккал	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д	
Крупа полбяная		22,50	22,50							
Молоко		90,00	90,00							
вода		68,00	68,00							
Сахар		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Масло сливочное		3,00	3,00							
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016	
Какао-порошок		2,00	2,00							
Сахар		6,00	6,00							
Молоко		110,00	110,00							
Вода		80,00	80,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
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 (нектар) разливной	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00		
ОБЕД										
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	60			1,18	3,15	5,87	56,52	1,04	№26, сбдошк 2016	
картофель		44,70	33,60							
морковь		11,25	9,00							
зеленый горошек к/с		15,00	9,00							
лук репчатый		7,20	6,00							
масло растительное		3,00	3,00							
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,50	4,77	8,12	87,64	7,71	№63, сбдошк 2016	
Капуста свежая		18,75	15,00							
Картофель		19,95	15,00							
Морковь		12,50	10,00							
Лук репчатый		9,60	8,00							
Свекла		38,40	30,00							
Сахар		1,80	1,80							
Томат-паста		1,00	1,00							
Масло растительное		3,60	3,60							
соль иодированная		0,80	0,80							
Бульон		140,00	140,00							
Сметана		7,00	7,00							
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сбдошк2016	
цыплята-бройлеры с/м		78,00	73,6							
масса отварной птицы			32,0							
масло сливочное		8,0	8,0							
Лук репчатый		11,9	10,00							
Морковь		16,3	13,00							
Крупа рисовая		55,0	55,0							
вода		86,0	86,0							
соль иодированная		0,8	0,8							
масса гарнира			168,0							
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	342 сб шк 2017	
яблоки свежие		34,00	30,00							
сахар		6,00	6,00							
вода		183,00	183,00							
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:	697			18,88	19,73	101,02	677,79	9,74		
ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сбдошк 2016	
Творог		121,55	119,20							
Крупа манная		7,80	7,80							
Яйцо		6,50	5,42							
Сахар		10,40	10,40							
Сметана		5,20	5,20							
Масло сливочное		5,20	5,20							
Сухари панировочные		5,20	5,20							

Чай с сахаром и лимоном	соль иодированная	180/6/7	0,65	0,65	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели2016
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:			343		24,33	20,09	39,01	434,68	3,37	
ВСЕГО:			1644		54,98	55,36	215,97	1606,69	19,40	

День 3 - ий

День 3 - ий									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №10Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	406			11,38	13,89	56,04	415,44	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			1,56	4,43	1,94	53,88	2,79	№21 сб дошк 2016
		70,00	55,50						
		7,50	6,00						
		1,00	1,00						
		3,00	3,00						
		0,30	0,30						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
		16,00	16,00						
			10,00						
		12,00	12,00						
		80,00	60,00						
		10,00	8,00						
		9,52	8,00						
		2,00	2,00						
		0,70	0,70						
		120,00	120,00						
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	50/25			6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	ТТК №784 от 17.11.2023
		51,50	37,5						
		39,40	37,5						
		5,00	5,00						
		8,10	8,10						
		11,40	9,50						
		0,75	0,75						
			4,75						
		0,90	0,75						
		0,42	0,42						
		5,00	5,00						
			59,0						
		1,00	1,00						
			50,0						
			25,0						
		3,0	2,50						
		6,25	5,00						
		0,75	0,75						
		25,0	25,0						
		1,125	1,125						
		1,125	1,125						
		1,875	1,5						
		0,90	0,75						
		1,50	1,50						
		0,40	0,40						
		0,25	0,25						
		0,25	0,25						
			22,50						
			25,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3			4,91	3,13	27,60	158,16		№219 СБ дошк 2016
		45,50	45,50						
		275,00	275,00						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Итого:	180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК

	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		703			22,55	16,56	93,24	625,07	10,70	
ПОЛДНИК										
Эч-почмак с говядиной		100			11,20	6,35	37,90	268,00		ТТ по АП от 23.05.2022
	Мука пшеничная		31,00	31,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо куриное		3,12	2,60						
	Масло сливочное		2,60	2,60						
	Сахарный песок		1,00	1,00						
	Молоко		12,50	12,50						
	Дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	говядина (лопатка б/к)		23,00	23,00						
	картофель		37,50	30,00						
	Лук репчатый		10,38	8,65						
	Масло сливочное		4,50	4,50						
	соль иодированная		0,53	0,53						
	масса фарша			65,00						
	яйцо куриное		1,92	1,60						
	масло растительное для смазки изделий		0,30	0,30						
	масло растительное для смазки листа		1,00	1,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Итого:		286			11,81	6,60	44,58	299,38	43,92	
ВСЕГО:		1575			50,97	41,55	201,42	1431,89	56,45	

День 4 - й

День 4 - ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
		брутто	нетто							
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/5	22,50	22,50	7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		158,00	158,00						
	Молоко		2,50	2,50						
	Сахар		0,50	0,50						
	соль йодированная		5,00	5,00						
	Масло сливочное									
Кофейный напиток с молоком		180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016
	Кофейный напиток		6,00	6,00						
	Сахар		90,00	90,00						
	Молоко		108,00	108,00						
	Вода									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		5,10	5,00						
	Сыр		5,00	5,00						
	Масло сливочное									
Итого:		411			13,92	17,76	59,67	455,26	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) разливной		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дети2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60	75,00	60,00	0,79	0,06	4,55	21,80	2,94	№42 сб дошк 2016
	морковь		0,60	0,60						
	сахар									
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне		180	53,2	40	3,95	3,79	11,91	106,74	4,19	№87, сб дошк2016
	Картофель		16,2	16						
	Горох		12,8	10,00						
	Морковь		9,6	8,00						
	Лук репчатый		4	4						
	Масло растительное		0,7	0,7						
	соль йодированная		140	140						
	Бульон									
Фрикадельки из птицы		80			11,24	10,07	7,04	164	0,32	№325,Сб дошк 2016
	Цыплята - бройлеры с/м		90,90	59,00						
	Хлеб пшеничный		15,00	15,00						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода		18,00	18,00						
	Масса полуфабриката фрикаделек			92,00						
Рагу из овощей		150	66,50	50,00	2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148 ,сб дошк 2016
	картофель		30,00	24,00						
	морковь			22,00						
	масса запеченной моркови		24,00	20,00						
	Лук репчатый			16,00						
	масса припущенного лука		41,00	32,75						
	капуста свежая			30,00						
	масса припущенной капусты		0,75	0,75						
	соль йодированная		5,00	5,00						
	Масло растительное									

	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						
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,4	18,0						
	Сахар		6	6,0						
	вода		183	183,0						
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:		720			23,78	30,38	82,52	711,54	27,76	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229,сб дошк2016
	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						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		120	120	120	1,08	0,24	9,72	51,60	18,00	табл 9 стр 186,Дели + 2012
Итого:		456			15,08	25,09	18,38	365,36	18,31	
ВСЕГО:		1787			53,79	73,23	180,77	1616,60	52,17	

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Суп молочный со звездочками		200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,76	№100,сб дошк 2016
	суповая заправка (звездочки)		16,00	16,00						
	Сахар		1,60	1,60						
	Молоко		140,00	140,00						
	Вода		60,00	60,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дети2010
	соль иодированная		1,00	1,00						
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68	№1 Дети2010	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		421			11,71	12,90	48,14	350,82	2,19	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)		180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток сахар		185,00 3,00	180,00 3,00						
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
	свекла		72,96	57,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/5			3,63	5,59	9,39	110,15	9,52	№81 сб дошк 2016
	Картофель		71,82	54,00						
	капуста свежая		18,00	14,40						
	Морковь		9,00	7,20						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	огурцы соленые		19,66	10,80						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		126,00	126,00						
	Сметана		5,00	5,00						
	Говядина (лопатка 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 йодированная		0,10	0,10						
	Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом			150/30						
говядина (котлетное мясо)		39,00	37,50							

Компот из изюма и яблок	или фарш говяжий		39,40	37,50						
	Масло растительное		2,80	2,80						
	масса готового мясного фарша			30,00						
	Картофель		190,70	143,45						
	масса отварного протертого картофеля			136,60						
	Лук репчатый		12,72	10,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
	масса припущенного лука			7,70						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	сухари панировочные		3,20	3,20						
	масса полуфабриката			175,00						
	выход готовой запеканки			150,00						
	Соус сметанный :			30,00						
	Сметана		7,50	7,50						
Хлеб ржаной	Мука пшеничная		2,00	2,00						
	вода	180	22,50	22,50	0,35	0,12	26,2	108	1,44	ТТК
	яблоки свежие		16,53	14,50						
	изюм		9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
Итого:	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		660			25,70	28,75	79,98	681,67	20,09	
Ватрушка королевская	ПОЛДНИК									
	посыпка низ:	150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК №810 от 15.02.2023
	Масло сливочное		10,70	10,7						
	Мука пшеничная		21,0	21,0						
	Сахарный песок		10,7	10,7						
	творожная начинка:									
	Творог		78,50	78,5						
	Сахарный песок		15,00	15,0						
	Яйцо куриное		18,0	15,0						
	посыпка низ:									
	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 Дели2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		343			18,57	10,99	64,59	430,48	2,83	
ВСЕГО:		1607			61,20	57,14	202,90	1564,97	26,37	

День 6 - ый

День 6 - ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
	брутто		нетто							
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5			5,19	6,78	24,95	197,44			ТТК № 6Д
крупя пшеничная		22,50	22,50							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		68,00	68,00							
Сахар		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Масло сливочное		5	5							
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38		№ 413 сб допк 2016
чай весовой		0,45	0,45							
Сахар		6	6							
Молоко		92	90							
Вода		90	90							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07		№3 сб допк2016
Батон нарезной		30,00	30,00							
Сыр		5,10	5,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	411			11,83	15,01	50,92	401,97	1,45		
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) разливной	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00		№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00		
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью	60			1,56	4,43	1,94	53,88	2,79		№21 сб допк 2016
капуста свежая		70,00	55,50							
морковь		7,50	6,00							
Сахар		1,00	1,00							
Масло растительное		3,00	3,00							
соль иодированная		0,30	0,30							
Суп из овощей на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	180/10/7			3,67	6,50	6,87	106,12	7,73		№99 сб шк 2017
цыплята - бройлеры с/м		24,30	23,10							
масса отварной мякоти птицы			10,00							
Картофель		77,14	58,00							
Капуста свежая		31,25	25,00							
Морковь		12,50	10,00							
Лук репчатый		12,00	10,00							
Масло растительное		4,00	4,00							
соль иодированная		0,60	0,60							

	Лук репчатый		12,00	10,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	Масса припущенного лука			7,50						
	Мука пшеничная		3,50	3,50						
	Масса полуфабриката			60,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			50,00						
	сметанно-томатный соус:			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	томатная паста		1,25	1,25						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			4,09	5,97	20,33	142,30	1,36	№180, сб дошк2016
	крупка 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		2,40	2,00						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	342 сб шк 2017
Компот из свежих яблок		180								
	яблоки свежие		34,00	28,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	6,69	
Итого:		673			17,85	17,48	89,34	588,73		
ПОЛДНИК										
Гребешок с повидлом		60			5,51	8,48	30,18	219,00		№445 СБ 2016
	Мука пшеничная в/с		38,50	38,50						
	Мука пшеничная в/с на подпыл		1,20	1,20						
	Сахарный песок		2,00	2,00						
	Масло сливочное		1,74	1,74						
	Яйцо куриное		2,40	2,00						
	Соль йодированная		0,60	0,60						
	Дрожжи сухие		0,30	0,30						
	Вода питьевая		15,50	15,50						
	Повидло		15,30	15,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	Яйцо для смазки изделия		1,00	1,00	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
Напиток из шиповника		180								
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						табл 9 стр 186,Дели + 2012
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарин)		120	120	120	1,08	0,24	9,72	51,60	18,00	
Итого:		360			7,20	8,97	46,58	301,98	108,00	
ВСЕГО:		1619			41,47	44,86	199,39	1396,97	116,31	

День 8 - ой		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№397 Дели2010
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		406			11,43	14,44	55,46	401,96	2,48	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) разливной		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД										
Винегрет овощной		60			0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	№46 дошколь. 2016
	картофель		20,64	15,00						
	свекла		15,30	12,00						
	морковь		11,40	9,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	лук репчатый		10,71	9,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,45	5,79	6,02	95,57	11,44	№73, сб дошко 2016
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						

Биточки рубленые из рыбы	Лук репчатый		1,19	1,00						
	Яйцо		0,96	0,80						
	Вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	Масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикалелек			10,00						
	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 иодированная		0,60	0,60						
	Вода		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
		80			9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
Пюре Картофельное	рыба (минтай с/м БГ)		82,20	60,00						
	или фарш рыбный		63,00	60,00						
	крупа манная		2,10	2,10						
	яйцо		1,44	1,20						
	Лук репчатый		18,00	15,00						
	вода		11,20	11,20						
	соль иодированная		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						
		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
Компот из урюка	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
	урюк		18,40	18,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		702			20,28	23,06	75,64	598,52	36,87	
Омлет натуральный	ПОЛДНИК	150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229,сб дошк2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с сахаром	масса готового омлета			150,00						
		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		366			16,29	25,09	23,43	384,33	0,31	
ВСЕГО:		1674			49,00	62,58	174,74	1469,25	43,66	

День 9- ый		Масса порции		Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК											ТТК № 9Д
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3				7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	
	Крупа пшеничная		22,50	22,50							
	Молоко		90,00	90,00							
	Вода		68,00	68,00							
	Сахар		2,50	2,50							
	соль иодированная		0,50	0,50							
	Масло сливочное		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	6							
	Молоко		92	90							
Вода			90	90							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5				3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
	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	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК		180				5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, кагык)			185,00	180,00							
Итого:		180				5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД		60				1,56	4,43	1,94	53,88	2,79	№21 сб дошк 2016
Салат из свежей капусты с морковью			70,00	55,50							
	капуста свежая		7,50	6,00							
	морковь		1,00	1,00							
	Сахар		3,00	3,00							
	Масло растительное		0,30	0,30							
	соль иодированная										
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной		180/7				2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сбдошк 2016

Гуляш из отварной говядины	Картофель	40/40	79,80	60,00						№293 сб рецептов 2016
	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 йодированная		0,70	0,70						
	Бульон		132,00	132,00						
	Сметана		7,00	7,00						
					10,69	11,26	2,62	131,20	0,74	
Макаронные изделия отварные	говядина лопатка б/к		64,00	64,00						№219 Сб дошк 2016
	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						
					3,92	3,36	27,64	145,06		
Кисель	макаронные изделия	130	45,50	45,50						ТТК
	вода		275,00	275,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
					0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	
	Кисель-концентрат	180	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, Дели + 2012
Итого:		682			22,67	27,69	91,82	693,11	10,63	
Слойка сладкая	ПОЛДНИК	35			2,95	3,36	14,64	123,78		Сб нап, блюд и кулинарных рецептов стр. 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная в/с		21,7	21,7						
	Мука пшеничная в/с на подпыл		0,7	0,7						
	яйцо куриное		2,1	1,75						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	молоко		8,75	8,75						
	сахарный песок		0,7	0,7						
	дрожжи сухие		0,28	0,28						
	Соль йодированная		0,28	0,28						
	масса теста			35,00						
Чай с сахаром и лимоном	сахарный песок		3,50	3,50						№ 393 Дели2010
	масло сливочное		1,75	1,75						
	масса полуфабриката			40,25						
	яйцо для смазки изделий		0,60	0,50						
	масло растительное для смазки листов		0,10	0,10						
					0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели + 2012
Итого:		328			4,58	3,89	41,87	245,26	12,83	
ВСЕГО:		1599			46,85	49,91	207,02	1476,06	26,19	

День 10 - ый

День 10 - ый		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	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						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№395 Дели2010
	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 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		406			12,60	16,43	59,67	438,17	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) разливной		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60			0,79	0,06	4,55	21,80	2,94	№42 сб дошк 2016
	морковь		75,00	60,00						
	сахар		0,60	0,60						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,62	3,49	8,34	77,80	0,60	№94 сб дошк2016
	Мука пшеничная		15,00	15,00						

Биточки "Домашние"	Яйцо	4,80	4,00						Акт проработки от 25.12.2018 №569
	вода	2,80	2,80						
	соль иодированная	0,20	0,20						
	Масса лапши		16,00						
	Морковь	10,00	8,00						
	Лук репчатый	9,52	8,00						
	Масло растительное	4,00	4,00						
	бульон	170,00	170,00						
	соль иодированная	0,80	0,80						
		70		10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	
	цыплята - бройлеры с/м	84,9	55,13						
	или фарш куриный	57,89	55,13						
	морковь	16,53	13,12						
	Лук репчатый	18	15						
	Масло растительное	1,5	1,5						
	масса припущенного лука		8						
	соль иодированная	0,57	0,57						
	яйцо	0,84	0,7						
	Мука пшеничная	5,25	5,25						
	масса полуфабриката		82,6						
	масло растительное	2,6	2,6						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2		3,13	2,48	31,72	161,79		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая	46,80	46,80						
	соль иодированная	0,60	0,60						
	Вода питьевая	281,70	281,70						
Компот из изюма и яблок	Масло сливочное	2,00	2,00	0,35	0,12	26,2	108,00	1,44	ТТК
	яблоки свежие	16,53	14,50						
	изюм	9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов		14,40						
	Вода	183,00	183,00						
	сахар	6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		667		19,24	14,79	103,59	613,33	5,05	
ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20		24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сбдошк 2016
	Творог	121,55	119,20						
	Крупа манная	7,80	7,80						
	Яйцо	6,50	5,42						
	Сахар	10,40	10,40						
	Сметана	5,20	5,20						
	Масло сливочное	5,20	5,20						
	Сухари панировочные	5,20	5,20						
	соль иодированная	0,65	0,65						
	молоко сгущенное	20,40	20,00						
Напиток из шиповника		180/6		0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	Шиповник	18,4	18						
	сахар	6	6						
	Вода питьевая	180	180						
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		376		27,81	24,23	69,22	606,38	44,46	
ВСЕГО:		1649		60,66	55,45	252,68	1742,32	55,54	

День 11 - ый

День 11 - ый											
Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов	
			(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
			брутто	нетто				Ккал			
Суп молочный с клецками	ЗАВТРАК	200								№105,128 сб дошк 2016	
	молоко		140,00	140,00	4,76	5,60	10,36	110,80	0,91		
	вода		70,00	70,00							
	масло сливочное		2,00	2,00							
	клецки:			25,00							
	мука пшеничная		7,70	7,70							
	масло сливочное		0,90	0,90							
	яйцо куриное		2,64	2,20							
	вода		12,00	12,00							
	соль йодированная		0,23	0,23							
	масса теста			22,5							
масса готовых клецек		25,00									
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 410,411 сб дошк Дели 2016	
			0,45	0,45							
сахар		6,00	6,00								
Вода		180,00	180,00								
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016	
			30,00	30,00							
			5,10	5,00							
			5,00	5,00							
Итого:		426			8,43	11,45	31,87	263,67			
2 - ой ЗАВТРАК											
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 сб дошк 2016	
	кисломолочный напиток		185	180							
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45		
ОБЕД											
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,10	3,86	46,02	3,87	№36 дошк. 2016	
	свекла		61,50	48,00							
	яблоки свежие		11,40	10,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне		180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016	

	крупя гречневая		15,00	15,00						
	картофель		79,80	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Бульон		120,00	120,00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		200			18,79	20,97	19,22	342,00	5,88	ТТК
	Говядина (лопатка б/к)		64	64						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масса отварной говядины			40						
	Картофель		180	135						
	Лук репчатый		24	20						
	Огурцы соленые		45,5	25						
	Томатная паста		5	5						
	Масло растительное		10	10						
	Масса овощей			160						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дешк + 2012
Итого:		665			24,43	26,64	66,45	610,47	16,34	
Расстегай с рыбой	ПОЛДНИК	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная		50,0	50,0						
	мука пшеничная на подпыл		2,0	2,0						
	Сахар		2,50	2,5						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	дрожжи сухие		0,20	0,2						
	вода		21,5	21,5						
	Масса теста			75,0						
	минтай ПБГ с/м		57,0	41,0						
	масса готовой рыбы			33,6						
	Лук репчатый		6,0	5,0						
	Масса пассированного лука			2,5						
	Мука пшеничная		0,4	0,4						
	масло сливочное		4,0	4,0						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масса фарша рыбного			40,0						
	Масса полуфабриката			115,0						
	Масло растительное для смазки		0,4	0,4						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сБ дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5						
	вода питьевая		170	170						
	мармелад		10	10						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		380			11,97	9,92	45,54	310,34	10,17	
ВСЕГО:		1651			50,05	52,51	151,42	1276,47	26,96	

День 12 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,66	274,20	0,86	ТТК №2Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сБ дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 сБ дошк.2016
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	406			12,16	14,00	71,63	461,64	2,24	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (нектар) разливной	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дешк.2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			1,56	4,43	1,94	53,88	2,79	№21 сБ дошк 2016
		70,00	55,50						
		7,50	6,00						
		1,00	1,00						
		3,00	3,00						
		0,30	0,30						
Суп гороховый на мясном бульоне, с гречками	180/10			6,86	34,73	19,09	434,44	0,74	№119 сБ шк.2017
		25,4	25,2						
		9,38	7,50						
		13,2	11,00						
		3,6	3,6						
		0,7	0,7						
		144	144						
			10						
		18,75	15,75						

Суфле куриное с рисом

Картофель запеченный

Компот из урюка

Хлеб ржаной

Итого:

Омлет натуральный

Чай с яблоком и сахаром

Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

ИТОГО за 12 дней

ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день

цпшлята-бройлеры с/м
масса отварной мякоти птицы
крупа рисовая
вода
соль иодированная
масса вязкой рисовой каши
яйцо куриное
масло сливочное
сыр
масса полуфабриката
масса готового суфле

картофель
масло растительное
соль йодированная

урюк
Сахар
вода

ПОЛДНИК
яйцо
молоко
масса омлетной смеси
масло сливочное
соль иодированная
масса готового омлета

чай весовой
сахар
яблоко
Вода

70	116,64	116,64	12,05	11,48	3,21	164,18		№ 328 об должк 2016
	4,45	4,45						
	16,4	16,4						
	0,13	0,13						
	19	19						
	9,12	7,6						
	3,8	3,8						
	2,04	2						
	76	76						
	70	70						
140	270	203	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 об шк 2017
	5	5						
	0,35	0,35						
180	18,4	18,0	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 об должк 2016
	6,00	6,00						
	183,00	183,00						
	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети + 2012
45			27,65	59,45	88,20	1022,69	26,27	
150	114,0	95,0	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229 об должк 2016
	60,00	60,0						
		155,0						
	2,5	2,5						
	0,4	0,4						
		150,0						
180/10/6	0,45	0,45	0,08	0,05	5,99	24,35	1,02	тпк
	6,00	6,00						
	11,40	10,00						
	180,00	180,00						табл 6 стр 134, Дети + 2012
30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	
376			16,30	25,12	23,40	384,58	1,30	
1667			57,11	98,57	203,44	1953,35	33,81	
19858			619,38	692,01	2401,59	18487,42	524,91	
1655			51,62	57,67	200,13	1540,62	43,74	

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

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

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

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

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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