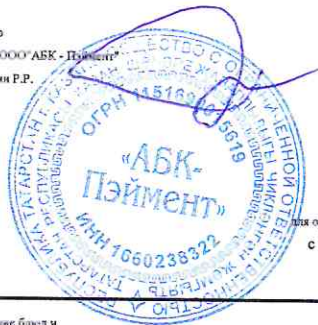


Утверждено
 Директор ООО "АБК - Пэймент"
 Рахматуллин Р.Р.



Согласовано
 Руководитель доп.образовательной
 организации

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

День 1 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,17	30,09	207,62	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		4,50	4,50						
соль иодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Девч2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Булочка с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Девч2010
Батон шарлотки		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	400			10,59	14,08	51,58	361,97	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 с6 доиж 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОКЕД									
Салат из моркови протушенной с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ доиж 2016
морковь		57,25	45,80						
яблоки свежие		17,10	15,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Суп со звездочкой с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			6,91	7,04	12,72	150,49	6,59	№88,сб доиж2016
цыпленок - бройлеры с/м или фарш куриный		26,3	17,1						
Лук репчатый		17,1	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
Яйцо		1,44	1,2						
Вода для фарша		1,5	1,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масса полуфабриката			21,5						
масса готовых фрикаделек			15						
Картофель		79,80	60,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
суповая заправка (звездочки)		8,00	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		1,20	1,20						
Вода		132,00	132,00						
Котлеты рубленные из говядины	70			11,03	10,70	9,16	179,20		СБ доижолн. №299, 2016
говядина с/м (котлетное мясо) или фарш говяжий		51,16	49						
или фарш говяжий		49	49						
Лук репчатый		14,64	12,3						
Хлеб пшеничный		11	11						
Вода		14,7	14,7						
Сулари панирочные		4,00	4,00						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса полуфабриката			75,3						
масло растительное		1	1						
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130/3			4,02	3,25	18,14	117,73		№182,сб доиж 2016
Крупа гречневая		32,50	32,50						
Вода		104,00	104,00						
Масло сливочное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,30	0,30						
Компот из свежемороженых фруктов	180			0,22	0,13	10,06	43,56	1,62	№304 СБ доиж 2016
фрукты свежемороженые		20,00	20,00						
Вода		183,00	183,00						

	Канулы свиная		20,00	16,00							
	Картофель		21,28	16,00							
	Морковь		12,50	10,00							
	Лук репчатый		9,52	8,00							
	Сметла		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							
Плов из отварной индейки		200			11,19	17,93	40,80	384,55	0,18	№443, сб.бюж2004	
	индейка филе		44,80	44,8							
	масса отварного мяса			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		2,0	2,0							
	масса гарнира			168,0							
Кашель		180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, сб шж2004	
	Кашель-концентрат		21,00	21,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
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			18,27	27,97	99,43	745,34	12,51		
	ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, латек, напиток ацидофильный)	Кисломолочный напиток	180	185	180	5,23	4,50	7,57	91,89	0,54	№420 СБ доиж 2016	
Булочка дорожная		50			3,39	6,38	21,07	160,50		№452 сб доиж 2016	
	Мука пшеничная		30,50	30,00							
	мука пшеничная на полноты		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							
Итого:		230			8,62	11,48	28,64	252,39	0,54		
	УЖИН										
Запеканка творожная с повидлом	Творог	130/20	121,55	119,20	22,82	20,06	25,22	372,60	0,66	№251, сб.бюж 2016	
	Крупа манная		7,80	7,80							
	Яйцо		6,50	5,42							
	Сахар		10,40	10,40							
	Сметана		5,20	5,20							
	Масло сливочное		5,20	5,20							
	Сухари панировочные		5,20	5,20							
	соль иодированная		0,65	0,65							
	повидло		20,00	20,00							
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ доиж 2016	
Чай с сахаром и лимоном		180/67			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010	
	чай вешовой		0,45	0,45							
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	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:		467			25,62	20,72	56,02	516,29	13,49		
ВСЕГО:		1979,00			68,46	75,62	262,96	2024,39	32,47		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,70	274,44	0,86	ТТК №2Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						

Чай с молоком, сахаром	Вода		68,00	68,00							
	Сахар		4,50	4,50							
	соль иодированная		0,90	0,90							
	Масло сливочное	180/6	5,00	5,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб доиж 2016	
	чай ароматный		0,45	0,45							
Бутерброд с маслом сливочным	Сахар		6	6							
	Молоко		92	90							
	Вода	30/5	90	90	2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010	
	Батон лавашный		30,00	30,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		400			12,17	14,00	71,69	461,88	2,24		
2 - ой ЗАВТРАК											
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб доиж 2016	
Итого:		180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60		
Обед											
Каша тушеная	Каша овсяная	50			1,10	1,63	4,70	38,20	8,54	№254 сб доиж 2016	
	Лук репчатый		71,25	57,00							
	Морковь		2,40	2,00							
	Мука пшеничная		1,25	1,00							
	Масло растительное		0,60	0,60							
	Сахар		1,75	1,75							
	соль иодированная		1,50	1,50							
	соль иодированная		0,30	0,30							
Суп картофельный с пшенной крупой из курином бульоне с мясом птицы	крупя пшенная	180/10			3,76	3,81	8,75	87,89	6,17	№86 сб доиж 2016	
	картофель		12,00	12,00							
	Морковь		80,00	60,00							
	Лук репчатый		10,00	8,00							
	Масло растительное		9,52	8,00							
	соль иодированная		2,00	2,00							
	Бульон		1,30	1,30							
	пшеница - бройлеры с/м		120,00	120,00							
	мясо отварной мякоти птицы		29,50	26,2							
				10,0							
Фрикадельки мясные в молочном соусе	говядина б/х (котлетное мясо) или фарш говяжий	50/25	39,70	38,00	7,60	10,33	8,89	161,44	0,16	№ 305 сб доиж 2016	
	Хлеб пшеничный		38,00	38,00							
	Вода		8,00	8,00							
	лук репчатый		10,00	10,00							
	Масло подсолнечное		4,20	3,50							
	Масло сливочное		59,00	59,00							
	Соус молочный:		2,00	2,00							
	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	макаронные изделия	130/3	45,50	45,50	4,94	2,72	27,66	154,96		№219 сб доиж 2016	
	вода		275,00	275,00							
	соль иодированная		1,30	1,30							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из красной смородины замороженной	смородина красная замороженная	180	12,00	12,00	0,18	0,07	10,50	45	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020	
	сахарный песок		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			
Итого:		673			20,55	19,09	78,34	576,34	51,23		
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	180,00	180,00	5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ доиж 2016	
Кондитерские изделия	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136 Дели + 2012	
Итого:		220			8,23	8,42	38,41	263,20	2,34		
УЖИН											
Фрикадельки рыбные отварные	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный	80	81,60	60,00	9,41	1,10	8,45	73,60	0,42	№279 сб доиж 2016	
	хлеб пшеничный		60,00	60,00							
	яйцо		12,00	12,00							
	масло сливочное		9,60	8,00							
	соль иодированная		3,00	3,00							
	вода питьевая		0,12	0,12							
				12,00	12,00						
Картофель тушеный с овощами в соусе		140			4,10	6,67	31,30	203,43	36,09	№144 сб доиж 2016	

Чай с мармеладом	Картофель		173,00	130,00							
	масло растительное		5,00	5,00							
	Лук репчатый		8,40	7,00							
	Морковь		12,50	10,00							
	соль иодированная		0,40	0,40							
	соев			25,00							
	сметана		6,25	6,25							
	Мука пшеничная		1,88	1,88							
	вода		18,75	18,75							
	соль иодированная		0,20	0,20							
	чай зеленый	160/15	0,45	0,45	0	0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб донк 2016	
	вода питьевая		160	160							
	мармелад		15	15							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дети + 2012	
Итого:		425			15,79	8,01	81,51	455,05	36,54		
ВСЕГО:		1898			57,63	40,53	288,11	1833,63	95,95		

День 4 - мй

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Омлет натуральный	150			15,14	16,90	2,69	223,57	0,28	№2219 сб донк 2016
яйцо		138	115						
молоко		40	40						
масса омлетной смеси			155						
масло сливочное		5	5						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса готового омлета			150						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дети 2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)	100			0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	2012 стр 186 табл.9
		135	100						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
Биток жареный		30,00	30,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		10,00	10,00						
Итого:	475			21,15	24,03	33,58	424,12	39,61	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в асортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб донк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОВНД									
Салат из свеклы отварной с яблоками	60			0,65	3,65	6,72	62,33	3,86	№36 сб донк 2016
свекла		51,45	40,50						
яблоки свежие		17,70	15,60						
сахар		1,80	1,80						
масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный гороховый на курином бульоне	200			4,39	4,22	13,23	118,60	4,66	№87 сб донк 2016
Картофель		53,2	40						
Горех		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			4,39	4,22	13,23	118,60	32,40	№319 Сб донк 2016
шпиката - брокеры с/м		112	105,0						
масса отварной мякоти птицы			40,0						
соус сметанный :									№372 Сб донк 2016
Вода или отвар		15	15,0						
сметана		5	5,0						
мука пшеничная		1,5	1,5						
соль иодированная		0,16	0,16						
масло горех			20,0						
картофель		129	97,0						
морковь		37,5	30,00						
Лук репчатый		28	23,00						
зеленый горошек к/с		10	6,00						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль иодированная		0,8	0,8						
масло свиной с соусом			160,0						
Компот из яблок	180			0,31	0,07	14,88	62,06	0,00	№394 Сб донк 2016
яблок		18,00	18,00						

	масса отварных сульфруктов			28,80						
	Вода		185,00	185,00						
	сахар		6,0	6,0						
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:		710			14,62	12,89	78,20	509,53	40,92	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, сметана, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	180			5,40	1,80	7,21	66,67	1,44	№420 СБ дошк 2016
Булочка с сахаром		50	185,00	180,00	7,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная		30,00	30,00						
	Мука пшеничная на полпыл		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						
Итого:		230			13,27	3,55	26,64	191,67	1,71	
УЖИН										
Пудинг творожный со сливочным молоком		130/20			21,16	18,37	42,17	418,60	0,49	№438 СБ 2004
	Творог		112,06	110,50						
	Манная крупа		10,40	10,40						
	Яйцо		7,80	6,50						
	Сахарный песок		10,40	10,40						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сладки панировочные		5,20	5,20						
	Сметана		5,20	5,20						
	сливочное молоко		20,00	20,00						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай зеленый		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:		360			23,50	18,63	62,96	513,11	0,52	
ВСЕГО:		1955			73,44	59,10	219,54	1714,69	86,36	

День 5 -ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с геркулесовой крупой	200			2,97	3,57	6,14	71,20	0,66	№101, сбшк2016
		12,00	12,00						
		1,60	1,60						
		140,00	140,00						
		60,00	60,00						
		2,00	2,00						
		1,00	1,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Булочка с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
Итого:	420			10,28	11,96	26,96	250,69	2,13	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кашка	180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, сб шк2004
		21,00	21,00						
		6,00	6,00						
		180,00	180,00						
Итого:	180			0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	
ОВИД									
Салат из картофеля с зеленым горошком и/с морковью	60			1,60	3,22	9,62	74,21	11,71	№26 СБ шк 2017
		44,70	33,60						
		11,25	9,00						

	зеленый горошек к/с		15,00	9,00							
	лук репчатый		7,20	6,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
Суп из овсяной с куриными фрикадельками, со сметаной		180/107			4,64	7,97	6,94	123,46	7,93	ТТК 535 23.12.2020	
	шпикета - бройлера с/м		17,50	11,40							
	или фарш куриный		11,40	11,40							
	Лук репчатый		1,19	1,00							
	яйцо		0,96	0,80							
	вода		1,00	1,00							
	соль иодированная		0,10	0,10							
	картофель		62,50	50,00							
	картофель ошпаренный		31,25	25,00							
	зеленый горошек к/с		16,70	10,00							
	морковь		12,50	10,00							
	Лук репчатый		9,52	8,00							
	Масло растительное		4,00	4,00							
	соль иодированная		1,50	1,50							
	Вода		130,00	130,00							
	Сметана		7,00	7,00							
Суфле рыбное		70			12,02	7,61	1,59	122,77	0,28	№284,371 СБ допк 2016	
	рыба (молотый с/м БГ)		81,60	60,00							
	масло отварной рыбы			50,00							
суп молочный	Молоко		18,00	18,00						№371 СБ допк 2016	
	Масло сливочное		3,00	3,00							
	Мука пшеничная		3,00	3,00							
	вода		3,50	3,50							
	соль иодированная		0,20	0,20							
	масло сливочное			24,00							
	Яйцо		10,50	8,75							
	масло полуфабриката			80,00							
	Масло растительное		2,00	2,00							
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/3			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 с/б 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							
Панкек из яблок		180			0,14	0,14	9,32	30,92	3,40	№390 СБ допк 2016	
	яблоки свежие		34,0	30,0							
	вода		183,0	183,0							
	сахар		6,0	6,0							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Допл + 2012	
Итого:		685			24,52	22,68	77,03	617,94	23,32		
Молоко жидкое (молоко)	ПОЛДНИК	180			5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СБ допк 2016	
	молоко		189,00	180,00							
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74			
Итого:		200			7,02	8,10	21,42	186,13	2,34		
Икра морская	УЖИН	50			1,01	0,05	10,28	45,60	2,11	ТТК №135 от 26.02.2019	
	Морковь		50	40							
	Лук репчатый		9,6	8							
	Томат-паста		7	7							
	Масло растительное		2,5	2,5							
	Сахар		0,5	0,5							
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		170/30			11,62	27,21	33,25	410,32	7,39	№308 СБ допк 2016	
	говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		43,90	42,50							
	Масло сливочное		2,60	2,60							
	масло готового мясного фарша			34,00							
	Картофель		216,30	162,6/157,3							
	масло отварного протертого картофеля			153,00							
	Лук репчатый		14,40	12,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
	масло припущенного лука			8,50							
	Масло сливочное		2,00	2,00							
	соль иодированная		1,70	1,70							
	сухари панировочные		3,20	3,20							
	масло полуфабриката			200,00							
	выход готовой запеканки			170,00							
	Соус сметанный :			30,00							
	Сметана		7,50	7,50							
	Мука пшеничная		2,00	2,00							
	вода		22,50	22,50							

Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
		чай ароматный	0,45	0,45					
		Сахар	6,00	6,00					
		лимон	8,00	7,00					
		Вода	180,00	180,00					
Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00
Итого:	467				15,03	27,52	64,52	552,61	12,33
ВСЕГО:	1952,00				56,85	70,25	204,94	1667,43	41,12

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порция	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеница молочная с маслом сливочным	180/5			4,19	4,78	23,94	155,42		ТТК № 6Д
		крупа пшеница	22,50	22,50					
		Молоко	90,00	90,00					
		Вода	68,00	68,00					
		Сахар	4,50	4,50					
		соль йодированная	0,90	0,90					
		Масло сливочное	5	5					
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб. доиж 2016
		чай ароматный	0,45	0,45					
		Сахар	6	6					
		Молоко	92	90					
		Вода	90	90					
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
		Батон нарезной	30,00	30,00					
		Масло сливочное	5,00	5,00					
Итого:	400			9,51	11,68	49,93	342,86	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в асортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб доиж 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД									
Икра рыбачья	50			1,37	3,59	7,27	66,90	2,34	№57 СБ доиж 2016
		икра рыбачья	51	50					
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200			2,15	2,27	13,964	94,6	6,6	№88 СБ доиж 2016
		вермишель	8	8					
		картофель	80	60					
		морковь	10	8					
		лук репчатый	10	8					
		масло растительное	2	2					
		бульон куриный	140	140					
		соль йодированная	1,3	1,3					
Жаркое из птицы по-домашнему	200			15,28	10,36	19,11	230,30	8,06	ТТК №580/а от 24.06.2020
		цыплята - бройлеры сб	110,00	103,90					
		масло отварной мякоти птицы		53,00					
		картофель	183,50	138,00					
		лук репчатый	13,90	11,60					
		морковь	8,40	6,70					
		масло сливочное	6,30	6,30					
		соль йодированная	0,90	0,90					
		вода питьевая	26,00	26,00					
		масла готовых овощей		147,00					
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)	100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ доиж 2016
Напиток из цитрусовых	180			0,42	0,07	8,6	42	23,47	№346, СБ доиж 2016
		апельсин	23,50	15,75					
		лимон	17,50	15,75					
		сахарный песок	6,00	6,00					
		вода	144,00	144,00					
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:	775			22,59	17,24	76,58	570,00	50,47	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, мягкий йогурт)	180			5,23	4,50	7,57	91,89	0,54	№420 СБ доиж 2016
		кисломолочный напиток	185	180					
Кондитерские изделия	20	20,00	20,00	0,79	6,12	12,51	108,40		табл 10 стр 202. Дели + 2012
		вафли							
Итого:	200			6,01	10,62	20,07	200,29	0,54	
УЖИН									
Гуляш из индейки	35/35			9,41	9,72	3,20	138,76	3,00	№293 сб доиж 2016
		индейка филе	49,00	49,0					

	Вода		23,0	23,0							
	Морковь		15,0	12,0							
	Лук репчатый		7,20	6,0							
	Томатная паста		1,00	1,0							
	Мука пшеничная		1,8	1,8							
	Масло растительное		2,3	2,3							
	соль иодированная		0,6	0,6							
	Масса сушеная			15,0							
Каша пшеничная вареная на воде		130				3,47	3,67	21,26	131,95		№331 Сб донок 2016
	пшеничная крупа		26,00	26,00							
	вода		100,00	100,00							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	Масло сливочное		2,35	2,35							
Напиток из шиповника растворимого		180/6				0,61	0,25	6,71	31,49	89,93	№ 417 Дели 2016
	Шиповник растворимый		1,35	1,35							
	сахар		6	6							
	Вода питьевая		180	180							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00		2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Итого:		410				15,77	13,88	45,94	372,77	92,93	
ВСЕГО:		1965				54,78	53,43	210,69	1562,18	148,92	

День 7-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,70	274,44	0,86	ТТК №2Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		4,50	4,50						
		0,90	0,90						
		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели 2010
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным, с помидором	30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
		10,00	10,00						
Итого:	410			12,05	14,03	69,09	436,99	2,19	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в асортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб донок 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
Обед									
Салат из моркови припущенной с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ донок 2016
		57,25	45,80						
		17,10	15,00						
		3,00	3,00						
Суп картофельный с мясом птицы	180/10			4,03	3,89	12,17	108,21	8,97	№82 сб донок 2016
		106,6	80						
		10	8,00						
		9,6	8,00						
		2	2						
		0,2	0,2						
		130	130						
		29,5	26,2						
			10,00						
Биточки рубленные из рыбы	70			8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3
		71,40	52,50						
		52,50	52,50						
		1,75	1,75						
		12,60	10,50						
		15,47	13,00						
		5,25	5,25						
		0,50	0,50						
		0,20	0,20						
		5,25	5,25						
		1,75	1,75						
			83,00						
		2,00	2,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овсяными с маслом сливочным	130/3			7,09	3,97	32,33	193,13	1,36	№180, сб донок 2016
		54,70	54,70						

	вода питьевая		82,00	82,00							
	соль йодированная		0,33	0,33							
	масло сливочное			115,00							
	морковь		22,00	17,00							
	лук репчатый		2,60	1,70							
	масло сливочное с овощами			130,00							
	масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из с/м фруктов		180			0,11	0,09	12,8	53	1,86		№294, сб допк2016
	фрукты свежемороженые		13,00	13,00							
	сахарный песок		6,00	6,00							
	вода		182,00	182,00							табл 6 стр 144,Допл + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19			
Итого:		678			25,38	14,02	90,49	591,97	14,93		0,00
ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, закваска, мацони, ацидофильный)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	10,19	101,94	1,26		№420 СБ допк 2016
	сахар		3,00	3,00							
Патрушка с творогом		75			9,22	5,48	29,18	202,00	0,04		№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		39,75	39,75							
	Яйцо куриное		2,52	2,10							
	Масло сливочное		1,80	1,80							
	вода питьевая		16,00	16,00							
	сахарный песок		2,10	2,10							
	дрожжи сухие		0,30	0,30							
	соль йодированная		0,60	0,60							
	мука пшеничная		1,80	1,80							
	творог		30,00	29,25							
	Яйцо куриное		1,62	1,35							
	сахарный песок		1,65	1,65							
	мука пшеничная		1,35	1,35							
	Яйцо куриное		1,8	1,5							
	Масло растительное		0,3	0,3							
	Масло растительное		0,3	0,3							
Итого:		255			14,44	9,98	39,37	301,94	1,30		
УЖИН											
Котлеты рубленные из говядины	говядина с/ж (котлетное мясо) или фарш говяжий	80	58,5	56,0	12,58	12,19	10,44	204,29			СБ допкполн, №299, 2016
	лук репчатый		16,7	14,0							
	Хлеб пшеничный		13,0	13,0							
	Вода		11,0	11,0							
	султанки панирочные		4,5	4,5							
	соль йодированная		0,7	0,7							
	масло полуфабриката			99,0							
	Масло растительное		1,0	1,0							
Рагу из овощей		150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68		№148, сб допк 2016
	картофель		94,5	70,0							
	морковь		30,0	24,0							
	масло заливочной моркови			22,0							
	Лук репчатый		24,0	20,0							
	масло протушенного лука			16,0							
	капустя пасыная		21,0	17,0							
	масло протушенной капусты			15,0							
	соль йодированная		0,8	0,8							
	Масло растительное		5,0	5,0							
	суп:										№365, сб допк 2016
	вода		40,0	40,00							
	Масло сливочное		1,8	1,8							
	Мука пшеничная		1,8	1,8							
	Морковь		3,0	2,4							
	Лук репчатый		1,4	1,2							
	томатная паста		2,40	2,40							
	Масло сливочное		0,6	0,6							
	сахар		0,4	0,4							
	соль йодированная		0,4	0,4							
	мисс соус			40,00							
	масло рагу			150,0							
Чай с мармеладом		180/15			0	0	28,98	109,342	0,03		№ 411 сб допк 2016
	чай ароматный		0,45	0,45							
	вода питьевая		180	180							
	мармелад		15	15							
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00		табл 6 стр 134,Допл + 2012
Итого:		435			17,11	19,81	68,57	517,20	8,71		
ВСЕГО:		1958			67,87	57,85	285,69	1926,36	30,73		

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,76	29,12	199,67	1,05	ТТК №4Д
Крупа манная		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль йодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Каша с молоком	180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дельта2010
Каша-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	15,51	111,68		№1 Дельта2010
Батон парижский		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	400			11,43	14,44	50,62	370,17	2,48	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в асептической упаковке	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОБЕД									
Винегрет с соевыми огурцами	60			0,84	6,02	4,37	75,04	5,78	№46, сб дошк 2016
Картофель		20,64	15,00						
Свекла		15,30	12,00						
Морковь		11,40	9,00						
Огурцы соевые		21,84	12,00						
Масло растительное		3,60	3,60						
Лук репчатый		10,71	9,00						
Щи со свеклой капустой и картофелем с мясными фрикадельками сметаной	180/10/7			3,79	6,47	5,97	102,10	11,61	№73,128, сб дошк 2016
Капуста свекла		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 йодированная		1,50	1,50						
вода		140,00	140,00						
говядина б/к (копченое мясо) или фарш говяжий		11,90	11,40						
Лук репчатый		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						
мясо полуфабриката фрикадельки			14,30						
мясо готовых фрикаделек			10,00						
Сметана		7,00	7,00						
Тортили куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/25			10,37	10,70	8,22	170,97	2,39	ТТК 698 от 09.04.2021
цыпленок - бройлеры сб или фарш куриный		48,80	31,70						
вода		31,70	31,70						
вода		5,00	5,00						
рис		4,20	4,20						
масло отварного рассыпчатого риса			12,50						
Лук репчатый		10,80	9,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
мясо припущенного лука			7,50						
соль йодированная		0,30	0,30						
мука пшеничная		3,50	3,50						
мясо полуфабриката			60,00						
соус сметанно- томатный:			25,00						
сметана		6,25	6,25						
мука пшеничная		1,90	1,90						
вода		18,80	18,80						
томатная паста		1,00	1,00						
соль йодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3			4,04	2,72	27,66	154,96		№219, сб дошк 2016
макаронные изделия		45,50	45,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
соль йодированная		1,30	1,30						
Вода		275,00	275,00						
Компот из яблок	180			0,31	0,07	14,88	62,06		№394 СБ дошк 2016
яблоко		18,00	18,00						
масло отварных сульфруктов			28,80						
Вода		183,00	183,00						
сахар		6,00	6,00						

Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дети + 2012
Итого:	690			23,22	26,52	78,95	654,32	19,78	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,23	4,50	8,65	96,40	2,34	№419 СВ доок 2016
Кондитерские изделия	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дети + 2012
Итого:	220			8,23	8,42	38,41	263,20	2,34	
УЖИН									
Омлет натуральный	150			15,14	16,90	7,69	223,57	0,28	№229,сб доок2016
яйно		138	115						
молоко		40	40						
масса омлетной смеси			155						
масло сливочное		5	5						
соль йодированная		0,7	0,7						
масса готового омлета			150						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или миндарины)	100			0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	2012 стр 186 табл.9
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7		100	0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дети2010
чай розовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						
лимон		8,00	7,00						
Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	30		30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дети + 2012
Итого:	467			18,24	17,36	31,19	358,26	41,11	
ВСЕГО:	1957			62,12	66,74	217,33	1722,21	69,31	

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			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5			7,75	7,06	39,88	254,62	0,86	ТТК № 9Д
Крупа пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		4,50	4,50						
соль йодированная		0,90	0,90						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб доок 2016
чай розовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб доок2016
Бекон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	405			14,42	14,66	65,19	451,05	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб доок 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
ОВЕД									
Каша пшеничная	50			1,10	1,63	4,70	38,20	8,54	№354 сб доок2016
Каша овсяная		71,25	57,00						
Лук репчатый		2,40	2,00						
Морковь		1,25	1,00						
Мука пшеничная		0,60	0,60						
Масло растительное		1,75	1,75						
Сахар		1,50	1,50						
соль йодированная		0,30	0,30						
Раскатчик лепешечный из мясного бульона, со сметаной	180/7			1,63	4,71	8,87	88,49	6,05	№82 сб доок 2016
Картофель		79,80	60,00						
Крупа пшеничная		8,00	8,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		4,76	4,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
огурец соленый		21,84	12,00						
соль йодированная		1,00	1,00						
Бульон		132,00	132,00						
Сметана		7,00	7,00						
Гуляш из стейковой говядины	35/35			9,34	9,85	2,29	114,69	0,84	№293 сб доок 2016
говядина (лопатка 6/6)		56,00	56,0						
Масло стейкового мяса			35,0						
Вода		26,3	26,3						
Морковь		15,4	12,3						
Лук репчатый		7,30	6,1						

	Мука пшеничная		1,8	1,8						
	Масло растительное		2,3	2,3						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	Масло телячье			35,0						
Пюре Картофельное		150			3,06	4,80	20,43	137,18	18,15	№ 339 СБ допоз 2016
	Картофель		171,00	128,50						
	Молоко		23,70	23,50						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Кремль	Соль иодированная	180	0,55	0,55	0,00	0,00	15,00	60,05	1,00	№ 648, об шж2004
	Кремль-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		682			18,11	21,53	69,12	527,79	34,58	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, сметан, напиток ацидофильный)	Кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,40	1,80	7,21	66,67	1,44	№420 СБ допоз 2016
Слойка сладкая		50			4,22	4,81	29,22	177,00	0,17	стр 150 СБКашня 1997
	мука пшеничная		31,00	31,00						
	мука пшеничная на полпыл		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						
Итого:		230			9,62	6,61	36,43	243,67	1,61	
УЖИН										
Запеканка рисовая с творогом		150			8,24	6,50	42,72	267,00	0,06	№203 об допоз 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						
	сулари панарочные		4,00	4,00						
	сметана		4,00	4,00						
	масса полуфабриката			170,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№586 СБ допоз 2016
Чай с сахаром	чай листовый	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
	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:		460			10,98	7,15	73,31	408,51	10,09	
ВСЕГО:		1957			54,04	49,95	262,22	1707,27	52,16	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,45	8,92	33,85	246,51	0,86	ТТК №5Д
		22,50	22,50						
		158,00	158,00						
		4,50	4,50						
		0,90	0,90						
		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						

Путерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дельта 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		400			12,60	15,83	55,35	400,87	2,03	
	2 - ой ЗАПРАК									
Соус (или дижар)		180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
в ассортименте										
Итого:		180			0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	
	ОВЕРД									
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80	5,50	№10 СБ дошк 2016
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Итого:		180/10			4,19	5,84	8,39	109,47	0,60	№24 сб дошк 2016
Суп-паштет помидорки на курином бульоне с мясистыми фрикадельками										
	говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
	или фарш говяжий		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	яйно		0,96	0,80						
	вода		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	Мука пшеничная		15,00	15,00						
	Яйно		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	Масло сливочное			16,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	бульон		170,00	170,00						
	соль йодированная		1,00	1,00						
Биточки "Домашние"		80			17,31	6,95	5,64	153,62	4,29	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	шпикет - бройлеры с/м		95,15	66,1						
	или фарш куриный		66,1	66,1						
	морковь		18,75	15						
	Лук репчатый		14,4	12						
	соль йодированная		0,66	0,66						
	яйно		0,96	0,8						
	Мука пшеничная		6	6						
	масло растительное		3	3						
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						
	масло заливочной моркови			22,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	масса протушенного лука			16,00						
	капустя свекла		21,00	17,00						
	масса протушенной капусты			15,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	соед:									№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						
	сигар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса соуса			40,00						
	масса рагу			150,00						
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,07	10,5	45	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	саларный песок		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржачий		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дельта + 2012
Итого:		695			29,39	23,39	59,88	571,74	55,43	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	180,00	180,00	5,23	4,50	9,65	96,40	2,34	№419 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		
Итого:		200			7,02	8,10	21,42	186,13	2,34	
	УЖИН									
Суфле рыбное		70			12,62	7,61	1,59	122,77	0,28	№284,371 СБ дошк 2016
	рыба (морож с/м БГ)		81,60	60,00						
	масса отварной рыбы			50,00						
соус молочный	Молоко		18,00	18,00						№371 СБ дошк 2016

	Масло сливочное		3,00	3,00						
	Мука пшеничная		3,00	3,00						
	вода		3,50	3,50						
	соль поваренная		0,20	0,20						
	масло сливочное			24,00						
	Яйцо		10,50	8,75						
	масло подсолнечное			80,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной рассычатый с маслом сливочным		130/3			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль поваренная		2,60	2,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из шиповника растворимого		180/6			0,61	0,25	6,71	31,49	89,93	№ 417 Дели2016
	Шиповник растворимый		1,35	1,35						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода питьевая		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:		413			18,06	11,30	54,80	393,22	90,21	
ВСЕГО:		1888			66,96	58,61	209,61	1628,21	153,61	
ИТОГО за 10 дней		19397,00			670,36	599,09	2371,92	17383,91	745,80	

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, Тухельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации общественного питания при дошкольных образовательных учреждениях, Тухельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тухельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Сборник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на продуктово питания для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тухельян 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 морская 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% отходов) морков, свекла рассчитаны с 1,09 (20% отходов)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соевые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сытаны с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%