

Утверждаю
 Директор ООО "АБК - Пэймент"
 Расметулин Р.Р.




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	200			5,16	3,47	23,13	144,50	0,21	ТТК №7Д
Крупа рисовая		15,00	15,00						
Крупа пшениная		11,00	11,00						
Молоко		100,00	100,00						
Вода		76,00	76,00						
Сахар		5,00	5,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Делн2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Делн2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	420			10,35	14,01	52,96	379,50	0,40	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,40	0,40	30,00	129,34	14,00	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	60			0,75	0,06	6,97	31,40		№42 СБ дошк 2016
морковь		72,50	58,00						
сахар		3,00	3,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			4,12	4,23	13,76	118,41	5,01	№88,сб дошк2016
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		26,3	17,1						
Лук репчатый		17,1	17,1						
Яйцо		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 рубленые из говядины	70			10,43	7,70	10,19	151,38		СБ дошкольн. №299, 2016
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		51,16	49						
Лук репчатый		49	49						
Лук репчатый		14,64	12,3						
Хлеб пшеничный		11	11						
Вода		14,7	14,7						
Сухари панировочные		4,00	4,00						
соль иодированная		0,7	0,7						

Капуста тушеная	масса полуфабриката		75,3								
	масло растительное		1	1							
	Капуста свежая	150	215,00	172,00	3,30	4,90	14,10	114,60	24,70	№354 сблжм2016	
	Лук репчатый		7,14	6,00							
	Морковь		3,75	3,00							
	Мука пшеничная		1,80	1,80							
	Масло растительное		5,25	5,25							
	Сахар		4,50	4,50							
Калитки из свежемороженых фруктов	соль поваренная		1,00	1,00							
	фрукты свежемороженые	180	20,00	20,00	0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ допк 2016	
	Вода		183,00	183,00							
	сахар		10,0	10,0							
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Делл + 2012		
Итого:	700			21,98	17,45	87,84	606,59	30,07			
Булочки дрожжи	ПОЛДНИК										
	Мука пшеничная	50	30,50	30,00	3,39	6,98	26,07	181,00		№453 с6 допк2016	
	мука пшеничная из подпыл		1,00	1,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	Масло сливочное		6,50	6,30							
	соль поваренная		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 валялей		1,00	1,00							
	Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, сметан, напиток ацидофильный)	180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ допк 2016	
			185,00	180,00							
			5,00	5,00							
Итого:	235			8,61	11,48	38,26	290,95	1,26			
Духан рыбный	УЖИН										
	рыба (лососей с/м БГ)	80/30	91,1	67	14,60	9,00	10,80	182,00		№286 СБ допк 2016	
	масса отварной рыбы			53							
	Хлеб пшеничный		11	11							
	яйцо		8,4	7							
	молоко		16	16							
	масло сливочное		3	3							
	соль поваренная		0,5	0,5							
	Масло растительное		1,3	1,3							
	Соус молочный										
	молоко		15	15							
	масло сливочное		1,65	1,65							
	Мука пшеничная		1,65	1,65							
	Вода		15	15							
	Сахар		0,3	0,3							
	соль поваренная		0,2	0,2							
	масса соуса			30							
	Пюре Картофельное	Картофель	140	159,60	119,70	2,86	4,48	19,07	128,10	0,23	№ 339 СБ допк 2016
		Молоко		22,12	21,00						
Масло сливочное			5,00	5,00							
соль поваренная			0,52	0,52							
Итого:											
Чай с сахаром	чай весовой	180/10	0,45	0,45	0,10	0,02	10,00	40,00		№ 392 Делл 2010	
	сахар		10,00	10,00							
	Вода		180,00	180,00							
	Итого:										
Хлеб тостовый	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Делл + 2012		
Итого:	465			19,46	13,70	52,17	408,85	0,23			
ВСЕГО:	2020,00			61,80	57,04	261,23	1815,23	45,96			

Хлеболомочный напиток (кефир, ряженка, латекс, напиток андофильный)	числомолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Итого:		200	185	180						
УЖИН					5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
Закусочная творожная с повидлом		120/30			21,17	14,47	40,09	372,60	0,44	№251, сб дошк 2016
	Творог		112,20	110,00						
	Крупа манная		7,20	7,20						
	Яйцо		6,00	5,00						
	Сахар		9,60	9,60						
	Сметана		4,80	4,80						
	Масло сливочное		4,80	4,80						
	Сухая папировочная соль подкисленная		4,80	4,80						
	повидло		0,60	0,40						
			30,00	30,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Дем2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		10,00	10,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дем + 2012
Итого:		277			25,57	14,73	65,05	484,10	0,44	
Всего:		1804,00			67,12	57,56	230,21	1706,66	25,79	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Массовая порция	Кол-во (в гр.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная	200			5,85	1,80	25,77	143,00	0,21	ТТК №2Д
		25,00	25,00						
		100,00	100,00						
		76,00	76,00						
		5,00	5,00						
		1,00	1,00						
Масло сливочное жирностью	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
		5,00	5,00						
Чай с молоком, сахаром	180/10			2,67	2,94	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		10	10						
		92	90						
		90	90						
Вутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дем2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	430			10,86	12,26	55,55	376,00	1,41	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или мектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/б	50			0,89	1,55	1,87	25,08		№10 СБ дошк 2016
		30,16	40,00						
		2,50	2,50						
Суп картофельный с мясной крупой на курином бульоне с маслом сливочным	180/10			3,92	4,03	9,72	94,80	6,84	№86 сб дошк 2016
		12,00	12,00						
		50,00	50,00						
		10,00	8,00						
		9,52	8,00						
		2,00	2,00						
		1,30	1,30						
		120,00	120,00						
		29,50	26,2						
			10,0						
Орندگان мясные в молочном соусе	50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	№ 305 сб дошк 2016
		39,70	38,00						

	или фарш говяжий		38,00	38,00						
	Хлеб пшеничный		8,00	8,00						
	Вода		10,00	10,00						
	лук репчатый		4,20	3,50						
	Масса полуфабриката			59,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	Соус молочный									
	Молоко		12,50	12,50						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Мука пшеничная		1,30	1,30						
	Вода		12,50	12,50						
	Сметан		0,30	0,30						
	соль гидролизованная		0,30	0,30						
Макроэлементы витаминизированные с маслом		1300			5,02	2,89	27,04	154,22		№219 СБ дошк 2016
	макроэлементы витаминизированные		43,50	43,50						
	соль гидролизованная		275,00	275,00						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток на основе смородины замороженной		180			0,18	0,10	19,3	80		Акт проработки ГТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	сахарный песок		15,00	15,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		673			20,69	16,71	82,15	568,20	6,91	
ПОЛДНИК										
Молоко элитное (молоко)	молоко	180	180,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия	печенье	36	30,00	30,00	2,26	2,04	22,32	125,10		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		216			7,74	7,82	31,39	227,10	2,46	
УЖИН										
Фрикадельки рыбные отварные		80			10,66	3,00	5,85	93,00	0,18	№279 сБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	или фарш рыбный		60,00	60,00						
	хлеб пшеничный		12,00	12,00						
	яйцо		9,60	8,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль гидролизованная		0,12	0,12						
	вода питьевая		12,00	12,00						
Картофель тушеный с овощами и соусом	Картофель	160	173,00	130,00	9,00	8,30	21,74	173,60	10,19	№144 сБ дошк 2016
	масло растительное		5,00	5,00						
	лук репчатый		8,40	7,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	соль гидролизованная		0,40	0,40						
	соус			25,00						
	сметана		0,25	0,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	соль гидролизованная		0,20	0,20						
Чай с имбирем	чай вешевой	180013	0,45	0,45	0,00	0,00	25,20	95,07	0,03	№ 411 сБ дошк 2016
	Мирamelad		13,00	13,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		440			15,94	11,54	67,55	432,17	10,40	
ВСЕГО:		1956			56,223	48,326	256,844	1688,81	25,18075	

Дет. 4-ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол-во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	углеиды			
ЗАВТРАК									

Омлет натуральный		150			14,23	18,55	2,80	235,00	0,25	№229, с6 дошк2016
	лицо		138	115						
	молоко		40	40						
	масса сметанной смеси			155						
	масло сливочное		5	5						
	соль поваренная		0,7	0,7						
	масса готового омлета			130						
Кофейный напиток с молоком		180			2,45	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дети2010
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Булочки с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 с6 дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		375			22,87	28,96	32,36	482,40	0,65	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, для апельсин, роза бамба, виноград)		100	149	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дети +, 2012
Итого:		100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
Салат из свежих отварной с маслом растительное	ОБЕД	60			0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	№52 с6 шк2016
	овески		73,00	57,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Суп картофельный гороховый на курином бульоне		200			4,39	4,22	13,23	178,60	4,66	№87, с6 дошк2016
	Картофель		59,2	40						
	Горох		16,2	16						
	Морковь		12,8	10,00						
	Лук репчатый		9,8	8,00						
	Масло растительное		4	4						
	соль поваренная		0,2	0,2						
	Бульон		140	140						
Плов, тушеная в соусе с овощами		200			10,38	7,51	18,16	181,74	8,09	№319 С6 дошк 2016
	цельная - бройлеры с/к		112	105,0						
	масса отварной говядины птицы			40,0						
	соус сметанный:									№372 С6 дошк 2016
	Вода или отвар		15	15,0						
	сметана		5	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль поваренная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	картофель		129	97,0						
	морковь		37,5	30,00						
	Лук репчатый		28	23,00						
	зеленый горошек х/с		10	6,00						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль поваренная		0,8	0,8						
	масса овощей в соусе			160,0						
Компот из свежих замороженных фруктов		180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 С6 дошк 2016
	фрукты замороженные		20,00	20,00						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		10,0	10,0						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дети + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дети + 2012
Итого:		710			20,49	14,10	91,47	605,57	13,66	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кафир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		180			2,61	2,25	9,9	62,1	1,44	№420 С6 дошк 2016
	Кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Булочки с сахаром		50			7,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№442 С6 шк 2017
	Мука пшеничная		30,00	30,00						
	Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						

	Сахарный песок		3,90	3,90						
	масло сливочное		1,40	1,40						
	Яйцо		2,88	2,40						
	Дрожжи сухие		0,25	0,25						
	Молоко		13,00	13,00						
	Соль йодированная		0,35	0,35						
	Вода		11,80	11,80						
	Масса полуфабриката									59,09
	Яйцо (на сызку изделия)		1,44	1,20						
	Масло растительное на сызку листов		1,00	1,00						
Итого:		230			2,61	2,25	9,90	62,10	1,44	
УЖИН										
Пудинг творожный со сгущенным молоком		120/30			20,40	16,98	45,55	416,70	0,57	№438 СБ 2004
	Творог		103,40	102,00						
	Манная крупа		9,60	9,60						
	Яйцо		7,20	6,00						
	Сахарный песок		9,60	9,60						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		4,80	4,80						
	Сухари панировочные		4,80	4,80						
	Сметана		4,80	4,80						
	сгущенное молоко		30,00	30,00						
Чай с сахаром		180/10			0,10	0,02	10,00	40,00		№ 392 Демк 2010
	чай розовой		0,45	0,45						
	сахар		10,00	10,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	0,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Демк + 2012
Итого:		370			22,78	17,24	70,31	527,20	0,57	
ВСЕГО:		1785			49,55	44,75	212,14	1720,27	75,72	

День 5 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (в гр)		Питательные вещества			Энергетическая ценность Колл	Витамины С	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угле-ды				
ЗАВТРАК										
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			5,33	5,34	8,61	133,92	0,50	№101, обшк2016	
Каша с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	№397 Демк2010	
Булочка с маслом сливочным	30/10			2,34	8,12	15,46	144,00		№1 Демк2010	
Итого:	400			11,34	16,65	39,89	384,92	0,89		
2-ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 об дошк 2016	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с яблоками	50			0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	№47 СБ шк 2017	
Суп из свинной с жареными грибами, со сметаной	180/10/7			2,82	6,36	8,37	108,13	8,43	ГТК 535 23,12,2020	

	цукерки - бройлерские		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						
	капусты цветная с/м		27,80	25,00						
	кукуруза з/с		16,70	10,00						
	морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,32	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			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 СБ дошк 2016
	рыба (интернет с/м БГ)		87,00	64,00						
	масло отварной рыбы			50,00						
Соус молочный			18,00	18,00						№371 СБ дошк 2016
	Молоко		3,00	3						
	Молоко створоженное		3,00	3						
	вода		3,50	3,50						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масло соуса молочного			24,00						
	Яйцо		10,50	8,75						
	масло полуфабрикат			30,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной с маслом сливочным		1300			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 об шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		2,60	2,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из яблок		180			0,12	0,12	17,91	73,20	1,20	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		34,0	30,0						
	вода		183,0	183,0						
	сахар		10,0	10,0						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Делов + 2012
Итого:		675			17,62	17,06	50,61	433,13	26,16	
	ПОЛУФАРИШ									
Молоко кипяченое (молочко)	молоко	180	189,00	180,00	5,68	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия	вафли	30	30,00	30,00	1,18	9,18	18,76	162,60		табл 10 стр 202, Делов +, 2012
Итого:		210			6,86	14,06	27,83	264,60	2,46	
	УЖИЖИ									
Икра морковная		50			1,10	2,30	5,43	46,84	2,60	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						
Заправка картофеля с маслом растительным соусом		20000			15,58	13,38	33,89	318,48	4,76	№308 СБ дошк 2016
	говядина БК (доплатное мясо)		52,20	50,00						
	или фарш говяжий		50,00	50,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	масло готового мясного фарша			40,00						
	Картофель		255,00	191,25/185						
	масса отварного протертого картофеля			180						
	Лук репчатый		16,70	14,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	масса припущенного лука			10,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		2,00	2,00						

	сухой шпоро-чаше		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			235,00						
	весов. готовой заготовки			260,00						
	Соус сметанный			30,00						
	Сметана		7,50	7,50						
	Мука пшеничная		2,00	2,00						
	вода		21,50	22,50						
Чай с сахаром и лимоник		180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Демс2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		10,00	10,00						
	лимоник		8,00	7,00						
	Вода		180,00	181,00						
Обед пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	табл 6 стр 134, Демс + 2012
Итого:		492			17,54	15,82	56,90	441,57	7,36	
ВСЕГО:		1977,00			54,56	63,89	195,43	1609,56	40,87	

День 6 -ый		2 недели		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол-во	Кол-во	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
		(в гр)	(в гр)						
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная	200			5,92	3,60	42,82	228,00	0,96	ТТК №1Д
		25	25						
		100	100						
		76	76						
		5	5						
		1	1						
Масло сливочное порционное	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
		5	5						
Чай с молоком, сахаром	180/10			2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		10	10						
		92	90						
		90	90						
Булочка с маслом сливочным	50/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Демс2010
		30	30						
		5	5						
Итого:	430			10,93	14,06	72,60	461,00	2,16	
2-ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие									
(абрикос, ябло, апельсин, манго, банан, слив, земляника)	100	114	100	0,46	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 сб дошк 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из соевых огурцов с луком	50			0,43	2,55	1,30	29,90	2,78	№20 СБ дошк 2016
		50,75	44,5						
			40,5						
		5,4	4,5						
		1,50	1,50						
Суп картофельный с вермишелью из курицы бульон	200			2,15	2,37	13,71	83,8	6,6	№88 СБ дошк 2016
		8	8						
		60	60						
		10	8						
		10	8						
		2	2						
		140	140						
		2,3	1,5						
Жаркое из птицы по-домашнему	190			14,55	9,87	18,20	219,33		ТТК №580/а от 24.06.2020
		104,50	90,00						
			50,00						
		175,00	121,00						
		10,00	10,00						
		3,00	5,40						
		4,00	4,00						

	соль йодированная		0,85	0,85							
	вода питьевая		25,00	25,00							
	масло токовых оливок			120,00							
Напиток из апельсинов		180			0,41	0,09	30,6	125			№392, СБ допк 2016
	апельсин		40,23	27,00							
	сахарный песок		18,00	18,00							
	цедра		4,50	4,50							
	вода		145,00	145,00							
Хлеб ржаной		45	45	45	2,98	0,54	17,82	89,1			табл 6 стр 144, Делн + 2012
Итого:		665			20,82	15,32	81,62	546,87	9,38		
ПОЛДЕННИК											
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54		№420 СБ допк 2016
(кефир, ряженка, йогурт, йогурт)	кисломолочный напиток		180	180							
Пирожки печеный с повидлом		40			2,14	1,95	17,86	100,00	0,64		№437 СБ допк 2016
	Мука пшеничная		20,00	20,00							
	мука пшеничная высшего сорта		0,28	0,28							
	Масло сливочное		0,90	0,90							
	сахар		1,05	1,05							
	Яйцо		1,20	1,00							
	соль йодированная		0,10	0,10							
	дрожжи сухие		0,15	0,25							
	Вода		8,05	8,05							
	масло раст.			31,20							
	повидло фруктовое		18,40	18,00							
	Масло растительное		0,13	0,13							
	Яйцо		0,95	0,89							
Итого:		220			7,44	6,45	25,42	192,00	1,18		
УЖИН											
Запеканка из отварной говядины		45/45			13,86	11,81	30,23	283,30	4,67		№308 СБ допк 2016
	говядина (допк 16 Б/в)		72,00	72,00							
	соль йодированная		0,65	0,65							
	масло отварного мяса			45,00							
	соус сметанный с луком			45,00							
	сметана		10,00	10							
	мука пшеничная		3,00	3							
	вода		30,00	30,00							
	масло белое соус			30,00							
	соль йодированная		0,36	0,36							
	Лук репчатый		10,44	9,80							
	Масло сливочное		0,90	0,90							
	масло соус сметанный с луком			45,00							
Макaronные изделия (спагетти) отварные с соусом		130/5			5,02	3,89	27,04	154,23			№219 СБ допк 2016
	макаронные изделия (спагетти)		43,50	45,50							
	вода		275,00	273,00							
	соль йодированная		1,30	1,30							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из шиповника растворимого		180/10			0,41	0,25	18,67	79	89,29		№ 417 Делн 2016
	Шиповник растворимый		1,35	1,35							
	сахар		20	20							
	Вода питьевая		140	140							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,38	0,24	14,76	70,50	0,00		табл 6 стр 134, Делн + 2012
Итого:		443			14,83	12,38	63,66	432,80	93,96		
ВСЕГО:		1888			56,96	43,55	253,1	1676,67	116,68		

День 7-ой

Наименование блюда и продукта	Масса порция	Кал - во (в тр)	Мол - во (в тр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Выпалки С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каши пшеница молочно	200			4,56	1,27	26,26	134,66		ТТК № 6Ц
	крупа пшеница	25,00	95,00						
	Молоко	100,00	100,00						
	Вода	25,00	75,00						
	Сахар	5,00	5,00						
	соль йодированная	1,00	1,00						

Масло сливочное топленое		5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное			5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком		180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дел2010
Кофейный напиток			2,50	2,50						
Сахар			10,00	10,00						
Молоко			90,00	90,00						
Вода			108,00	108,00						
Булочки с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк2016
Батон паровой			30,00	30,00						
Сыр			10,20	10,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		430			10,04	15,30	36,09	415,06	0,60	
2-ой ЗАВТРАК										
Смузи-смузи (яблоко, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	167	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	№ 386 СБ дошк 2016
Итого:		100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из свежей огуречной закуской		30			0,45	2,42	3,04	35,67		№49 СБ дошк 2016
огурцы маринованные			1,00	1,00						
картофель			25,52	26,70						
лук репчатый			8,51	7,09						
огурцы свежие			15,17	8,34						
масло растительное			2,50	2,50						
соль поваренная			0,50	0,50						
Суп картофельный с мясом птицы		180/10			4,21	4,12	13,53	117,40	9,84	№83 сб дошк 2016г
Картофель			106,6	80						
Морковь			10	8						
Лук репчатый			9,6	8						
Масло растительное			2	2						
соль поваренная			0,2	0,2						
Вода			136	130						
цыплята - бройлеры/кг			29,3	26,2						
масса старой мякоти птицы				10,00						
Блюдо из рубленой рыбы		30			11,90	7,00	3,98	126,50		ТТК №3
рыба (минтай 5м БД)			81,00	60,00						
или филе рыбный			60,00	60,00						
крупа манная			2,00	2,00						
лук			14,40	12,00						
лук репчатый			17,90	15,00						
вода			6,00	6,00						
соль поваренная			0,80	0,80						
свар			0,20	0,20						
судак филе замороженное			6,00	6,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
Масло подсолнечное				93,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным		150/3			6,89	3,50	30,66	181,87	0,52	№180, сб дошк2016
крупа гречневая			54,70	54,70						
вода питьевая			32,00	32,00						
соль поваренная			0,33	0,33						
масло сливочное				115,00						
морковь			32,00	17,05						
лук репчатый			2,60	1,76						
масло сливочное с овощами				130,00						
масло сливочное			3,00	3,00						
Наличник из красной смородины замороженной		180			0,18	0,10	19,3	80		Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
смородина красная замороженная			12,00	12,00						
сахарный песок			15,00	15,00						
вода			143,00	143,00						
Хлеб белый		45	45,00	45,00	2,08	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дел + 2012
Итого:		671			26,35	17,68	88,33	630,54	10,36	0,00
ПОЛДНИК										
Вареники Французский		150			10,90	10,38	23,65	231,62		№248, Партнер Уфа

	Мука пшеничная		53,5	53,5						
	Сахарный песок		17,15	17,15						
	Масло сливочное		21,4	21,4						
	Творог		48,05	47,13						
	Сахарный песок		17,07	17,07						
	Яйцо куриное		12,56	10,8						
Хлебобулочный напиток (бездрожжевой, с сахаром, с ароматизатором)		180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016
	напиток молочный напиток овсяр		180,00	180,00						
			5,00	5,00						
Итого:		335			16,12	14,48	33,84	341,57	1,26	
УЖИНОК										
Коллеты рубленные и голланды		80			1,82	8,80	11,64	173,00		СБ дошк ольк №299, 2016
	говядина блк (клетчатое мясо)		58,5	58,0						
	инт фарш говяжий		55,0	56,0						
	лук репчатый		15,7	14,0						
	Хлеб пшеничный		13,0	13,0						
	Вода		11,0	11,0						
	фасоль пшеничная		4,5	4,5						
	соль йодированная		0,7	0,7						
	масло подсолнечное			99,0						
	Масло растительное		1,0	0,0						
Рагу овощной		150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,об дошк 2016
	картофель		94,5	70,0						
	морковь		30,0	24,0						
	масло подсолнечное			22,0						
	Лук репчатый		24,0	20,0						
	масло приправленное			25,0						
	капуста свежая		21,0	17,0						
	масло приправленной капусты			25,0						
	соль йодированная		0,8	0,8						
	Масло растительное		5,0	0,0						
	соевое									№366 ,об дошк 2016
	вода		40,0	40,00						
	Масло сливочное		1,8	1,8						
	Мука пшеничная		1,6	1,6						
	Морковь		3,0	2,4						
	Лук репчатый		1,8	1,0						
	томатная паста		2,40	2,40						
	Масло сливочное		0,6	0,6						
	сахар		0,4	0,4						
	соль йодированная		0,4	0,4						
	масло соевое			40,00						
	масло рагу			150,0						
Чай с сахаром в пакетиках		180/125			0,18	0,04	13,28	52,67		№ 393 Деш2010
	чай ароматный		0,45	0,45						
	Сахар		10,00	10,00						
	япон		5,00	5,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30								табл 6 стр 134, Деш + 2012
Итого:		455	30	30	2,23	0,24	14,76	70,50	0,00	
ВСЕГО:		698			14,38	9,08	39,68	296,17	0,00	
					71,594	37,438	240,94	1779,34	22,02	

Дать В - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кал - на (кВтр)		Штатные единицы			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная	200			3,15	0,27	21,39	100,00		ТТК №4Д
Масло сливочное порционное	5			0,08	0,02	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Каша с молоком	180			3,67	0,18	18,83	107,00	0,00	№397 Деш2010

	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		10,00	10,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Вутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5			5,59	8,00	-15,40	156,40	0,21	№3 сб допк 2016
	Биток нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		430			12,85	15,00	52,68	396,40	0,40	
3-ий ЗАВТРАК										
Сок (или компот) в аэроупаковке		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб допк 2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД										
Витербо с овощными супчиками		30			0,82	3,71	5,06	56,90		№46, сб допк 2016
	Картофель		20,64	15,00						
	Сысла		15,30	12,00						
	Морковь		11,40	9,00						
	Отурки соевые		21,84	12,00						
	Масло растительное		3,60	3,00						
	Лук репчатый		10,71	9,00						
Пш. со сальной закуской и картофелем на курдюке Бульон овощной Фрикадельки мясо сметаной		180/10/7			3,48	5,97	7,12	96,20	14,90	№73,128, сб допк 2016
	Картофель		50,00	40,00						
	Картофель		31,92	24,00						
	Морковь		12,30	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		1,30	1,30						
	Бульон		140,00	140,00						
	говядина 6/4 (холодное мясо)		11,90	11,40						
	лиш. жирн. говяжий		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	вода		1,00	1,00						
	яйцо		0,96	0,90						
	соль иодированная		0,90	0,90						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
	масса говяжьих фрикаделек			19,30						
Сметана		7,00	7,00							
Телятн. курдюк с рисом в сметанно-томатном соусе		70/7/0			9,09	8,06	10,07	157,66	0,31	ТТК 698 от 09.04.2021
	картофель - бройлерный/см		48,70	44,50						
	лиш. жирн. курдюк		46,00	44,00						
	вода		7,00	7,00						
	рис		6,20	6,20						
	масса отварного рассыпчатого риса			17,50						
	Лук репчатый		35,60	33,00						
	Масло растительное		2,50	2,50						
	масса припущенного лука			10,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	мука пшеничная		4,50	4,50						
	масса полуфабриката соус сметанно-томатный			84,00						
	сметана		7,50	7,50						
	мука пшеничная		2,25	2,25						
	вода		22,50	22,50						
	томатная паста		1,20	1,20						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/5			5,01	2,89	27,04	154,25		№219, сб допк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		1,50	1,50						
	Вода		275,00	275,00						
Компот из яблок		180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ допк 2016
	яблоко		18,00	18,00						
	масса очищенных сухофруктов			20,50						
	Вода		180,00	183,00						
	сахар		10,0	10,0						

		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10	табл 6 стр 144,Далн + 2012	
Итого:		715			21,78	22,09	92,11	655,78	15,57	
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ долж 2016
Слойка сладкая		50			4,45	4,95	28,50	176,37	0,17	стр 150 СБКаваль 1997
	мука пшеничная		81,00	81,00						
	мука пшеничная на выпечку		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 йодированная		0,40	0,40						
	масло топлен.			30,00						
	просейふる									
	сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масло подсолнечное			37,50						
	яйцо для смазки изделий		0,90	0,75						
	масло растительное для смазки изделий		0,13	0,11						
Итого:		230			9,93	9,83	37,57	278,37	2,43	
УЖИН										
Омлет с сыром		10/150			17,28	21,13	2,43	287,50	0,33	№230 сб долж2016
	Яйцо		125,00	105,00						
	Молоко		40,00	40,00						
	масло омлетной смеси			145,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масло топленое омлет			150,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/107			0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Далн2010
	чай зеленый		0,45	0,45						
	Сахар		10,00	10,00						
	лимон		5,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,50	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Далн + 2012
Итого:		373			19,90	23,35	25,03	387,25	0,33	
ВСЕГО:		1947			64,48	70,35	227,59	1803,14	23,13	

День 9-ый

Наименование блюда и продукты	Масса порции	Кол-во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур	
		шт	г	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная	280			5,44	0,55	33,66	108,00		ТТК № 9Д	
			25,00	25,00						
			100,00	100,00						
			76,00	76,00						
			5,00	5,00						
			2,60	1,60						
Масло сливочное порционное	5			0,09	3,62	0,07	33,00		№6 сб долж 2016	
			5,00	5,00						
Чай зеленый, сахаром	180/10			2,60	2,39	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб долж 2016	
			0,45	0,45						
			10	10						
			92	90						
			90	90						
Булочка с маком сливочная	30/5			2,38	4,50	15,40	111,00		№1 Далн2010	
			30,00	30,00						
			5,00	5,00						
Итого:	430			10,45	11,01	63,44	341,00	1,20		
2-ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие	100		114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 СБ

(включая прикаты, или блины, или мадари)

Итого:		100		0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	дошк 2016
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью		50		0,70	2,56	4,51	43,70	16,23	№21 СБ шк 2016
	капуста свежая		35,50						
	Масса пропеченной капусты								
	морковь		6,25						
	масло растительное		2,50						
	сахарный песок		2,50						
	соль иодированная		0,50						
Расходные материалы на кухне		130/7		4,73	9,88	12,59	156,35	5,32	№22 обложк 2016
	Картофель		79,80						
	Крупа перловая		8,00						
	Морковь		10,00						
	Лук репчатый		4,76						
	Масло растительное		3,00						
	огурцы соленые		21,84						
	соль иодированная		1,00						
	Бульон		132,00						
	Сметана		7,00						
Супы из отварной говядины		43/48		11,57	9,30	2,97	141,75	0,45	№23 СБ дошк 2016
	говядина (отварная бл)		71,00						
	Масса отварного мяса								
	Вода		33,3						
	Морковь		19,8						
	Лук репчатый		9,37						
	Мука пшеничная		2,3						
	Масло растительное		3,0						
	соль иодированная		0,8						
	Масса супа								
Пюре Картофельное		180		2,80	4,48	19,07	128,10	0,33	
	Картофель		150,00						
	Молоко		22,12						
	Масло сливочное		5,00						
	Соль иодированная		0,52						
Компот из свежих замороженных фруктов		180		0,40	0,62	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016
	фрукты свежих замороженные		20,00						
	Вода		161,00						
	сахар		10,0						
Хлеб ржаной		45		2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Делн + 2012
Итого:		692		23,24	26,56	81,96	660,70	22,59	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, сметан, напиток из кефира/ряженки)		180		2,61	2,25	9,9	62,1	1,44	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		180,00						
Кондитерские изделия		30		2,26	2,94	22,32	125,10		табл 6 стр 136, Делн + 2012
	печенье		30,00						
Итого:		210		4,87	5,19	32,22	187,20	1,44	
УЖИН									
Запеканка рисовая с творогом		150/25		16,50	9,60	63,74	385,00	1,02	№203 СБ дошк 2016
	крупа рисовая		37,00						
	вода		75,00						
	соль иодированная		0,25						
	творог		45,25						
	яйца		6,00						
	сахар		6,00						
	масло сливочное		4,00						
	сахар пшеничный		4,00						
	сметана		4,00						
	масса пшеничная						170,00		
	молоко сухое		25,00						
Чай с сахаром		180/10		0,16	0,62	10,00	40,00		№ 392 Делн 2010
	чай зеленый		0,45						
	сахар		10,00						
	Вода		180,00						

Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	134, Дели + 2012
Итого:	300			12,90	9,82	86,04	483,75	1,02	
ВСЕГО:	1822			51,86	52,98	273,46	1716,65	36,25	

День 10-ый

Наименование блюда/продукта	Масса порции	Кол-во (гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		Брутто	Чистое	Белки	Жиры	Угле-лы			
ЗАВТРАК									
Молоко Пастеризованное	200			3,75	1,87	18,97	108,00		ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		25,00	25,00						
Молоко		176,00	176,00						
Сахар		5,00	5,00						
соль поваренная		1,00	1,00						
Масло сливочное	5			0,06	3,62	0,07	33,00		№6 сб допк 2016
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Булочки с сахаром, маслом сливочным	30/105			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб допк2016
Булочка парная		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	430			12,23	15,90	48,80	388,40	0,40	
2-ой ЗАВТРАК									
Сок (для нектар) пастеризованный	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб допк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из кукурузы №2	50			1,44	3,09	4,02	49,65		№12 СБ допк 2016
кукуруза №2		77,65	46,30						
сметанный соус		1,00	1,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Суп-пюре картофельный с куриным бульоном и мясными фрикадельками	180/10			4,39	6,29	9,33	118,80	0,64	№94 сб допк2016
говядина б/х (железное мясо)		11,90	11,40						
мясо фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,18	1,00						
яйца		0,96	0,30						
вода		1,00	1,00						
соль поваренная		0,10	0,10						
Мука пшеничная		15,00	15,00						
Яйцо		4,80	4,00						
вода		2,80	2,80						
соль поваренная		0,20	0,20						
Масло сливочное			16,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,82	8,00						
Масло растительное со		4,00	4,00						
Бульон		170,00	170,00						
соль поваренная		3,00	1,00						
Вяленое "Домашнее"	70			13,18	6,10	4,95	134,75	0,07	Акк проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлерские		85,25	55,13						
мясо фарш куриный		55,13	55,13						
морковь		16,4	13,18						
Лук репчатый		12,6	10,5						
соль поваренная		0,57	0,57						
яйца		0,94	0,7						
Мука пшеничная		5,25	5,25						
масло растительное		2,6	2,6						
Рыбу из свежей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,сб допк 2016
картофель		94,50	70,00						
морковь		30,00	24,00						

	масса припущенного лука			16,00						
	капусты свежей	21,00		17,00						
	масса припущенной капусты			15,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						№266, об допк 2016
	ооус:									
	вода		40,00	40,00						
	Молоко сливочное		1,30	1,30						
	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		0,50	0,50						
	сахар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло соевое			16,00						
	масло рагу			10,00						
Жиры:		180					18,00	72,00		№ 648, об шк2004
	Итого:		210,00	210,00						
	Соев.		9,00	9,00						
	вод.		180,00	180,00						
Хлеб (шпатель)		45	45,00	45,00	2,58	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Делн + 2012
Итого:		685			26,24	23,60	68,50	597,30	9,39	
КОЛДЧЕК										
Колд.персона кормит	вафли	30	30,00	30,00	1,18	9,18	18,76	162,60		табл 10 стр 202, Делн + 2012
Масло топленое (молоко)	молоко	180	180,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,45	№419 СБ допк 2016
Итого:		210			6,66	14,06	27,83	264,60	2,45	
УЖИН										
Тарелки рабины в сметанном соусе		40,00			7,58	6,98	5,94	132,39	0,91	№261/а СБ допк 2011
	раба (онлайн с/м БУ) или фарш рабиной		40,50	40,50						
	Хлеб пшеничный		6,00	6,00						
	вода		6,00	6,00						
	яйцо		5,70	5,25						
	Лук репчатый		10,80	9,00						
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	соль йодированная		0,38	0,38						
	Масса полуфабриката			70,50						
	Масло растительное		3,00	2,04						
	ооус:									
	сметана		5,00	5,00						
	вода		15,00	15,00						
	Мука пшеничная		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,13	0,13						
	масло соевое			20,00						
Хлеб. гречишный из смеси муки с/мочной		150,0			4,02	3,25	18,14	117,73		№182, об допк 2016
	Крути гречишная		32,50	51,50						
	Вода		104,50	104,00						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Напиток из шиповника растворимого		103,00			0,51	0,25	18,67	79,00	89,29	№ 417 Делн2016
	Шиповник растворимый		1,35	1,35						
	сахар		10,00	10,00						
	Вода питьевая		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Делн + 2012
Итого:		423			13,73	10,59	56,59	376,12	90,20	
ВСЕГО:		1948			59,80	63,95	221,92	1711,76	106,45	
ИТОГО за 10 дней		19125,00			613,29	584,51	2372,85	17224,09	518,66	

Примечание:

1. Предусмотрены среднесуточные нормы потребления СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ

2. При отсутствии каких-либо продуктов, а также обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешено заменять на равнозначные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)

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

- 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Туганов В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для приготовления общественного питания при общеобразовательных учреждениях, Туганов В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица энергетического состава и калорийности российских продуктов питания Туганов В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Сборник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2008
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Туганов В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
- свиное сало без костей 100г/шт. (определенная потребована)
 - рыба морская крупная или средняя потребована 50г головы
 - иуда куриная расфасованная условно при массе брутто 40г - массой нетто 40г
 - картофель расфасован по количеству продуктов с1.00(10% отходов) морская, свекла расфасована с 1.09 (20% отходов)
 - молоко топленое с массовой долей жира 72,5%
 - яйца куриные в банках 50г утка, с массовой жирной
 - сырники с массовой долей жира 13%
 - пшеничные изделия продукты, молоко с массовой жирной жира 2,9%