



Утверждено
Директор ООО «ФУДСООСЕРВИС»
Харламова Э.Р.

Согласовано

Руководитель дошкольной образовательной
организации
**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 74766C00E3B116934B9C311C6B561B78
Энергетическая
Владелец: Кузнецова Альбина Ивановна
Срок действия: 06.09.2024 до 06.12.2025
Сборник рецептур

День Годы:

ФУДСООСЕРВИС

**Примерное 12-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8-10,5 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет**

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол-во	Кол-во	Гигиенические вещества				Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	бруто	нетто	Действующие	Истекшие	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	крупа геркулесовая молоко сахар соль йодированная масло сливочное	180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86 ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток сахар молоко вода	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17 №414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарезной сыр масло сливочное	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07 №3 сб дошк 2016
Итого:		409			13,90	16,31	59,64	442,06	2,10
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (капык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток сахар	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26 №420 СБ дошк 2016
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26
ОБЕД									
Икра кабачковая	икра кабачковая	50	51,00	50,00	0,45	2,35	2,97	34,80	№54 сб дошк. Сб 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы	цыпленка-бройлеры потр с/м масса отварной мякоти птицы картофель морковь лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон клещки мука пшеничная масло сливочное яйцо вода соль йодированная масса теста масса готовых клецек	180/10			5,44	5,30	13,53	133,43	4,38 №91 сб дошк 2016
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль йодированная масло растительное масса пудинга соус молочный молоко масло сливочное мука пшеничная вода сахар соль йодированная масса соуса	60/20			11,97	3,91	5,87	106,67	0,46 №286 СБ дошк 2016
Пюре картофельное	картофель молоко масло сливочное соль йодированная	140	159,60	119,70	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96 №339 СБ дошк 2016
Напиток из сухофруктов	сухофрукты сахар вода	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65 №394 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб рожаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00 табл 6 стр 144, Дели +, 2012

Итого:	705		25,91	16,78	86,89	614,39	22,45	
ПОЛДНИК								
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20		24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016
творог		121,55	119,20					
крупа манная		7,80	7,80					
яйцо		6,50	5,42					
сахар		10,40	10,40					
сметана		5,20	5,20					
масло сливочное		5,20	5,20					
сухари панировочные		5,20	5,20					
соль йодированная		0,65	0,65					
молоко сгущенное		20,40	20,00					
Чай с сахаром	180/6		0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Дели 2016
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)	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого:	436		24,66	20,48	48,60	479,14	10,57	
ВСЕГО:	1733		69,69	58,08	205,33	1637,58	36,38	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		180/3				4,81	7,85	29,38	207,32	0,86
крупа полбяная			22,50	22,50						
молоко			90,00	90,00						
вода			68,00	68,00						
сахар			2,50	2,50						
соль йодированная			0,50	0,50						
масло сливочное			3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6				3,67	3,19	10,87	90,78	1,43
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	
батон нарезной			30,00	30,00						
масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:	404				10,77	15,54	55,74	409,78	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	200				1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60				0,75	0,06	6,97	31,38	2,88
морковь			72,00	57,60						
сахар			3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		180/7				1,48	4,59	8,12	85,97	7,71
капуста свежая			20,00	16,00						
картофель			21,28	16,00						
морковь			12,50	10,00						
лук репчатый			9,52	8,00						
свекла			41,00	32,00						
сахар			0,20	0,20						
томат-паста			2,00	2,00						
масло растительное			4,00	4,00						
соль йодированная			0,70	0,70						
бульон			140,00	140,00						
сметана			7,00	7,00						
Гуляш из отварной говядины		40/40				11,64	13,43	2,31	176,80	0,74
говядина лопатка б/к			64,00	64,00						
соль йодированная			0,40	0,40						
масса отварной говядины			40,00							
морковь			17,50	14,00						
лук репчатый			8,50	7,10						
вода питьевая			30,00	30,00						
томатная паста			1,20	1,20						
мука пшеничная в/с			2,00	2,00						
масло растительное			2,70	2,70						
соль йодированная			0,20	0,20						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		130/3				7,62	4,16	34,47	205,27	0,00
гречневая крупа			61,90	61,90						
вода питьевая			92,30	92,30						
соль йодированная			0,40	0,40						
масло сливочное			3,00	3,00						
Компот из свежих яблок		180				0,14	0,14	25,09	103,14	0,81
яблоки свежие			34,00	30,00						
сахар			6,00	6,00						
вода			183,00	183,00						

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	710			26,56	23,10	107,57	752,33	12,14	
ПОЛДНИК									
Элеш с птицей	100			10,90	14,00	22,30	245,00		рецептур блюд и
мука пшеничная		30,80	30,80						
в том числе на подсыпь		1,20	1,20						
сахарный песок		0,80	0,80						
масло сливочное		5,00	5,00						
яйцо куриное		6,00	5,00						
сметана		12,50	12,50						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса теста			52,00						
цыплята - бройлеры с/м		51,60	36,00						
картофель		34,58	26,00						
лук репчатый		7,20	6,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
-соль		0,80	0,80						
масса фарша			72,00						
яйцо куриное для смазки изделия		1,20	1,00						
масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
лимон		8,00	7,00						
вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (абланки или апельсин, или банан или мандарин)	100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
Итого:	393			12,53	14,53	49,53	367,48	12,83	
ВСЕГО:	1707			50,86	53,17	233,04	1614,39	31,26	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Kол - во	Kол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г.)	(в г.)	брutto	нетто	белки	жиры	углы-ды	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
крупа рисовая			13,50	13,50						
крупа шлиенная			10,00	10,00						
молоко			90,00	90,00						
вода			68,00	68,00						
сахар			2,50	2,50						
соль йодированная			0,50	0,50						
масло сливочное			3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
чай весовой			0,45	0,45						
сахар			6,00	6,00						
молоко			92,00	90,00						
вода			90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
батон нарезной			30,00	30,00						
сыр			5,10	5,00						
масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:	409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,31		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (капык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:	180		185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		60			0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб дошк Дели 2016
капуста свежая б/к			62,50	50,00						
масса прогретой капусты				45,00						
морковь			12,50	10,00						
соль йодированная			0,60	0,60						
сахарный песок			3,00	3,00						
масло растительное			3,00	3,00						
Суп картофельный с куриными фрикадельками		180/10			3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	№83 сб дошк 2016
картофель			106,40	80,00						
морковь			9,00	7,20						
лук репчатый			8,56	7,20						
масло растительное			1,80	1,80						
бульон			126,00	126,00						
соль йодированная			0,70	0,70						
фрикадельки куриные:			17,56	11,40						
цыплята-бройлеры потр с/м			11,97	11,40						
или фарш куриный										
лук репчатый			1,19	1,00						
яйцо куриное			0,96	0,80						
вода питьевая			1,00	1,00						
соль йодированная			0,10	0,10						

	масса полуфабриката фрикаделек		14,30						
Птица тушеная с овощами по-татарски	масса готовых фрикаделек	40/30	10,00	10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	ТТК №753 от 20.08.2021
	цыплята-бройлеры потр с/м		97,20	92,00					
	соль иодированная		0,40	0,40					
	масса отварной мякоти птицы		40,00						
	лук репчатый		26,40	22,00					
	морковь		12,50	12,00					
	масло сливочное		2,50	2,50					
	бульон		10,00	10,00					
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным	макаронные изделия	130/3	45,50	45,50	4,81	6,09	22,96	165,79	0,00 №219 Сб дошк 2016
	вода		275,00	275,00					
	соль иодированная		0,50	0,50					
	масло сливочное		3,00	3,00					
Кисель	кисель-концентрат	180	21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99 ТТК
	сахар		6,00	6,00					
	вода		180,00	180,00					
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00 табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		668			21,66	23,84	75,32	619,48	31,51
	ПОЛДНИК								
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28 №229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00					
	молоко		60,00	60,00					
	масса омлетной смеси			155,00					
	масло сливочное		2,50	2,50					
	соль иодированная		0,40	0,40					
	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, Дели +, 2012
Напиток из шиповника	шиповник	180/6	18,40	18,00	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92 №399 сб дошк 2016
	сахар		6,00	6,00					
	вода		180,00	180,00					
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		406			19,83	29,24	53,84	558,34	44,20
ВСЕГО:		1663			61,09	71,41	202,50	1715,51	78,47

День 4 - й

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
	крупа ячневая		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016
	свекла		61,50	48,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с пшеничной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупа пшеничная		11,00	11,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	бульон или вода		126,00	126,00						
Котлеты рыбные		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,20						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	хлеб пшеничный			12,60	12,60					

Пюре картофельное с маслом сливочным	молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное	18,20 7,00 81,00 3,00	18,20 7,00 81,00 3,00						
	картофель	140/3	159,60	119,70	2,88	6,65	19,12	147,90	16,96 №339 СБ дошк 2016
	молоко		22,12	21,00					
	масло сливочное		5,00	5,00					
	соль йодированная		0,52	0,52					
	масло сливочное		3,00	3,00					
Компот из урюка	урюк масса отварных сухофруктов 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		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00 табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		713			22,06	17,08	86,79	590,19	25,85
	ПОЛДНИК								
Вак балиш с рисом и мясом	мука пшеничная в/с мука пшеничная в/с яйцо куриное масло сливочное сахарный песок молоко дрожжи сухие соль йодированная масса теста говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий крупа рисовая масса сваренного риса до полуготовности лук репчатый масло сливочное соль йодированная выход фарша яйцо куриное масло сливочное масло растительное	90			7,02	10,35	28,62	234,63	Составлено согласно рецептуре супа и кулинарных изделий татарской
	чай весовой сахар яблоки свежие вода	180/6/10	0,45 6,00 11,40 180,00	0,45 6,00 10,00 180,00	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03 №412 Дели 2016
Итого:		286			7,13	10,41	35,61	263,33	1,03
ВСЕГО:		1603			41,38	39,94	198,48	1339,38	32,05

День 5 - й

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным	крупа манная молоко сахар соль йодированная масло сливочное	180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	TTK №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	TTK
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарезной сыр масло сливочное	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		423			9,15	11,15	68,41	411,37	1,15	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
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	180/10			5,95	4,97	11,98	126,25	4,24	№87, 128 сб дошк 2016

	горох колотый	16,20	16,00						
	лук репчатый	12,80	10,00						
	морковь	9,60	8,00						
	соль иодированная	4,00	4,00						
	масло растительное	0,70	0,70						
	вода питьевая	140,00	140,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)	11,97	11,40						
	или фарш говяжий	11,97	11,40						
	лук репчатый	1,19	1,00						
	яйцо куриное	0,96	0,80						
	вода питьевая	1,00	1,00						
	соль йодированная	0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек		14,30						
	масса полуфабриката фрикаделек		10,00						
Тефтели мясные		70		8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)	46,20	44,40						
	или фарш говяжий	46,20	44,40						
	лук репчатый	16,80	14,00						
	масло растительное	2,10	2,10						
	хлеб пшеничный	9,40	9,40						
	вода питьевая	14,00	14,00						
	соль иодированная	0,70	0,70						
	мука пшеничная в/с	4,80	4,80						
	масса полуфабриката		84,00						
	масло растительное	2,00	2,00						
Rагу из овощей		150		2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
	картофель	66,50	50,00						
	морковь	30,00	24,00						
	масса запеченной моркови		22,00						
	лук репчатый	24,00	20,00						
	масса припущеного лука		16,00						
	капуста свежая	41,00	32,75						
	масса припущеной капусты		30,00						
	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						
	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 ragu		150,00						
Компот из свежих фруктов		180		0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
	яблоки свежие	27,40	24,00						
	апельсин	9,00	6,00						
	лимон	6,66	6,00						
	вода	183,00	183,00						
	сахар	6,00	6,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00
Итого:		685		19,84	28,55	61,91	598,87	32,45	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
	ПОЛДНИК								
Плов с сухофруктами		150		4,14	10,185	43,2	283,5	0,84	№195 СБ шк 2017
	крупа рисовая	39,00	39,00						
	вода питьевая	82,50	82,50						
	соль йодированная	0,60	0,60						
	масло сливочное	15,00	15,00						
	курага	15,30	15,00						
	морковь	37,50	30,00						
	изюм	7,70	7,50						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7		0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
	чай весовой	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	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого:		473		6,95	10,86	73,99	427,48	13,67	
ВСЕГО:		1761		41,16	55,05	211,86	1529,72	47,72	

День 6 - ой

Найменование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник реестр
		(в гр.)	брutto	нетто	белки	жиры			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с клецками	200			4,76	5,60	10,36	110,80	0,91	№105,129 об дошк 2016
				140,00	140,00				
				70,00	70,00				
				2,00	2,00				
				масло сливочное					

	клешки:		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		22,50						
	масса готовых клещек		25,00						
Какао с молоком		180/6		3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	какао-порошок	2,00	2,00						
	сахар	6,00	6,00						
	молоко	110,00	110,00						
	вода	80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5		2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
батон нарезной	30,00	30,00							
масло сливочное	5,00	5,00							
Итого:		421		10,72	13,29	36,72	313,26	2,34	
	2 - ой ЗАВТРАК								
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00
Итого:		200		1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
	ОБЕД								
Салат из свежей капусты с морковью		60		0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к	62,50	50,00						
	масса прогретой капусты		45,00						
	морковь	12,50	10,00						
	соль йодированная	0,60	0,60						
	сахарный песок	3,00	3,00						
	масло растительное	3,00	3,00						
Рассольник ленинградский, со сметаной		180/7		1,61	4,56	8,84	86,94	6,05	№82 сб дошк 2016
	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 йодированная	0,70	0,70						
	бульон	132,00	132,00						
	сметана	7,00	7,00						
Биточки "Домашние"		70		10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м	84,90	55,13						
	или фарш куриный	57,89	55,13						
	морковь	16,53	13,12						
	лук репчатый	18,00	15,00						
	масло растительное	1,50	1,50						
	масса припущенного лука		8,00						
	соль йодированная	0,57	0,57						
	яйцо	0,84	0,70						
	мука пшеничная	5,25	5,25						
	масса полуфабриката		82,60						
	масло растительное	2,60	2,60						
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3		4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия	45,50	45,50						
	вода	275,00	275,00						
	соль йодированная	0,50	0,50						
	масло сливочное	3,00	3,00						
Компот из свежих яблок		180		0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб цик 2017
	яблоки свежие	34,00	30,00						
	сахар	6,00	6,00						
	вода	183,00	183,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00
Итого:		695		22,37	22,61	105,89	702,93	26,40	
	ПОЛДНИК								
Расстегай с рыбой		100		11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная	50,00	50,00						
	мука пшеничная на подсыпь	2,00	2,00						
	сахар	2,50	2,50						
	масло сливочное	2,50	2,50						
	соль йодированная	0,50	0,50						
	дрожжи сухие	0,20	0,20						
	вода	21,50	21,50						
	масса теста		75,00						
	минтай ПБГ с/м	57,00	41,00						
	масса готовой рыбы		33,60						
	лук репчатый	6,00	5,00						
	масса пассированного лука		2,52						
	мука пшеничная	0,40	0,40						
	масло сливочное	4,00	4,00						
	соль йодированная	0,50	0,50						
	масса фарша рыбного		40,00						
	масса полуфабриката		115,00						
	масло растительное для смазки листов	0,40	0,40						
Чай с сахаром		180/6		0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 Дели 2016
	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)	100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012	
Итого:	386			13,06	10,02	52,02	340,10	10,18		
ВСЕГО:	1702			47,15	45,91	214,83	1441,09	42,92		

2 неделя

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
	крупа пшено		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						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			10,31	12,24	50,76	370,50	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с		50			1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		77,60	46,50						
	сахар		1,00	1,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		20,00	16,00						
	картофель		21,28	16,00						
	морковь		12,50	10,00						
	лук репчатый		9,52	8,00						
	свекла		41,00	32,00						
	масло растительное		0,20	0,20						
	сахар		2,00	2,00						
	томатная паста		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	бульон		140,00	140,00						
	сметана		7,00	7,00						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы		200			15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
	цыпленка - бройлеры с/м		107,30	101,20						
	масса готовой мякоти птицы			44,00						
	картофель		193,00	145,10						
	лук репчатый		15,00	12,50						
	морковь		7,90	6,30						
	масло сливочное		5,10	5,10						
	соль йодированная		0,80	0,80						
	вода питьевая		25,10	25,10						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		657			21,82	18,88	64,40	522,62	13,73	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	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 144, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		396			17,83	27,09	39,27	472,26	1,31	
ВСЕГО:		1657			50,97	58,21	174,63	1450,18	20,21	

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		TTK №10Д
	крупа ячневая		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 Сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			11,36	12,44	56,01	402,24	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кэтик, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашенной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
	капуста квашенная		57,90	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	сахар		2,50	2,50						
Суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками		180/10			2,84	3,21	9,52	81,94	6,15	№86 Сб дошк 2016
	крупа гречневая		6,00	6,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	бульон или вода		126,00	126,00						
	фрикадельки куриные:									
	цыплята-бройлеры потр с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Биточки рубленые из рыбы		80	82,20	60,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	TTK №3
	рыба (минтай с/м БГ)		63,00	60,00						
	или фарш рыбный		2,10	2,10						
	крупа манная		1,44	1,20						
	яйцо		18,00	15,00						
	лук репчатый		11,20	11,20						
	вода		0,65	0,65						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	сахар		8,00	8,00						
	сухари панировочные		2,00	2,00						
	масло растительное			94,40						
Пюре картофельное с маслом сливочным		140/3			2,88	6,65	19,12	147,90	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						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка		180	18,40	18,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 Сб дошк 2016
	урюк		6,00	28,80						
	масса отварных сухофруктов		183,00	6,00						
	вода питьевая			183,00						
Хлеб ржаной.		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		678			19,05	19,01	75,08	552,66	35,71	
ПОЛДНИК										
Макаронные изделия отварные с сырём		150			10,38	8,89	21,29	206,33	0,18	№204 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		49,00	49,00						
	вода		294,00	294,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сыр голландский		25,50	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 +,

шиповник		18,40	18,00					
сахар		6,00	6,00					
вода		180,00	180,00					
Итого:		366		13,27	9,38	42,74	308,28	90,18
ВСЕГО:		1628		48,90	45,33	181,39	1355,18	127,72

День 9 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белики	жиры	углы-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
	крупа геркулесовая		22,50	22,50						
	молоко		158,00	158,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	какао-порошок		2,00	2,00						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		110,00	110,00						
	вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Винегрет овощной		60			0,84	6,02	4,37	75,06		№46 сб дошк 2016
	картофель		20,64	15,00						
	свекла		15,30	12,00						
	морковь		11,40	9,00						
	капуста квашенная		17,25	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			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
	капуста свежая		45,00	36,00						
	картофель		28,73	21,60						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,57	7,20						
	масло растительное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	вода питьевая		140,00	140,00						
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	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 йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
	сметана		7,00	7,00						
Тефтели мясные в томатном соусе		60/20			7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,90	38,00						
	или фарш говяжий		39,90	38,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса пассерованного лука			10,00						
	репчатого									
	хлеб пшеничный		8,00	8,00						
	вода питьевая		12,00	12,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	мука пшеничная в/с		4,00	4,00						
	масса полуфабриката			72,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			60,00						
	соус томатный:									
	вода питьевая		20,00	20,00						
	масло сливочное		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		0,90	0,90						
	морковь		1,50	1,20						
	лук репчатый		0,72	0,60						
	томатная паста		1,25	1,25						
	масло растительное		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	сахар		0,20	0,20						
	масса готового соуса			20,00						
Горячее тесто		130	66,30	65,00	11,79	2,96	30,29	196,94		№100-6 из 2017

Компот из свежих яблок	соль йодированная вода питьевая масло сливочное	180	0,50 163,00 2,40	0,50 163,00 2,40	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
Хлеб ржаной	яблоки свежие сахар вода	40	34,00 6,00 183,00	28,00 6,00 183,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		687			25,83	21,89	89,02	665,07	10,88	
	ПОДНИК									
Сметанник	мука пшеничная мука пшеничная на подсыпке яйцо куриное масло сливочное молоко сахарный песок дрожжи соль йодированная сметана сахарный песок яйцо куриное яйцо куриное масло растительное	75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник нач. блюд и кулинарных изделий стр 165 Казань 1997
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 сб дошк 2016
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
Итого:		361			5,55	8,86	46,87	291,38	10,18	
ВСЕГО:		1652			45,79	46,50	216,25	1482,42	27,35	

День 10-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	крупа рисовая молоко вода сахар соль йодированная масло сливочное	180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК № 12Д
Кофеинный напиток с молоком	кофеинный напиток сахар молоко вода	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарзанной сыр масло сливочное	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016
Итого:		409			11,81	13,65	64,41	428,35	2,07	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (капык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
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 дошк 2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	мука пшеничная яйцо вода соль йодированная масса подсушенной лапши морковь лук репчатый масло растительное бульон соль йодированная	180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк 2016
Биточки "Домашние"	цыпленка - бройлеры с/м или фарш куриный морковь лук репчатый масло растительное масса пропущенного лука соль йодированная яйцо	70	84,90 57,89 16,53 18,00 1,50 0,80 0,57 0,84	55,13 55,13 13,12 15,00 1,50 0,80 0,57 0,70	10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569

Картофель запеченный	мука пшеничная масса полуфабриката масло растительное	5,25 82,60 2,60	5,25 2,60							
	картофель	270,00	203,00	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017	
Кисель	масло растительное соль йодированная	5,00 0,35	5,00 0,35							
	кислель-концентрат	21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК	
Хлеб ржаной	сахар вода	6,00 180,00	6,00 180,00							
Итого:		665		19,63	20,91	89,87	626,88	24,60		
ПОЛДНИК										
Пудинг творожный запеченный с повидлом		130/20		16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 Сб дошк 2016	
	творог	121,20	120,00							
	манная крупа	10,40	10,40							
	сахар	10,40	10,40							
	яйцо куриное	6,24	5,20							
	масло сливочное	5,00	5,00							
	соль йодированная	0,50	0,50							
	сухари панировочные	5,20	5,20							
	сметана	5,20	5,20							
	повидло	20,40	20,00							
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7		0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дели 2010	
	чай весовой	0,45	0,45							
	сахар	6,00	6,00							
	лимон	8,00	7,00							
	вода	180,00	180,00							
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№385 СБ дошк. 2016
Итого:		443		17,24	15,94	55,10	433,68	13,17		
ВСЕГО:		1697		53,90	55,00	216,93	1580,91	40,38		

День 11 - йый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Kол - во	Kол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
	крупа пшеничная	22,50	22,50							
	молоко	90,00	90,00							
	вода	68,00	68,00							
	сахар	2,50	2,50							
	соль йодированная	0,50	0,50							
	масло сливочное	3,00	3,00							
Чай без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	чай весовой	0,45	0,45							
	вода питьевая	180,00	180,00							
	мармелад	30,00	30,00							
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
Итого:		418			10,12	10,12	79,14	449,14	0,89	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб дошколь. 2016
	зеленый горошек к/с	80,16	48,00							
	масло растительное	2,50	2,50							
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
	крупа рисовая	6,00	6,00							
	картофель	80,00	60,00							
	морковь	9,00	7,20							
	лук репчатый	9,52	8,00							
	масло растительное	1,80	1,80							
	томатная паста	2,20	2,20							
	соль йодированная	0,60	0,60							
	бульон	120,00	120,00							
	цыплята-бройлеры потр. с/м	17,56	11,40							
	или фарши куринные	11,97	11,40							
	лук репчатый	1,19	1,00							
	яйцо	0,96	0,80							
	вода для фарша	1,00	1,00							
	соль йодированная	0,10	0,10							
	масса полуфабриката		14,30							
	масса готовых фрикаделек		10,00							
Капуста тушеная с мясом		185			8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	TTK №647 от 24.08.2022
	капуста свежая	165,60	132,00							
	вода питьевая	30,00	30,00							
	масса тушеной капусты		120,00							

	масло растительное	1,20	1,20							
	масса пассерованного лука		5,50							
	говядина (котлетное мясо б/к)	45,70	43,75							
	или фарш говяжий	45,70	43,75							
	масса готового фарша		35,00							
	мука пшеничная в/с	3,60	3,60							
	масса соуса:		18,00	18,00						
	вода питьевая		0,84	0,84						
	масло сливочное		0,84	0,84						
	мука пшеничная в/с		0,84	0,84						
	морковь		1,50	1,20						
	лук репчатый		0,43	0,36						
	томатная паста		1,08	1,08						
	масло растительное		0,24	0,24						
	соль иодированная		0,18	0,18						
	сахар		0,18	0,18						
Компот из свежих фруктов		180		0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК	
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	апельсин		9,00	6,00						
	лимон		6,66	6,00						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	
Итого:		675			19,41	16,62	67,87	512,79	39,01	
	ПОЛДНИК									
Эч-пичмак с мясным фаршем		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 подсыпку		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 (котлетное мясо б/к)		24,15	23,00						
	или фарш говяжий		24,15	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		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода питьевая		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан или мандинки)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:		386			12,71	6,80	52,68	342,38	103,92	
ВСЕГО:		1 679			43,24	33,54	219,89	1389,11	147,82	

День 12 - й

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г.)	(в г.)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК										
Каша жидккая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/3			8,13	7,34	31,58	225,90	1,48	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		36,00	36,00						
	сахар		3,80	3,80						
	молоко		126,00	126,00						
	вода питьевая		27,00	27,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		398			13,46	14,23	57,55	413,34	2,86	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кагык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,6*	

Суп гороховый с картофелем на мясном бульоне, с гренками	масло растительное	3,60	3,60							
	180/10			5,20	3,95	19,51	143,56	4,19	№87 СБ дошк. 2016	
	картофель	53,20	40,00							
	горох	16,20	16,00							
	морковь	12,80	10,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
	соль иодированная	0,70	0,70							
	бульон	140,00	140,00							
	гренки:		10,00							
	хлеб пшеничный	18,75	15,75							
Азу-по-татарски с отварной говядиной		200		18,79	20,97	19,22	342,00	5,88	АКТ проработки 25.12.2022	
	говядина (лопатка б/к)	64,00	64,00							
	соль иодированная	0,40	0,40							
	масса отварной говядины		40,00							
	картофель	180,00	135,00							
	лук репчатый	24,00	26,00							
	огурцы соленые	45,50	25,00							
	томатная паста	5,00	5,00							
	масло растительное	10,00	10,00							
	масса овощей		160,00							
Компот из урюка		180		0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016	
	урюк	18,40	18,00							
	масса отварных сухофруктов		28,80							
	вода питьевая	6,00	6,00							
	сахар	183,00	183,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		690		30,17	29,32	90,96	759,87	16,52		
Королевская ватрушка	ПОЛДНИК									
	посыпка низ:									
	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							
	посыпка низ:									
	масло сливочное	4,25	4,25							
	мука пшеничная	7,80	7,80							
	сахарный песок	4,25	4,25							
	соль иодированная	0,50	0,50							
	вода питьевая	240,00	240,00							
	масло сливочное	2,00	2,00							
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10		0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016	
	чай весовой	0,45	0,45							
	сахар	6,00	6,00							
	яблоки	11,40	10,00							
	вода	180,00	180,00							
Итого:		346		18,55	11,02	65,35	432,70	1,03		
ВСЕГО:		1614		67,40	59,07	221,42	1697,91	20,95		
ИТОГО за 12 дней		20096		621,52	621,22	2496,54	18233,39	653,23		
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		1675		51,79	51,77	208,05	1519,45	54,44		

Примечание:

1. Продусмотренные 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждений. Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели прият 2010г.

1.2 Сборник рецептур 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 рецептур блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4,2003

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

1.6 Сборник рецептур 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 I категории упитанности ,

сельскохозяйственная птица обожженная 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 соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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

Лист согласования

Тип согласования: последовательное

Nº	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Кузнецова А.И.		Подписано 12.11.2025 - 14:39	-