



Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 12 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
Крупа рисовая		10,00	10,00						
Крупа пшеничная		7,50	7,50						
Молоко		75,00	75,00						
Вода		48,00	48,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	364			9,60	13,02	46,65	345,81	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, йогурт)	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
сахар		2,00	2,00						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД Салат из припущенной моркови с яблоками	40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 дошк. Сб 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоки		11,40	10,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,19	№88 Сб дошк 2016
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Картофель		59,90	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
вермишель		6,00	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Котлеты рубленые из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76		Сб дошкольн. №299, 2016
говядина (котлетное мясо)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		36,57	35,00						
Лук репчатый		10,40	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
вода питьевая		10,00	10,00						
сухари панировочные		2,80	2,80						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			62,00						
масло растительное		0,60	0,60						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2			3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая		47,60	47,60						
вода питьевая		71,00	71,00						
соль иодированная		0,25	0,25						
масса каши			100,00						
морковь		16,50	13,20						
лук репчатый		2,00	1,65						
масса каши с овощами			110,00						
масло сливочное		2,00	2,00						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016

	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		562			19,62	14,51	79,80	538,56	6,14	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,32	№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,90						
	масса отварной рыбы			30,00						
	Хлеб пшеничный		6,20	6,20						
	яйцо		4,80	4,00						
	молоко		9,00	9,00						
	масло сливочное		1,70	1,70						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	Масло растительное		0,80	0,80						
	масса пудинга			45,00						
	Соус молочный									
	молоко		7,50	7,50						
	масло сливочное		0,80	0,80						
	Мука пшеничная		0,80	0,80						
	Вода		7,50	7,50						
	Сахар		0,15	0,15						
	соль иодированная		0,09	0,09						
	масса соуса			15,00						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Кондитерские изделия	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		475			14,15	13,45	57,91	412,38	24,87	
ВСЕГО:		1553			47,72	44,73	192,36	1379,75	33,90	

День 2- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
		18,00	18,00						
		70,00	70,00						
		53,00	53,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
		25,00	25,00						
		5,00	5,00						
Итого:	359			9,35	13,67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, йогурт)		155,00	150,00						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат с картофелем и солеными огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб дошк. 2016
		21,92	16,00						
		10,24	8,00						
		21,84	12,00						

Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	лук репчатый	2,40	2,00							
	масло растительное	2,00	2,00							
	150/5			1,26	4,00	6,81	73,59	6,43	№63, сб дошк 2016	
	Капуста свежая	15,00	12,00							
	Картофель	15,96	12,00							
	Морковь	9,38	7,50							
	Лук репчатый	7,14	6,00							
	Свекла	30,72	24,00							
	Масло растительное	3,00	3,00							
	Сахар	0,50	0,50							
	Томатная паста	0,80	0,80							
	соль иодированная	0,50	0,50							
Бульон	120,00	120,00								
Сметана	5,00	5,00								
Плов из отварной птицы	150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321, сб дошк 2016	
	цыплята-бройлеры с/м	58,50	55,20							
	масса отварной птицы		24,00							
	масло сливочное	5,00	5,00							
	Лук репчатый	8,93	7,50							
	Морковь	12,50	10,00							
	Крупа рисовая	32,00	32,00							
	вода	65,00	65,00							
	соль иодированная	0,50	0,50							
	масса гарнира		126,00							
	150			0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017	
	Компот из свежих яблок	яблоки свежие	28,50	25,00						
сахар		5,00	5,00							
вода		152,00	152,00							
20		20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Хлеб пшеничный	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Хлеб ржаной										
Итого:	550			18,41	15,69	81,79	549,33	13,80		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016	
	Творог	103,20	101,20							
	крупа манная	6,60	6,60							
	Яйцо	5,28	4,40							
	Сахар	8,80	8,80							
	Сметана	4,40	4,40							
	Масло сливочное	4,40	4,40							
	Сухари панировочные	4,40	4,40							
	соль иодированная	0,55	0,55							
	молоко сгущенное	20,40	20,00							
	150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016	
	Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	0,40	0,40						
Сахар		5,00	5,00							
лимон		5,55	5,00							
Вода		150,00	150,00							
Булочка дорожная	35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 сб дошк 2016	
	Мука пшеничная	21,35	21,00							
	мука пшеничная на подпыл	0,70	0,70							
	Сахар	4,20	4,20							
	Масло сливочное	4,55	4,55							
	соль иодированная	0,21	0,21							
	дрожжи сухие	0,14	0,14							
	вода	10,70	10,70							
	масса полуфабриката		39,90							
	для крошки:									
	мука пшеничная	0,84	0,84							
	масло сливочное	0,70	0,70							
масса крошки		1,40								
масло растительное для смазки изделий	0,70	0,70								
Сок (нектар) в инд упаковке	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016	
Итого:	525			24,56	21,90	73,12	586,32	6,73		
ВСЕГО:	1584			56,67	55,01	207,95	1562,93	23,08		

День 3 - ий

День 3 - ий									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)				ценность		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Кашиа ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,50	17,50						
Молоко		70,00	70,00						
Вода		53,00	53,00						

Чай с молоком, сахаром	Сахар		2,00	2,00						№413 сб дошк 2016
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
Бутерброд с маслом сливочным	чай весовой		0,45	0,45						№1 Дели 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
	Батон нарезной	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,65	11,55	46,65	345,73	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)			155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	1,04	Согласно акту проработки №10 от 15.06.2016г
капуста квашеная			34,32	24,00						
лук репчатый			3,60	3,00						
сахарный песок			1,50	1,50						
масло растительное			1,50	1,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки		150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016
крупка пшенная			9,00	9,00						
картофель			60,00	45,00						
Морковь			7,50	6,00						
Лук репчатый			7,14	6,00						
Масло растительное			1,50	1,50						
соль йодированная			0,5	0,5						
Бульон			105,00	105,00						
Гуляш из отварной индейки		30/30			10,16	6,05	2,04	102,23	0,55	№260 сб рецептур 2017
филе индейки			42,00	42,00						
Соль йодированная			0,30	0,30						
масса отварного филе индейки				30,00						
Морковь			13,13	10,50						
лук репчатый			6,36	5,30						
Вода питьевая			22,50	22,50						
томатная паста			0,90	0,90						
мука пшеничная в/с			1,50	1,50						
масло растительное			2,00	2,00						
Соль йодированная			0,15	0,15						
Макаронные изделия отварные с маслом		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк 2016
макаронные изделия			38,50	38,50						
вода			231,00	231,00						
соль йодированная			0,45	0,45						
Масло сливочное			3,00	3,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
Кисель-концентрат			17,50	17,50						
Сахар			5,00	5,00						
вода			150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		558			20,31	12,50	72,48	492,70	7,37	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами		40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
рыба (минтай с/м БГ)			41,10	30,00						
или фарш рыбный			31,50	30,00						
хлеб пшеничный			4,00	4,00						
вода питьевая			6,50	6,50						
Лук репчатый			9,00	7,50						
масло растительное			0,60	0,60						
масса припущенного лука				3,75						
яйцо куриное			0,72	0,60						
соль йодированная			0,35	0,35						
сухари панировочные			4,00	4,00						
Масса полуфабриката				47,20						
Масло растительное			1,00	1,00						
масса готовых котлет				40,00						
соус томатный с овощами				20,00						
лук репчатый			2,40	2,00						
морковь			5,00	4,00						
масло растительное			0,60	0,60						
бульон или вода			20,00	20,00						
Масло сливочное			0,90	0,90						
мука пшеничная			0,90	0,90						
морковь			1,50	1,20						

	лук репчатый		0,72	0,60						
	томатная паста		1,20	1,20						
	Масло сливочное		0,30	0,30						
	сахар		0,20	0,20						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	масса готового томатного соуса			18,00						
	масса томатного соуса с овощами			20,00						
Картофель запеченный		120			3,26	7,07	25,31	182,4	17,4	№147 сб шк 2017
	картофель		231,60	174,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Итого:		475			12,65	14,50	74,25	485,93	64,74	
ВСЕГО:		1542			46,95	42,30	199,69	1400,36	73,94	

День 4 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур	
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
		брутто	нетто				Ккал			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д	
		18,00	18,00							
		70,00	70,00							
		42,00	42,00							
		2,00	2,00							
		0,40	0,40							
		3,00	3,00							
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016	
		2,50	2,50							
		6,00	6,00							
		90,00	90,00							
		108,00	108,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016	
		25,00	25,00							
		5,10	5,00							
		5,00	5,00							
Итого:	364			11,17	14,38	49,56	375,91	1,91		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016	
(кефир, ряженка, йогурт)		152,00	150,00							
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45		
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ дошколь. 2016	
		48,10	28,50							
		1,50	1,50							
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне	150			3,29	3,16	9,92	88,95	3,50	№87 СБ дошк. 2016	
		40,05	30,00							
		12,15	12,00							
		7,20	6,00							
		9,60	7,50							
		0,50	0,50							
		3,00	3,00							
		105,00	105,00							
Фрикадельки из птицы	60			8,43	7,55	5,28	123	0,24	№325, сб дошк 2016	
		67,60	44,00							
		11,00	11,00							
		0,40	0,40							
		14,00	14,00							
			69,00							
Рагу из овощей	120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148, сб дошк 2016	
		53,20	40,00							
		24,00	19,20							
			18,00							
		20,40	16,80							
			13,20							
		32,75	26,20							

	масса припущенной капусты			24,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соус:									№366, сб дошк 2016
	вода		35,00	35,00						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		545			17,29	25,26	54,59	525,38	18,04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Эч-почмак с мясным фаршем		75			8,40	4,76	28,43	201,00		ТТ по А11 от 23.05.2022
	Мука пшеничная		23,25	23,25						
	мука пшеничная на подпыл		0,75	0,75						
	яйцо куриное		2,34	1,95						
	Масло сливочное		1,95	1,95						
	Сахарный песок		0,75	0,75						
	Молоко		9,40	9,40						
	Дрожжи сухие		0,23	0,23						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса теста			37,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		17,85	17,00						
	или фарш говяжий		17,85	17,00						
	картофель		29,30	22,00						
	Лук репчатый		7,80	6,50						
	Масло сливочное		3,40	3,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса фарша			49,00						
	яйцо куриное		1,44	1,20						
	масло растительное для смазки изделий		0,23	0,23						
	масло растительное для смазки листа		0,75	0,75						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		430			9,45	4,78	53,65	305,52	4,02	
ВСЕГО:		1489			42,27	48,16	164,10	1282,81	24,42	

День 5 - йй

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецентур
		(в гр)	(в гр)				ценность		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100, сб дошк 2016
суповая заправка (звездочки)		14,40	14,40						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		0,80	0,80						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	396			10,77	12,23	38,94	308,44	2,11	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)		155,00	150,00						

сахар			2,00	2,00						
Итого:		152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 сб дошк 2016
свекла			48,64	38,00						
масло растительное			2,40	2,40						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками, со сметаной		150/10/5			3,38	4,98	7,87	96,41	7,95	№81 сб дошк 2016
Картофель			59,85	45,00						
капуста свежая			15,00	12,00						
Морковь			7,50	6,00						
Лук репчатый			7,20	6,00						
Масло растительное			3,00	3,00						
огурцы соленые			16,38	9,00						
соль иодированная			0,50	0,50						
бульон			105,00	105,00						
Сметана			5,00	5,00						
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						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		130/20			9,93	8,14	23,31	206,57	5,63	№308 СБ дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к)			35,50	34,00						
или фарш говяжий			35,70	34,00						
Масло растительное			2,40	2,40						
масса готового мясного фарша				26,00						
Картофель			165,60	124,50						
масса отварного протертого				118,00						
Лук репчатый			10,80	9,00						
Масло растительное			1,60	1,60						
масса припущенного лука				6,50						
Масло сливочное			1,60	1,60						
соль иодированная			0,50	0,50						
сухари панировочные			2,40	2,40						
масса полуфабриката				153,00						
Соус :			5,00	5,00						
Сметана			1,30	1,30						
Мука пшеничная			15,00	15,00						
вода				20,00						
Соус сметанный										
Компот из изюма и яблок		150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
яблоки свежие			13,68	12,00						
изюм			7,65	7,50						
масса отварных сухофруктов				12,00						
Вода			152,00	152,00						
сахар			5,00	5,00						
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		545			16,81	16,14	72,13	509,70	17,45	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
яйцо			96,00	80,00						
молоко			55,00	55,00						
масса омлетной смеси				135,00						
масло сливочное			2,00	2,00						
соль иодированная			0,30	0,30						
масса готового омлета				130,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
чай весовой			0,40	0,40						
Сахар			5,00	5,00						
лимон			5,55	5,00						
Вода			150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		415			14,48	22,14	29,57	378,56	12,49	
ВСЕГО:		1508			46,40	54,26	148,64	1279,70	33,10	

2 недели

День 6 - ый

День 6 - ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)				ценность			
	брутто		нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
ЗАВТРАК		140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным										
Крупа пшено			17,70	17,70						
Молоко			70,00	70,00						
Вода			53,00	53,00						
Сахар			2,00	2,00						
соль иодированная			0,40	0,40						
Масло сливочное			3,00	3,00						

Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			9,48	14,94	45,79	358,19	1,45	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат с картофелем и солеными огурцами		40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб дошк. 2016
	Картофель		21,92	16,00						
	морковь		10,24	8,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	лук репчатый		2,40	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной		150/5			1,26	4,00	6,81	73,59	6,43	№63, сб дошк 2016
	Капуста свежая		15,00	12,00						
	Картофель		15,96	12,00						
	Морковь		9,38	7,50						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Свекла		30,72	24,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	Сахар		0,50	0,50						
	Томатная паста		0,80	0,80						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Бульон		120,00	120,00						
	Сметана		5,00	5,00						
	Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	
цыплята - бройлеры с/м			40,00	26,00						
или фарш куриный			27,30	26,00						
хлеб пшеничный			6,00	6,00						
Вода			8,00	8,00						
Лук репчатый			9,60	8,00						
Масло растительное			1,50	1,50						
Масса припущенного лука				6,00						
Мука пшеничная			2,70	2,70						
Масса полуфабриката				48,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
масса готовых тефтелей				40,00						
сметанно-томатный соус:				20,00						
сметана			5,00	5,00						
Мука пшеничная			1,50	1,50						
вода		15,00	15,00							
томатная паста		1,00	1,00							
соль иодированная		0,16	0,16							
Вермишель отварная		110			3,15	1,06	23,41	118,12		№219 Сб дошк. 2016
	вермишель		38,50	38,50						
	вода		231,00	231,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масло сливочное		1,70	1,70						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деми +, 2012
Итого:		550			12,69	13,86	67,54	455,50	7,27	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Биточки рубленые из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		51,00	37,50						
	или фарш рыбный		39,40	37,50						
	Крупа манная		1,30	1,25						
	яйцо		0,90	0,75						
	Лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		7,00	7,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	сахар		0,14	0,14						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	Масло растительное		1,25	1,25						
	Масса полуфабриката			59,00						
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/3			2,66	4,62	27,55	162,47	

Чай с мармеладом	Крупа рисовая	160/10	39,30	39,30	0	0	19,32	72,89	0,02	№411 сб дошк 2016
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		82,50	82,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	чай весовой		0,45	0,45						
Хлеб пшеничный	вода питьевая	25	160,00	160,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	мармелад		10,00	10,00						
		25	25,00	25,00						
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		558			11,66	8,70	86,71	467,55	4,18	
ВСЕГО:		1622			38,18	41,25	206,34	1357,24	13,35	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			4,71	4,80	23,38	171,47		ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,50	17,50						
Молоко		70,00	70,00						
Вода		53,00	53,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	359			9,48	11,57	46,65	344,55	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)		155,00	150,00						
кисломолочный напиток									
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Капуста тушеная (доп. гарнир)	30			0,61	0,97	2,82	22,53		№139 сб шк 2017
капуста свежая		42,75	34,20						
масло растительное		1,20	1,20						
Морковь		2,19	1,75						
лук репчатый		3,00	2,40						
томатная паста		0,72	0,72						
мука пшеничная		0,30	0,30						
сахарный песок		0,90	0,90						
соль йодированная		0,20	0,20						
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	150/10			4,13	3,93	11,35	106,16	3,50	№91, 128 сб дошк 2016
картофель		66,60	50,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
бульон		112,50	112,50						
клецки:			15,00						
мука пшеничная		4,60	4,60						
Масло сливочное		0,50	0,50						
яйцо		1,60	1,32						
вода		7,30	7,30						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса теста			13,50						
масса готовых клецек			15,00						
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Итого:	50			8,42	9,35	8,22	150,76		№299, СБ дошкольн 2016
Котлеты рубленые из говядины									
говядина (котлетное мясо)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		36,57	35,00						
Лук репчатый		10,40	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						

	вода питьевая		10,00	10,00						
	сухари панировочные		2,80	2,80						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса полуфабриката			62,00						
	масло растительное		0,60	0,60						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Депп +, 2012
Итого:		545			18,04	18,63	73,50	544,43	18,71	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг творожный с повидлом		110/20			16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№249 СБ дошк 2016
	Творог		94,82	93,50						
	Манная крупа		8,80	8,80						
	Яйцо		6,60	5,50						
	Сахарный песок		8,80	8,80						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сушари панировочные		4,40	4,40						
	Сметана		4,40	4,40						
	повидло		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
(яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		405			17,62	16,12	54,44	433,35	85,34	
ВСЕГО:		1459			49,48	50,07	180,89	1398,33	105,67	

Наименование блюд и продуктов		Масса порция	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	Крупа манная		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,83	12,14	46,40	338,54	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
	сахар		2,00	2,00						
Итого:		152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с яблоком		40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошколь. 2016
	морковь		38,12	30,50						
	яблоки		11,40	10,00						
	сахар		2,00	2,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/5			1,11	3,70	3,94	57,00	9,59	№73, сб дошк 2016
	Капуста свежая		37,50	30,00						
	Картофель		23,94	18,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Вода		120,00	120,00						
	Сметана		5,00	5,00						

Биточки "Домашние"	50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
		60,68	39,40						
		41,37	39,40						
		11,85	9,40						
		14,40	12,00						
		1,00	1,00						
			6,00						
		0,40	0,40						
		0,60	0,50						
		3,75	3,75						
			59,00						
		2,00	2,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, сб дошк 2016
		47,60	47,60						
		71,00	71,00						
		0,25	0,25						
			100,00						
		16,50	13,20						
		2,00	1,65						
			110,00						
		2,00	2,00						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
		15,30	15,00						
			24,00						
		152,00	152,00						
		5,00	5,00						
Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	542			14,82	11,62	68,11	426,36	9,64	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
		96,00	80,00						
		55,00	55,00						
			135,00						
		2,00	2,00						
		0,30	0,30						
			130,00						
Чай с сахаром	150/5			0,053	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели 2016
		0,40	0,40						
		5,00	5,00						
		150,00	150,00						
Булочка сладкая	35			2,95	3,36	14,64	123,90		Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997
		21,70	21,70						
		0,70	0,70						
		0,28	0,28						
		0,28	0,28						
		0,70	0,70						
		1,75	1,75						
		2,10	1,75						
		8,75	8,75						
			35,00						
		3,50	3,50						
		1,75	1,75						
			40,25						
		0,60	0,50						
		0,10	0,10						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Сок (нектар) в инд упаковке	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	545			17,99	25,10	54,45	538,20	4,27	
ВСЕГО:	1598			46,98	52,60	176,96	1386,10	17,21	

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода	25/5/5	90,00	90,00	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:			364		11,58	12,93	54,37	383,39	2,12	
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое			150		4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
(молоко)			молоко	158,00	150,00					
Итого:			150		4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	
ОБЕД										
Винегрет овощной			40		0,56	4,02	2,92	50,04		№46 сб дошк 2016
				картофель	13,76	10,00				
				свекла	10,20	8,00				
				морковь	7,56	6,00				
				огурцы соленые	14,56	8,00				
				лук репчатый	7,14	6,00				
				масло растительное	2,40	2,40				
Рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной			150/6		2,51	6,73	21,51	166,84	5,13	№82 сб дошк 2016
				Картофель	66,50	50,00				
				Крупа перловая	6,00	6,00				
				Морковь	7,50	6,00				
				Лук репчатый	3,57	3,00				
				Масло растительное	2,00	2,00				
				огурцы соленые	18,20	10,00				
				соль водированная	0,50	0,50				
				Бульон	114,00	114,00				
				Сметана	6,00	6,00				
Индейки тушеная с овощами по-татарски			30/30		10,03	8,30	3,41	129,63	16,41	ТТК №753 от 20.08.2022
				филе индейки	42,00	42,00				
				соль водированная	0,30	0,30				
				масса отварного филе индейки		30,00				
				лук репчатый	26,40	22,00				
				морковь	12,50	12,00				
				Масло сливочное	2,50	2,50				
				бульон	10,00	10,00				
Макаронные изделия отварные			110		3,12	3,27	23,42	101,42		№205 сб шк 2017
				макаронные изделия	38,50	38,50				
				Вода питьевая	231,00	231,00				
				Масло сливочное	1,50	1,50				
				Соль водированная	0,45	0,45				
Кисель			150		0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
				Кисель-концентрат	17,50	17,50				
				Сахар	5,00	5,00				
				вода	150,00	150,00				
Хлеб ржаной			35		2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:			551		18,98	22,82	78,61	579,86	22,37	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным			110/20		20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
				Творог	103,20	101,20				
				крупа манная	6,60	6,60				
				Яйцо	5,28	4,40				
				Сахар	8,80	8,80				
				Сметана	4,40	4,40				
				Масло сливочное	4,40	4,40				
				Сухари панировочные	4,40	4,40				
				соль водированная	0,55	0,55				
				молоко сгущенное	20,40	20,00				
Чай с сахаром и лимоном			150/5/5		0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
				чай весовой	0,40	0,40				
				Сахар	5,00	5,00				
				лимон	5,55	5,00				
				Вода	150,00	150,00				
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)			120		0,48	0,48	11,76	56,40	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:			410		21,31	17,48	46,43	431,58	12,73	
ВСЕГО:			1475		56,46	57,31	186,99	1479,83	39,27	

День 10 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур	
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д	
Крупа геркулесовая		18,00	18,00							

Кофейный напиток с молоком	Молоко		70,00	70,00						
			42,00	42,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода	25/5	108,00	108,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	1,04	Согласно акту проработки №10 от 15.06.2016г
	капуста квашеная		34,32	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		10,50	10,50						
	в том числе на подпыл		0,72	0,72						
	Яйно		3,60	3,00						
	Вода		2,10	2,10						
	Соль		0,30	0,30						
	Масса лапши			12,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	Бульон		143,00	143,00						
	Соль		0,60	0,60						
Жаркое из отварной птицы		150			11,75	7,98	14,70	177,15	0,54	ТТК 580/а от 24.06.2020
	цыплята - бройлеры с/м		80,50	76,00						
	масса отварной мякоти птицы			33,00						
	картофель		144,70	108,80						
	лук репчатый		11,30	9,40						
	морковь		5,90	4,70						
	Масло сливочное		3,80	3,80						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая		18,80	18,80						
Компот из изюма и яблок		150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
	яблоки свежие		13,68	12,00						
	изюм		7,65	7,50						
	масса отварных сухофруктов			12,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		515			16,39	13,33	59,83	431,50	3,08	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Котлеты рыбные		50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	молоко		13,00	13,00						
	сахара панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			58,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Де +, 2012
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		557			13,59	7,51	81,93	447,65	79,33	
ВСЕГО:		1581			44,89	37,63	197,62	1313,89	84,70	

ИТОГО за 10 дней	15411			476,00	483,32	1861,53	13840,95	448,64	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника	1541			47,60	48,33	186,15	1384,09	44,86	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тютельян В.А., Могильный И.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тютельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тютельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6. Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тютельян В.А., Могильный И.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
 - яйца куриные - рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%