



Согласовано
Руководитель дошкольной 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	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	Крупа геркулесовая	180/3	22,50	22,50	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
	Молоко		158,00	158,00						
Кофейный напиток с молоком	Сахар	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Сахар	30/5/5	6,00	6,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			13,90	16,31	59,64	442,06	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Икра кабачковая	икра кабачковая	50	51,00	50,00	0,45	2,35	2,97	34,80		№54 дошк. СБ 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	картофель	180	79,80	60,00	3,10	3,44	13,53	107,24	4,14	№91сб дошк 2016
	Морковь		9,00	7,20						
	Лук репчатый		8,60	7,20						
	Масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	бульон		135,00	135,00						
	клецки:			18,00						
	мука пшеничная		5,50	5,50						
	Масло сливочное		0,60	0,60						
	яйцо		1,92	1,60						
	вода		8,80	8,80						
	соль йодированная		0,16	0,16						
	масса теста			16,20						
	масса готовых клецек			18,00						
Плов из отварной птицы	цыплята-бройлеры с/м	200	78,00	73,60	11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сб дошк 2016
	масса отварной птицы			32,00						
	масло сливочное		8,00	8,00						
	Лук репчатый		11,90	10,00						
	Морковь		16,25	13,00						
	Крупа рисовая		55,00	55,00						
	вода		86,00	86,00						
	соль иодированная		0,80	0,80						
	масса гарнира			168,00						
	сухофрукты		180	15,30						
Сахар		6,00	6,00							
вода		183,00	183,00							
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	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:		690			20,97	17,63	100,17	667,55	4,97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Кондитерское изделие										
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ)	60/20	68,34	50,25	11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016
	масса отварной рыбы			39,75						
	Хлеб пшеничный		8,25	8,25						
	яйцо		6,30	5,25						
	молоко		12,00	12,00						
	масло сливочное		2,25	2,25						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса пудинга			60,00						
	Соус молочный									
	молоко		10,00	10,00						
	масло сливочное		1,10	1,10						
	Мука пшеничная		1,10	1,10						
	Вода		10,00	10,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20,00						
	Пюре Картофельное		Картофель	140						
Молоко		22,12	21,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
соль иодированная		0,52	0,52							
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							
Хлеб пшеничный	35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Итого:	641			24,27	15,15	70,62	516,36	17,99		
ВСЕГО:	1840			59,54	49,49	240,23	1672,96	35,06		

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур								
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С									
ЗАВТРАК																		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	Крупа пшеничная	180/3	22,50	22,50	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д								
	Молоко		90,00	90,00														
	Вода		68,00	68,00														
	Сахар		2,50	2,50														
	соль иодированная		0,50	0,50														
Какао с молоком	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	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	Батон нарезной	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
	Масло сливочное		5,00	5,00														
Итого:		404			13,69	13,29	66,17	443,62	2,29									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Сок в индивидуальной упаковке		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	морковь	60	72,00	57,60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб шк 2017								
	сахар	3,00	3,00															
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной	Капуста свежая	180/7	20,00	16,00	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016								
	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 иодированная		0,70	0,70														
	Бульон		140,00	140,00														
	Сметана		7,00	7,00														
	Гуляш из отварной говядины		говядина лопатка б/к	40/40							64,00	64,00	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептур 2017
			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	гречневая крупа	130/3	61,90	61,90	7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016								
	вода питьевая		92,30	92,30														
	соль йодированная		0,40	0,40														
	масло сливочное		3,00	3,00														
	Компот из свежих яблок		яблоки свежие	180							34,00	30,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
сахар	6,00	6,00																
вода	183,00	183,00																
Хлеб пшеничный		35	35,00		35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012								
Итого:		720			27,27	23,20	112,01	773,99	12,14									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016								
	Королевская ватрушка	150									18,44	10,96	58,36	404,00	ТТК			
	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																
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016								
	Сахар		6,00	6,00														
	лимон		8,00	7,00														
	Вода		180,00	180,00														
	Итого:		523									23,79	15,49	72,15	522,48	3,28		
ВСЕГО:		1847			65,75	51,98	270,53	1824,89	21,71									

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов								
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-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 пшеничная		10,00	10,00														
	Молоко		90,00	90,00														
	Вода		68,00	68,00														
	Сахар		2,50	2,50														
Чай с молоком, сахаром	соль иодированная	0,50	0,50	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016									
	Масло сливочное	3,00	3,00															
	чай весовой	0,45	0,45															
	Сахар	6,00	6,00															
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Молоко	92,00	90,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016									
	Вода	90,00	90,00															
	Батон нарезной	30,00	30,00															
	Сыр	5,10	5,00															
	Масло сливочное	5,00	5,00															
Итого:		409			12,68	13,77	56,01	419,33	1,45									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	2012								
Итого:		100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00									
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 иодированная		0,60	0,60														
	сахарный песок		3,00	3,00														
Суп картофельный с рыбами фрикадельками	масло растительное	3,00	3,00	5,04	2,74	12,43	104,08	8,97	№106,107 сб шк 2017									
	картофель	95,76	72,00															
	морковь	9,00	7,20															
	лук репчатый	8,60	7,20															
	томатная паста	0,72	0,72															
	масло растительное	1,80	1,80															
	Бульон	126,00	126,00															
	соль иодированная	0,60	0,60															
	фрикадельки рыбные:		20															
	минтай ГИГ с/м	25,80	18,80															
	или фарш рыбный	19,00	18,80															
	яйцо куриное	2,88	2,40															
	лук репчатый	3,60	3,00															
	соль иодированная	0,24	0,24															
	вода питьевая	3,00	3,00															
	масса полуфабриката фрикаделек		25,00															
	масса готовых фрикаделек		20,00															
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569								
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9	55,13														
	морковь		57,89	55,13														
	Лук репчатый		16,53	13,12														
	Масло растительное		18	15														
	масса припущенного лука		1,5	1,5														
	соль иодированная			8														
	яйцо		0,57	0,57														
	Мука пшеничная		0,84	0,7														
	масса полуфабриката		5,25	5,25														
	масло растительное			82,6														
			2,6	2,6														
	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 пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	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:		718			26,86	20,85	104,53	711,99	29,50									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016								
Кондитерское изделие Омлет натуральный	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012								
		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														
Хлеб пшеничный	соль иодированная		0,40	0,40	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012								
	масса готового омлета		150,00															
		30	30,00	30,00														
	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		180,00	180,00														
Итого:		566			22,80	35,92	44,14	592,04	44,65									

ВСЕГО:		1793			63,84	71,04	225,68	1819,36	85,60									
День 4 - ый																		
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов								
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С									
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															
Кофейный напиток с молоком	180/6	соль иодированная	0,50	0,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016								
		Масло сливочное	3,00	3,00														
		Кофейный напиток	2,50	2,50														
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Сахар	6,00	6,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
		Молоко	90,00	90,00														
		Вода	108,00	108,00														
	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 в индивидуальном пакете	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	свекла	61,50	48,00	0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016								
		яблоки	11,40	10,00														
		масло растительное	3,00	3,00														
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки	180	крупка пшенная	11,00	11,00	1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016								
		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														
		Индейка тушеная с овощами по-татарски	40/30	индейка филе							56,00	56,00	10,76	10,11	4,01	150,93	5,03	ТТК №753 от 20.08.2022
				соль иодированная							0,40	0,40						
				масса отварного филе индейки							40,00	40,00						
лук репчатый	26,40			22,00														
Пюре Картофельное	140	морковь	12,50	12,00	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016								
		Масло сливочное	2,50	2,50														
		бульон	10,00	10,00														
		Картофель	159,60	119,70														
		Молоко	22,12	21,00														
		Масло сливочное	5,00	5,00														
Компот из урюка	180	соль иодированная	0,52	0,52	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016								
		урюк	18,40	18,00														
		Сахар	6,00	6,00														
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:		700			20,96	20,40	82,41	602,93	30,37									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	180				5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016								
	кисломолочный напиток	185,00	180,00															
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	Творог	121,55	119,20	24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 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														
		молоко сгущенное	20,40	20,00														
		Чай с сахаром	180/6	чай весовой							0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дели 2010
сахар	6,00			6,00														
Вода	180,00			180,00														
Итого:		516			29,48	24,58	46,36	524,30	1,11									
ВСЕГО:		1820			62,63	57,44	204,85	1613,09	36,65									

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша жидкая 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 без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	чай весовой		0,45	0,45						

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	вода питьевая		180,00	180,00						
	мarmелад		30,00	30,00						
	Батон нарезной	30/5/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		418			11,84	13,18	70,91	450,97	1,58	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб шк 2017
	морковь		72,00	57,60						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	сахар		3,00	3,00						
	Картофель	180/10	53,20	40,00	5,95	4,97	11,98	126,35	4,24	№87, 128 сб дошк 2016
	Горох		16,20	16,00						
	Морковь		12,80	10,00						
	Лук репчатый		9,60	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Бульон		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 дошк. №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 йодированная		0,70	0,70						
	Мука пшеничная в/с		4,80	4,80						
	масса полуфабриката			84,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Рагу 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 припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		41,00	32,75						
	масса припущенной капусты			30,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	сочет:									
	вода		40,00	40,00						№366, сб дошк 2016
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Мука пшеничная		1,80	1,80						
	Морковь		3,00	2,40						
	Лук репчатый		1,44	1,20						
	томатная паста		2,40	2,40						
	Масло сливочное		0,60	0,60						
	сахар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса соуса			40,00						
	масса рагу			150,00						
Компот из 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	14,76	70,50	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:		725			22,78	28,91	80,63	689,19	32,45	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Рыба, тушеная с овощами		50/25			9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школы. 2017
	минтай ПБГ		86,30	63,00						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	морковь		12,50	10,00						
	томатная паста		2,00	2,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	соль		0,20	0,20						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, дели +, 2012

Чай с сахаром и лимоном	чай весовой Сахар лимон Вода	180/6/7	0,45 6,00 8,00 180,00	0,45 6,00 7,00 180,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
Итого:		630			22,70	15,44	78,67	552,19	7,03	
ВСЕГО:		1873			57,72	57,93	240,01	1739,35	51,06	

День 6 - ый

2 неделя

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным	Крупа манная Молоко Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/3	22,50	22,50	5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
			158,00	158,00						
			2,50	2,50						
			0,50	0,50						
			3,00	3,00						
Чай с молоком,сахаром	чай весовой Сахар Молоко Вода	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
			6,00	6,00						
			92,00	90,00						
			90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезной Масло сливочное	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
			5,00	5,00						
Итого:		404			10,77	12,20	55,05	373,74	2,43	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в индивидуальной упаковке		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	кукуруза к/с сахар Масло растительное	50	77,60	46,50	1,4415	3,09	4,0205	49,65	4,65	№10, сб дошк 2016
			1,00	1,00						
			3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной	Капуста свежая Картофель Морковь Лук репчатый Свекла Сахар Томат-паста Масло растительное соль иодированная Бульон Сметана	180/7	20,00	16,00	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
			21,28	16,00						
			12,50	10,00						
			9,52	8,00						
			41,00	32,00						
			0,20	0,20						
			2,00	2,00						
			4,00	4,00						
			0,70	0,70						
			140,00	140,00						
			7,00	7,00						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы	цыплята - бройлеры с/м масса готовой мякоти птицы картофель лук репчатый морковь Масло сливочное соль иодированная вода питьевая	200	107,30	101,20	15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
			44,00	44,00						
			193,00	145,10						
			15,00	12,50						
			7,90	6,30						
			5,10	5,10						
			0,80	0,80						
			25,10	25,10						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты Сахар вода	180	15,30	15,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
			6,00	6,00						
			183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		662			22,16	18,94	66,39	532,53	13,73	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			40,00	40,00						
Кондитерское изделие	печенье/ или крекер	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Омлет натуральный	яйцо молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета	150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
			114,00	95,00						
			60,00	60,00						
			2,50	2,50						
			0,40	0,40						
			150,00	150,00						
			25,00	25,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,31	58,81	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоком	чай весовой Сахар яблоки Вода	180/6/10	0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
			6,00	6,00						
			11,40	10,00						
			180,00	180,00						
Итого:		591			24,17	33,51	59,26	635,97	1,76	
ВСЕГО:		1857			58,10	64,65	200,90	1627,04	21,92	

День 7- ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			(в г) брутто	(в г) нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК № 12Д
	крупа рисовая		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						

Кофейный напиток с молоком	соль иодированная	180/6	0,50	0,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016	
	Масло сливочное		3,00	3,00							
	Кофейный напиток		2,50	2,50							
	Сахар		6,00	6,00							
Бутерброд с маслом сливочным	Молоко	30/5	90,00	90,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016	
	Вода		108,00	108,00							
	Батон нарезной		30,00	30,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		404			10,50	12,32	64,41	411,26	2,03		
2 - ой ЗАВТРАК											
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016	
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
ОБЕД											
Салат из квашенной капусты	капуста квашенная	50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017	
Суп картофельный с пшенной крупой, с куриными фрикадельками,	лук репчатый	180/10	57,90	40,00	2,84	3,21	9,52	81,94	6,15	№86 сб дошк 2016	
	масло растительное		6,00	5,00							
	сахар		2,50	2,50							
			2,50	2,50							
	крупка пшенная		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							
	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									
Биточки рубленые из рыбы	масса полуфабриката фрикаделек	80		14,30	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3	
	масса готовых фрикаделек		10,00								
	рыба (минтай с/м БГ)		82,20	60,00							
	или фарш рыбный		63,00	60,00							
	крупка манная		2,10	2,10							
	яйцо		1,44	1,20							
	Лук репчатый		18,00	15,00							
	вода		11,20	11,20							
	соль йодированная		0,65	0,65							
	сахар		0,16	0,16							
	сухари панировочные		8,00	8,00							
	Масло растительное		2,00	2,00							
	Масса полуфабриката			94,40							
	Картофель запеченный		картофель	140							270,00
масло растительное			5,00	5,00							
соль йодированная			0,35	0,35							
Булочка дорожная	Мука пшеничная	50	30,50	30,00	3,39	6,98	26,07	181,00		№453 сб дошк 2016	
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	Масло сливочное		6,50	6,50							
	соль йодированная		0,30	0,30							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	вода		15,30	15,30							
	масса полуфабриката			57,00							
	для крошки:										
	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							
Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	34,00	28,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017	
	сахар		6,00	6,00							
	вода		183,00	183,00							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		735			23,76	27,84	124,01	853,32	37,42		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016	
	Макаронные изделия отварные с сыром	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 йодированная	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 +, 2012	
	Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016	
шиповник			18,40	18,00							
сахар			6,00	6,00							
вода		180,00	180,00								
Итого:		546			18,49	13,88	50,30	400,28	90,72		
ВСЕГО:		1785			53,14	54,43	248,52	1711,86	140,17		

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса по рецепту	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
-------------------------------	-------------	---------------------	-------------------	-------------------	------------------	----------------------------	----------	------------------

		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
Какао с молоком	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
Итого:	404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в инд. упаковке	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	20,64 15,30 11,40 17,25 10,71 3,60	15,00 12,00 9,00 12,00 9,00 3,60	0,84	6,02	4,37	75,06		№46 сб дошк 2016
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	45,00 28,73 9,00 8,57 4,00 0,60 140,00 11,97 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 масса полуфабриката масса готовых фрикаделек Сметана	36,00 21,60 7,20 7,20 4,00 0,60 140,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30 10,00 7,00	3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
Тефтели мясные в томатном соусе	60/20	39,90 39,90 24,00 2,00 масса пассерованного лука репчатого хлеб пшеничный вода питьевая соль йодированная мука пшеничная в/с масса полуфабриката масло растительное масса готовых тефтелей соус томатный: вода питьевая масло сливочное мука пшеничная в/с морковь лук репчатый томатная паста масло растительное соль йодированная сахар масса готового соуса	38,00 38,00 20,00 2,00 10,00 8,00 12,00 0,60 4,00 72,00 2,00 60,00 20,00 0,90 0,90 1,50 0,72 1,25 0,30 0,20 0,20 20,00	7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошк. №303, 366, 2016
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130/3	61,90 92,30 0,40 3,00	61,90 92,30 0,40 3,00	7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016
Кисель	180	21,00 6,00 180,00	21,00 6,00 180,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	695			22,39	23,10	86,26	655,41	11,06	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	2,14	0,24	14,24	67,80	0,00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20	121,20 10,40 10,40 6,24 5,00 0,50 5,20	120,00 10,40 10,40 5,20 5,00 0,50 5,20	16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 СБ дошк 2016

Чай с сахаром	Сметана Повидло	180/6	5,20 20,40	5,20 20,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дели 2010
	чай весовой сахар Вода		0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00						
Итого:		536			24,13	20,27	66,89	544,10	0,91	
ВСЕГО:		1835			60,93	59,13	233,51	1725,47	18,26	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	крупя пшенная Молоко Вода Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
Чай с молоком,сахаром	чай весовой Сахар Молоко Вода	180/6	0,45 6,00 92,00 90,00	0,45 6,00 90,00 90,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
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	0,04	№3 сб дошк 2016
Итого:		409			11,81	13,56	50,89	388,77	1,42	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоко,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели -, 2012
Итого:		100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
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, с мясом птицы	цыплята-бройлеры потр с/м масса отварной мякоти птицы Мука пшеничная Яйцо вода соль иодированная Масса лапши Морковь Лук репчатый Масло растительное бульон соль иодированная	180/10	24,30 15,00 4,80 2,80 0,20 16,00 10,00 9,52 4,00 170,00 0,80	23,40 10,00 15,00 4,00 2,80 16,00 8,00 8,00 4,00 170,00 0,80	4,19	5,85	8,40	109,54	0,60	№94 сб дошк 2016
Рыба, тушенная с овощами	минтай ПБГ вода питьевая морковь томатная паста лук репчатый масло растительное соль	50/25	86,30 10,00 12,50 2,00 6,00 2,50 0,20	63,00 10,00 10,00 2,00 5,00 2,50 0,20	9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школы 2017
Пюре Картофельное	Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	140	159,60 22,12 5,00 0,52	119,70 21,00 5,00 0,52	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
Булочка сладкая	Мука пшеничная Мука пшеничная дрожжи сухие соль иодированная Сахар Масло сливочное Яйцо молоко масса теста Сахар Масло сливочное масса пш яйцо Масло растительное	50	31,00 1,00 0,40 0,40 1,00 2,50 3,00 12,50 5,00 2,50 0,90 0,13	31,00 1,00 0,40 0,40 1,00 2,50 2,50 12,50 5,00 2,50 0,75 0,13	4,22	4,81	25,22	151,00	0,00	Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань. 1997
Компот из урюка	урюк Сахар 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 ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		740			25,14	20,71	97,91	682,41	26,63	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Плов с сухофруктами	крупя рисовая вода питьевая соль йодированная масло сливочное	150	39,00 82,50 0,60 15,00	39,00 82,50 0,60 15,00	4,14	10,185	43,2	283,5	0,84	№195 СБ шк 2017

Хлеб пшеничный	курага		15,30	15,00						
Чай с сахаром и лимоном	морковь	30	37,50	30,00						
	изюм		7,70	7,50						
		180/6/7	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	чай весовой		0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дели 2010
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		553			11,77	14,96	71,76	472,55	4,21	
ВСЕГО:		1802			49,63	49,42	228,66	1586,73	92,26	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур								
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С									
ЗАВТРАК																		
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Крупа ячневая	180/3	22,50	22,50	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д								
	Молоко		90,00	90,00														
	Вода		68,00	68,00														
	Сахар		2,50	2,50														
	соль иодированная		0,50	0,50														
Чай с сахаром, с яблоком	Масло сливочное	180/6/10	3,00	3,00	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016								
	чай весовой		0,45	0,45														
	Сахар		6,00	6,00														
Бутерброд с маслом сливочным	яблоки	30/5	11,40	10,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
	Вода		180,00	180,00														
	Батон нарезной		30,00	30,00														
	Масло сливочное		5,00	5,00														
Итого:		404			8,44	10,10	52,52	355,18	1,03									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Сок в инд. упаковке		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	зеленый горошек к/с	50	80,16	48,00	1,49	2,59	3,13	41,80		№10 СБ дошколь. 2016								
	масло растительное		2,50	2,50														
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с говядиной	говядина (лопатка б/к)	180/10	16,00	16,00	4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016								
	масса отварной говядины			10,00														
	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 иодированная		0,60	0,60														
	бульон		120,00	120,00														
	Капуста тушеная с мясом		капуста свежая	185							165,60	132,00	8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022
			вода питьевая								30,00	30,00						
			масса тушеной капусты									120,00						
			лук репчатый								13,20	11,00						
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															
вода питьевая		18,00	18,00															
масло сливочное		0,840	0,840															
мука пшеничная в/с		0,840	0,840															
морковь		1,500	1,20															
лук репчатый		0,43	0,36															
томатная паста		1,08	1,08															
Компот из свежих фруктов		масло растительное	180		0,24	0,24	0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК						
	соль иодированная	0,18		0,18														
	сахар	0,18		0,18														
	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			45	45,00	45,00							2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		650			17,46	16,44	55,08	452,13	39,01									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																		
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016								
	Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012							
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	14,77	70,57	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 питьевая		180,00	180,00					
Итого:		638			24,12	31,47	57,54	609,71	45,46
ВСЕГО:		1 892			51,02	58,00	185,34	1501,82	89,50
ИТОГО за 10 дней		18344			582,30	573,51	2278,24	16822,58	592,19
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		1834			58,23	57,35	227,82	1682,26	59,22

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН I применены с учетом пребывания детей в ДООУ
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 (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могилянский М.П. Москва Дели принт 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. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептур на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могилянский М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина I категории упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная;
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы;
 - яйца куриные - рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г;
 - картофель - рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отхода) моркови, свекла - рассчитаны с 1.09 (20% отхода)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%