

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|-------|--------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | Картофель | | 37.74 | 22.60 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 7.70 | 6.48 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.80 | 0.80 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса фарша | | | 23.00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1.20 | 1.20 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.10 | 0.10 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Яйцо | | 1.20 | 1.20 | | | | | | | | | | | | | | |
| Котлеты рубленные из рыбы | рыба | 70 | 72.37 | 55.00 | 5.00 | 5.60 | 3.00 | 82.40 | 0.12 | ТТК 4Д | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 9.60 | 9.60 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Яйцо | | 10.50 | 10.50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | вода | | 8.80 | 8.80 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Сухари панировочные | | 5.30 | 5.30 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Соль | | 0.50 | 0.50 | | | | | | | | | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 86.00 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | | | | | | | | | |
| Рис отварной с овощами | Крупа рисовая | 130 | 37.7 | 37.7 | 3 | 4.3 | 19.5 | 129 | 13 | №334 Дем2016 | | | | | | | | |
| | Вода | | 80.6 | 80.6 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масса каши | | | 107 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Морковь | | 17.3 | 13 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масса притушенной моркови | | | 11.9 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 15.47 | 13 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Масса притушеного лука | | | 6.5 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Соль | | 0.3 | 0.3 | 0.12 | 0.06 | 11.5 | 47 | | ТТК №56 | | | | | | | | |
| Чай фруктовый | Заварка | 1205 | 0.35 | 0.35 | | | | | | | | | | | | | | |
| | урок | | 4.8 | 4.8 | | | | | | | | | | | | | | |
| | сахар | | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Вода | | 120 | 120 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 23 | 23.00 | 23.00 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | 0.00 | | | | | | | | | |
| Итого: | | 558 | | | 16.12 | 18.04 | 76.60 | 533.45 | 14.42 | | | | | | | | | |
| ВСЕГО: | | 1804.5 | | | 48.63 | 54.01 | 234.85 | 1620.13 | 22.43 | | | | | | | | | |

День 2-ой

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Кол - во (в гр) | | типпе ые | | | Энергетическ ая ценность | | витами н | № рецептуры |
|----------------------------------|----------------|---------------------|--------|-------------|-------|--------|--------------------------------|-------|------------------|-------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша "Дружба" молочная с маслом | 200/5 | 15.00 | 15.00 | 5.20 | 5.80 | 25.20 | 173.80 | 0.21 | ТТК №7 | |
| | | 11.00 | 11.00 | | | | | | | |
| | | 102.00 | 102.00 | | | | | | | |
| | | 70.00 | 70.00 | | | | | | | |
| | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| | | 5.00 | 5.00 | | | | | | | |
| Какао с молоком | 180 | 2.00 | 2.00 | 2.42 | 2.58 | 13.61 | 87.30 | 0.39 | №397 Дем2010 | |
| | | 10.00 | 10.00 | | | | | | | |
| | | 110.00 | 110.00 | | | | | | | |
| | | 80.00 | 80.00 | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 30.00 | 30.00 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 146.00 | 0.19 | №3 Дем2010 | |
| | | 7.14 | 7.00 | | | | | | | |
| | | 5.00 | 5.00 | | | | | | | |
| Итого: | 427 | | | 12.42 | 15.58 | 54.21 | 407.10 | 0.80 | | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие апельсин | 100 | 114 | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.40 | 60.00 | № 368 Дем 2010 | |
| Итого: | 100 | | | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.40 | 60.00 | | |
| завтрак+2 завтрак | 527 | | | 13.42 | 15.58 | 62.31 | 443.50 | 60.80 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | 50 | 43.75 | 35.00 | 0.80 | 3.00 | 8.00 | 62.00 | 4.00 | №15 Партнер 2009 | |
| | | 16.62 | 12.50 | | | | | | | |
| | | 12.83 | 11.25 | | | | | | | |
| | | 0.80 | 0.80 | | | | | | | |
| | | 0.80 | 0.80 | | | | | | | |
| Свекольник на м/б, со сметаной | 200/6 | 69.36 | 51.00 | 3.16 | 5.40 | 8.14 | 94.00 | 3.86 | №35,с6 Пермь2001 | |
| | | 57.61 | 34.50 | | | | | | | |
| | | 11.70 | 8.80 | | | | | | | |
| | | 10.59 | 8.90 | | | | | | | |
| | | 4.00 | 4.00 | | | | | | | |
| | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|---------|--------|--------|--------|-------|--------|---------|-------|--------------------------|---------------|
| завтрак+2 завтрак | 550 | | | 12.80 | 14.80 | 65.40 | 446.40 | 2.74 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из капусты с яблоками | 50 | 66.25 | 53 | 1.00 | 2.30 | 5.00 | 45.00 | 9.50 | №7 Партнер 2014 | |
| Капуста свежая | | | | | | | | | | |
| масса стержней капусты | | | | | | | | | | |
| Яблоки | | 19 | 14 | | | | | | | |
| Сахар | | 1 | 1 | | | | | | | |
| Масло растительное | | 1.5 | 1.5 | | | | | | | |
| соль | | 0.6 | 0.6 | | | | | | | |
| Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками | 200/15 | 17.1 | 17.1 | 4.86 | 5.80 | 15.24 | 132.60 | 5.28 | №88 Деш 2016 | |
| Фарш из говядины | | 17.1 | 17.1 | | | | | | | |
| Лук репчатый | | 1.79 | 1.5 | | | | | | | |
| Яйцо | | 1.5 | 1.5 | | | | | | | |
| Вода для фарша | | 1.7 | 1.7 | | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 20.1 | | | | | | | |
| Картофель | | 100.20 | 60.00 | | | | | | | |
| Морковь | | 10.64 | 8.00 | | | | | | | |
| Лук репчатый | | 9.52 | 8.00 | | | | | | | |
| Макаронные изделия | | 8.00 | 8.00 | | | | | | | |
| Масло растительное | | 2.40 | 2.40 | | | | | | | |
| Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| Вода | | 152.00 | 152.00 | | | | | | | |
| Тефтели рыбные с маслом | 70/3 | 73.70 | 56.00 | 7.00 | 8.00 | 12.00 | 148.00 | | ТТК №1Д | |
| рыба | | 73.70 | 56.00 | | | | | | | |
| хлеб пшеничный 1с | | 7.00 | 7.00 | | | | | | | |
| Лук репчатый | | 5.95 | 5.00 | | | | | | | |
| вода | | 7.84 | 7.84 | | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 5.95 | 5.95 | | | | | | | |
| соль | | 0.14 | 0.14 | | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 81.20 | | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.50 | 0.50 | | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | | |
| Пюре Картофельное | 130 | 186.37 | 111.60 | 2.60 | 3.90 | 18.20 | 118.30 | 9.00 | №137 Партнер 2014 | |
| Картофель | | 186.37 | 111.60 | | | | | | | |
| Молоко | | 20.50 | 19.50 | | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | | |
| Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| Компот из урюка | 180 | 18.36 | 18.00 | 0.7 | 0.0 | 20.0 | 83 | 0.13 | №394, Деш 2016 | |
| урюк | | 18.36 | 18.00 | | | | | | | |
| вода | | 182.00 | 182.00 | | | | | | | |
| Сахар | | 5.00 | 5.00 | | | | | | | |
| Хлеб сельский | 37.5 | 37.50 | 37.50 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | | | |
| Итого: | 695.5 | | | 17.96 | 20.40 | 88.44 | 609.40 | 23.91 | | |
| Катяк | ПОЛДНИК | 130 | 134.00 | 130.00 | 3.77 | 3.25 | 5.46 | 66.2 | 0.84 | №401 Деш 2010 |
| катяк | | | 134.00 | 130.00 | | | | | | |
| Вак-белш | 90 | 25.5 | 25.5 | 3.10 | 6.00 | 35.00 | 206.00 | 0.02 | №179 "Партнер". Уфа 2010 | |
| мука пшеничная | | 25.5 | 25.5 | | | | | | | |
| Яйцо | | 2.5 | 2.5 | | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | | |
| Соль | | 0.2 | 0.2 | | | | | | | |
| Молоко | | 7.5 | 7.5 | | | | | | | |
| Масса теста | | | 40 | | | | | | | |
| Фарш из говядины | | 30 | 30 | | | | | | | |
| Картофель | | 48.43 | 29.00 | | | | | | | |
| Лук репчатый | | 6.00 | 5.00 | | | | | | | |
| Соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | | |
| масса фарша | | | 60.00 | | | | | | | |
| Вода | | 8.00 | 8.00 | | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.20 | 0.20 | | | | | | | |
| Омлет с сыром | 140 | 98.00 | 98.00 | 7.60 | 9.30 | 15.00 | 174.00 | 0.28 | №230 Деш 2016 | |
| Яйцо | | 98.00 | 98.00 | | | | | | | |
| Молоко | | 36.75 | 36.75 | | | | | | | |
| Сыр | | 17.85 | 17.50 | | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | | |
| Соль | | 0.50 | 0.50 | | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | 120/3 | 12 | 12 | 0.4 | 0.17 | 11.3 | 48.3 | 60 | №417 Деш 2016 | |
| шиповник | | 12 | 12 | | | | | | | |
| Сахар | | 3 | 3 | | | | | | | |
| Вода | | 120 | 120 | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 23.00 | 23.00 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | 0.00 | | |
| Итого: | 506 | | | 16.67 | 18.95 | 78.06 | 549.00 | 61.14 | | |
| ВСЕГО: | 1751.5 | | | 47.43 | 54.15 | 231.90 | 1604.80 | 87.79 | | |

День 4 - май

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Кол - во (в гр.) | | пище ые | | | Энергетическ ая ценность | Витами н | № рецептуры |
|----------------------------------|----------------|---------------------|-------|------------|------|--------|--------------------------------|-------------|-------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| | | | | | | | Ккал | С | |

| | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|--------------------|
| Каша пшеничная молочная с маслом | | 200/5 | | | 7.30 | 7.42 | 22.80 | 187.20 | 0.21 | ТТК №1 |
| | Пшеница | | 25.00 | 25.00 | | | | | | |
| | Молоко | | 100.00 | 100.00 | | | | | | |
| | Вода | | 76.00 | 76.00 | | | | | | |
| | Сахар | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Какао с молоком | Масло сливочное | 180 | 5.00 | 5.00 | 2.42 | 2.58 | 13.61 | 87.30 | 0.39 | №397 Дем2010 |
| | Какао-порошок | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| | Сахар | | 10.00 | 10.00 | | | | | | |
| | Молоко | | 110.00 | 110.00 | | | | | | |
| | Вода | | 80.00 | 80.00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | | 30/5 | | | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | | №1 Дем2010 |
| | Батон нарезной | | 30.00 | 30.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Итого: | | 420 | | | 12.02 | 14.50 | 51.81 | 385.50 | 0.61 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Сок вишневый | | 125 | 125 | 125 | 0.87 | 0.25 | 20.00 | 85.00 | 9.25 | №418, Дем2016 |
| Итого: | | 125 | | | 0.87 | 0.25 | 16.50 | 71.00 | 9.25 | |
| завтрак+2 завтрак | | 545 | | | 12.89 | 14.75 | 68.31 | 456.50 | 9.86 | |
| Салат из свежих огурцов | ОБЕД | 50 | | | 0.37 | 3.00 | 1.20 | 33.50 | 4.60 | №13, Дем 2016 |
| | огурцы свежие | | 48.96 | 48.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| | Соль | | 0.30 | 0.30 | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом с курицей и грибами | | 200/15/10 | | | 5.25 | 4.40 | 26.00 | 164.00 | 5.80 | ТТК№139 |
| | цыпленок | | 33.85 | 22 | | | | | | |
| | Картофель | | 66.80 | 40.00 | | | | | | |
| | Горох | | 20.25 | 20.00 | | | | | | |
| | Морковь | | 10.64 | 8.00 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 9.52 | 8.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Соль | | 1.20 | 1.20 | | | | | | |
| | Вода | | 144.00 | 144.00 | | | | | | |
| | грибы | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 14.40 | 12.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| Рыбная "Неженка" | | 70 | | | 8.6 | 6.6 | 18.3 | 168 | | ТТК №30Д |
| | Рыба | | 57.56 | 43.75 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 24.01 | 20.18 | | | | | | |
| | Яйцо | | 4.6 | 4.6 | | | | | | |
| | Крупа рисовая | | 8.7 | 8.7 | | | | | | |
| | Вода | | 14 | 14 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 8.2 | 8.2 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1.2 | 1.2 | | | | | | |
| | соль | | 1 | 1 | | | | | | |
| Картофель тушёный | | 130 | | | 2.40 | 7.30 | 13.00 | 128.00 | 9.00 | №138 "Партнер"2014 |
| | Картофель | | 183.16 | 109.68 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 26.10 | 21.93 | | | | | | |
| | Морковь | | 15.96 | 12.00 | | | | | | |
| | Томат-паста | | 0.60 | 0.60 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 4.00 | 4.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.80 | 0.80 | | | | | | |
| | Соль | | 0.70 | 0.70 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | | 180 | | | 0.10 | 0.10 | 11.80 | 48.50 | 1.20 | № 390 Дем 2016 |
| | яблоки | | 40.8 | 36.0 | | | | | | |
| | вода | | 155.0 | 155.0 | | | | | | |
| | сахар | | 5.0 | 5.0 | | | | | | |
| Хлеб селеский | | 37.5 | 37.50 | 37.50 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | | |
| Итого: | | 692.5 | | | 18.52 | 21.80 | 88.30 | 624.00 | 20.60 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Ряженка | ряженка | 130 | 134 | 130 | 3.72 | 3.20 | 4.46 | 61.50 | 0.65 | №401 Дем2010 |
| Кондитерские изделия (крекеры) | | 20 | 20.00 | 20.00 | 0.80 | 3.10 | 36.20 | 174.00 | | |
| Котлеты рубленные из птицы | | 70 | | | 8.20 | 6.70 | 5.50 | 115.20 | 0.30 | №322 Дем2016 |
| | Цыпленок | | 80 | 52.0 | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 13 | 13.0 | | | | | | |
| | Вода | | 18.43 | 18.4 | | | | | | |
| | Сушеный паприковичный | | 7 | 7.0 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 87.5 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.9 | 0.9 | | | | | | |
| | Соль | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| Капуста тушеная (в сметанном соусе) | | 130 | | | 2.6 | 4.25 | 15 | 109 | | ТТК№653Д |
| | Капуста свежая | | 202.50 | 162.00 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 12.85 | 10.80 | | | | | | |
| | Морковь | | 19.24 | 14.47 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1.56 | 1.56 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------|-----------------|--------|-------|------|------|-------|--------|---------|----------|--------------|--|
| Чай с сахаром | Масло сливочное | 4,00 | 4,00 | | | | | | | | |
| | Сахар | 1,70 | 1,70 | | | | | | | | |
| | Сметана | 6,00 | 6,00 | | | | | | | | |
| | соль | 1,00 | 1,00 | | | | | | | | |
| | Заварка | 0,35 | 0,35 | 0,05 | 0,01 | 6,5 | 26 | | | №411 Дем2016 | |
| Сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | |
| Вода | 120/3 | 120 | 120 | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 23,00 | 23,00 | 1,80 | 0,23 | 11,30 | 54,50 | 0,00 | | | |
| Итого: | | 496 | | | | 17,17 | 17,49 | 78,96 | 540,20 | 0,95 | |
| ВСЕГО: | | 1733,5 | | | | 48,58 | 54,04 | 235,57 | 1620,70 | 31,41 | |
| ИТОГО за 1 неделю | | 8720,5 | | | | 243,1 | 270,93 | 1173,53 | 8101,83 | 241,541 | |
| | | 1744,1 | | | | 48,62 | 54,186 | 234,706 | 1620,366 | 48,3082 | |

2 недели

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Кол - во (в гр) | | пище ые | | | Энергетическ ая ценность Ккал | Витамин и С | № рецептуры |
|---|----------------|---------------------|--------|------------|-------|--------|--|-------------------|-------------------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша кукурузная молочная с маслом | 200/5 | | | 5,80 | 5,40 | 25,80 | 175,00 | 0,22 | ТТК №2 |
| Крупа кукурузная | | 25,00 | 25,00 | | | | | | |
| Молоко | | 100,00 | 100,00 | | | | | | |
| Вода | | 76,00 | 76,00 | | | | | | |
| Сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Соль | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 180/5 | | | 2,60 | 2,30 | 14,30 | 89,00 | 0,02 | № 394 Дем2010 |
| Заварка | | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| Сахар | | 5 | 5 | | | | | | |
| Молоко | | 92 | 90 | | | | | | |
| Вода | | 88 | 88 | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | | | 4,80 | 7,20 | 15,40 | 146,00 | 0,19 | №3 Дем2010 |
| Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| Сыр | | 7,14 | 7,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | | 432 | | 13,20 | 14,90 | 55,50 | 410,00 | 0,43 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко | 100 | 114 | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 45,20 | 10,00 | № 386 Дем 2016 |
| Итого: | | 100 | | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 45,20 | 10,00 | |
| завтрак+2 завтрак | | 532 | | 13,60 | 15,30 | 65,50 | 455,20 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат "Пестрый" | 50 | | | 0,50 | 2,25 | 4,80 | 42,00 | 0,80 | №31, справ.М2003 |
| Яблоки | | 15,20 | 13,30 | | | | | | |
| свекла | | 45,28 | 33,30 | | | | | | |
| сахар | | 1,70 | 1,70 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Рассольник ленинградский с куриней, со сметаной | 200/15/5 | | | 4,56 | 7,50 | 12,64 | 136,30 | 5,37 | №82 Дем 2016 |
| Щавлята | | 33,85 | 22 | | | | | | |
| Картофель | | 100,20 | 60,00 | | | | | | |
| Крупа перловая | | 8,00 | 8,00 | | | | | | |
| Морковь | | 10,64 | 8,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 4,76 | 4,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| Огурцы соленые | | 21,84 | 12,00 | | | | | | |
| Сметана | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Соль | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| Вода | | 152,00 | 152,00 | | | | | | |
| Котлеты "Аппетитные" | 70 | | | 6,41 | 6,50 | 17,50 | 155,00 | | ТТК №7Д акт к.п.2014 |
| Фарш из говядины | | 41,70 | 41,70 | | | | | | |
| Щавлята | | 47,73 | 31,03 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 10,41 | 8,75 | | | | | | |
| Яйцо | | 3,50 | 3,50 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 9,00 | 9,00 | | | | | | |
| Сухари панировочные | | 5,80 | 5,80 | | | | | | |
| Вода | | 9,00 | 9,00 | | | | | | |
| Соль | | 0,50 | 0,50 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2,00 | 2,00 | | | | | | |
| Макаронные отварные | 130 | | | 4,80 | 3,60 | 29,40 | 169,20 | | №218 Дем 2016 |
| макаронные изделия | | 45,50 | 45,50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2,60 | 2,60 | | | | | | |
| Соль | | 0,70 | 0,70 | | | | | | |
| Кисель | 180 | | | | | 10,00 | 40,00 | | №284Партнер20 14 |
| Кисель-концентрат | | 21,60 | 21,60 | | | | | | |
| вода | | 172,00 | 172,00 | | | | | | |
| Сахар | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Хлеб сельский | 37,5 | | | 1,8 | 0,4 | 18 | 82,5 | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|---------------|
| Итого: | | 697,5 | | | 18,07 | 20,25 | 92,34 | 625,00 | 6,17 | |
| Молоко кипяченое | ПОЛДНИК | 150 | | | 3,20 | 3,75 | 5,00 | 66,55 | 0,50 | №419 Дем2016 |
| | молоко | | 158,00 | 150,00 | | | | | | |
| Булочка Дорожная | | 60 | | | 4,00 | 5,00 | 36,50 | 207,00 | 0,00 | №453 Дем 2016 |
| | Мука пшеничная | | 37,80 | 37,80 | | | | | | |
| | Сахар | | 7,20 | 7,20 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 7,80 | 7,80 | | | | | | |
| | Дрожжи сухие | | 0,40 | 0,40 | | | | | | |
| | Соль | | 0,30 | 0,30 | | | | | | |
| | вода | | 18,24 | 18,24 | | | | | | |
| | крошка | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| | мука пшеничная | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| Суфле из рыбы | | 70 | | | 5,40 | 4,50 | 3,50 | 77,50 | 0,26 | 2016 |
| | рыба | | 83,90 | 63,80 | | | | | | |
| | масса отварной рыбы | | | 51,00 | | | | | | |
| | Молоко | | 17,50 | 17,50 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3,00 | 3,00 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 2,60 | 2,60 | | | | | | |
| | Вода | | 3,50 | 3,50 | | | | | | |
| | Соль | | 0,20 | 0,20 | | | | | | |
| | соус молочный | | | 24,00 | | | | | | |
| | Яйцо | | 8,70 | 8,70 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 80,50 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1,30 | 1,30 | | | | | | |
| Рагу из овощей | | 130 | | | 2,00 | 5,00 | 13,65 | 107,00 | 8,00 | №362 Дем2016 |
| | Картофель | | 69,47 | 41,60 | | | | | | |
| | Морковь | | 13,80 | 10,40 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 12,37 | 10,40 | | | | | | |
| | Капуста свежая | | 71,50 | 57,20 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3,90 | 3,90 | | | | | | |
| | соус сметанный: | | | 39,00 | | | | | | |
| | Сметана | | 9,00 | 9,00 | | | | | | |
| | Вода | | 29,25 | 29,25 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 2,92 | 2,92 | | | | | | |
| | Соль | | 1,30 | 1,30 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 120/3/3 | | | 0,08 | 0,01 | 6,80 | 27,30 | 1,90 | №393 Дем2010 |
| | Заварка | | 0,35 | 0,35 | | | | | | |
| | Сахар | | 3 | 3 | | | | | | |
| | лимон | | 3,4 | 3 | | | | | | |
| | Вода | | 120,0 | 120,0 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 23 | 23,00 | 23,00 | 1,80 | 0,23 | 11,30 | 54,50 | 0,00 | |
| Итого: | | 509 | | | 16,48 | 18,49 | 76,75 | 539,85 | 10,66 | |
| ВСЕГО: | | 1738,5 | | | 48,15 | 54,04 | 234,59 | 1620,05 | 27,26 | |

День 7 - ой

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | пищевые | | | энергетическая ценность | витамины | № рецептуры |
|---|----------------|--------------------|--------------------|---------|-------|--------|----------------------------|----------|---------------|
| | | | | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная с маслом | 200/5 | | | 8,80 | 8,60 | 26,00 | 216,00 | 0,22 | ТТК №6 |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 100,00 | 100,00 | | | | | | |
| | | 76,00 | 76,00 | | | | | | |
| | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | | | 1,22 | 1,34 | 11,94 | 65,00 | 0,19 | №395 Дем2010 |
| | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| | | 10,00 | 10,00 | | | | | | |
| | | 90,00 | 90,00 | | | | | | |
| | | 108,00 | 108,00 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | | | 2,30 | 4,50 | 15,40 | 111,00 | | №1 Дем2010 |
| | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 420 | | | 12,32 | 14,44 | 53,34 | 392,00 | 0,41 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок персик-банан | 125 | 125 | 125 | 0,60 | 0,19 | 15,00 | 64,00 | 3,70 | №418 Дем2016 |
| Итого: | 125 | | | 0,60 | 0,19 | 15,00 | 64,00 | 3,70 | |
| завтрак*2 завтрак | 545 | | | 12,92 | 14,63 | 68,34 | 456,00 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Огурцы соевые порционно (доп. гарнир) | 40 | | | 0,32 | 0,04 | 2,00 | 10,00 | 2,00 | стр563,с61996 |
| | | 72,80 | 40,00 | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной | 200/6 | | | 3,00 | 5,90 | 18,80 | 140,30 | 6,36 | №63 Дем 2016 |
| | | 20,00 | 16,00 | | | | | | |
| | | 26,72 | 16,00 | | | | | | |
| | | 10,64 | 8,00 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---------|----------|----------|---------|-------|--------|----------------|-------------|---------------|
| Чай с молоком,сахаром | 180/5 | 0,45 | 0,45 | 2,60 | 2,30 | 14,30 | 89,00 | 0,02 | №394 Дем2010 |
| Заварка | | 5 | 5 | | | | | | |
| Сахар | | 92 | 90 | | | | | | |
| Молоко | | 88 | 88 | | | | | | |
| Вода | | | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | | | 2,30 | 4,50 | 15,40 | 111,00 | | №1 Дем2010 |
| Батон нарезной | | 30,00 | 30,00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | | | |
| Итого: | 400 | | | 12,10 | 13,80 | 44,70 | 352,00 | 0,52 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок | 12/5 | 125 | 125 | 0,75 | 0,38 | 23,00 | 98,42 | 5,60 | №368 Дем2010 |
| яблоко-груша | | | | | | | | | |
| Итого: | 125 | | | 0,75 | 0,38 | 23,00 | 98,42 | 5,60 | |
| завтрак+2 завтрак | 52/5 | | | 12,85 | 14,18 | 67,70 | 450,42 | 6,12 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 50 | | | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 3,50 | стр563,сб1996 |
| огурцы свежие | | 51,00 | 50,00 | | | | | | |
| Суп рыбный с крупной и картофелем | 230 | | | 9,00 | 9,80 | 28,00 | 236,00 | 5,60 | ТТК №21 |
| рыба | | 38,16 | 29,00 | | | | | | |
| лук репчатый | | 7,20 | 6,00 | | | | | | |
| Яйцо | | 1,68 | 1,50 | | | | | | |
| Вода | | 2,40 | 2,40 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | 38,00 | 38,00 | | | | | | |
| Картофель | | 100,20 | 60,00 | | | | | | |
| Морковь | | 10,64 | 8,00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 9,52 | 8,00 | | | | | | |
| Крупа перловая | | 8,00 | 8,00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2,50 | 2,50 | | | | | | |
| Соль | | 1,20 | 1,20 | | | | | | |
| Вода | | 144,00 | 144,00 | | | | | | |
| Азу с отварной говядиной | 180 | | | 9 | 10 | 31 | 252 | 4,7 | ТТК№5Д |
| Говядина | | 47,25 | 47,25 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 30 | 30 | | | | | | |
| Картофель | | 160,32 | 96 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 14,28 | 12 | | | | | | |
| Томат-паста | | 3 | 3 | | | | | | |
| Масло растительное | | 8 | 8 | | | | | | |
| огурцы соленые | | 22 | 12 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 2 | 2 | | | | | | |
| соль | | 1,3 | 1,3 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 180 | | | 0,10 | 0,10 | 11,80 | 48,50 | 1,20 | №390 Дем2016 |
| яблоки | | 40,8 | 36,0 | | | | | | |
| вода | | 155,0 | 155,0 | | | | | | |
| сахар | | 5,0 | 5,0 | | | | | | |
| Хлеб сельский | 37,5 | 37,50 | 37,50 | 1,8 | 0,4 | 18 | 82,5 | | |
| Итого: | 677,5 | | | 20,25 | 20,35 | 89,75 | 625,00 | 15,00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Кондитерские изделия | 30 | 30 | 30 | 0,10 | 3,50 | 21,00 | 115,00 | | |
| печенье | | | | | | | | | |
| Катык | 130 | 134,00 | 130,00 | 3,77 | 3,25 | 5,46 | 66,2 | 0,84 | №401Дем2010 |
| катык | | | | | | | | | |
| Салат из моркови | 50 | | | 0,75 | 0,06 | 8,50 | 37,50 | 1,90 | №42 Дем2016г |
| Морковь | | 66,5 | 50 | | | | | | |
| Сахар | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным | 150 | | | 9,00 | 12,50 | 24,00 | 244,50 | 0,23 | №250 Дем2016 |
| Творог | | 98,8 | 97,5 | | | | | | |
| Крупа рисовая | | 18 | 18 | | | | | | |
| Сахар | | 9 | 9 | | | | | | |
| Яйцо | | 7,8 | 7,8 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3,9 | 3,9 | | | | | | |
| Сметана | | 3,9 | 3,9 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | 153,4 | 153,4 | | | | | | |
| Молоко сгущенное | | 20 | 20 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 120/3/3 | | | 0,08 | 0,01 | 6,80 | 27,30 | 1,90 | №393Дем2010 |
| Заварка | | 0,35 | 0,35 | | | | | | |
| Сахар | | 3 | 3 | | | | | | |
| лимон | | 3,4 | 3 | | | | | | |
| Вода | | 120,0 | 120,0 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 23,00 | 23,00 | 1,80 | 0,23 | 11,30 | 54,50 | 0,00 | |
| Итого: | 509 | | | 15,50 | 19,55 | 77,06 | 545,00 | 4,87 | |
| ВСЕГО: | 1711,5 | | | 48,60 | 54,08 | 234,51 | 1620,42 | 25,99 | |
| День 10 -ый | | | | | | | | | |
| Применение пищи | Выход | Кол - во | Кол - во | пищевые | | | энергетическая | питательная | № рецептуры |
| Наименование блюда | блюда | (в гр.) | (в гр.) | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша Геркулесовая молочная с маслом | 200/5 | | | 6,70 | 5,50 | 18,00 | 148,00 | 0,23 | ТТК №5 |
| Крупа Геркулесовая | | 25,00 | 25,00 | | | | | | |
| Молоко | | 176,00 | 176,00 | | | | | | |
| Сахар | | 1,00 | 1,00 | | | | | | |

| Сахар | | 3 | 3 | | | | | | |
|-------------------|----------|-------|-------|--------|--------|---------|----------|--------|--|
| Вода | | 120 | 120 | | | | | | |
| | 23 | 23.00 | 23.00 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | 0.00 | |
| Хлеб пшеничный 1с | | | | | | | | | |
| Итого: | 463 | | | 15.70 | 18.00 | 76.80 | 527.80 | 61.60 | |
| Всего О: | 1682.5 | | | 48.51 | 53.64 | 236.78 | 1620.48 | 86.44 | |
| ИТОГО за 10 дней: | 17228.00 | | | 486.27 | 541.37 | 2348.52 | 16203.30 | 480.23 | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--------|--------|--------|---------|-------|--|
| | | | | 48.63 | 54.14 | 234.85 | 1620.33 | 48.02 | |
| | | | | 194.51 | 487.23 | 939.41 | 1621.14 | | |
| | | | | 12.00 | 30.05 | 57.95 | 100.00 | | |

распределение Б,Ж,У от калорийности,%

| | | | | | | | | | |
|-------------------|--|--------|--|--------|--------|---------|----------|---------|--|
| ИТОГО за 2 недели | | 8507.5 | | 243.17 | 270.44 | 1174.99 | 8101.47 | 238.685 | |
| | | 1701.5 | | 48.634 | 54.087 | 234.998 | 1620.294 | 47.7371 | |

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)
- При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный подник с включением блюд ужина.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 3.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутьман В.А, МогильныйМ.П. Москва Дети принт 2010-2016гг.
 - 3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г
 - 3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутьман В.А., Скурехин И.М. Москва 2007 г.
 - 3.4 Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003
 - 3.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.
 - 3.6 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ -
 - 3.7 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г
 - 3.8. Техничко-технологические карты
4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);
 - сельскохозяйственная птица бройлера потрошенные
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)
 - яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(35% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)
 - огурцы и помидоры свежие парниковые
 - 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%

"Согласовано"

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания
АО "Департамент продовольствия и социального питания г.
Казани"

А.К. Агапова

2021г

Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 1-3 лет с 7-12 часовым пребыванием

День 1 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|--|----------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом | 150/5 | 7.50 | 7.50 | 18.40 | 171.10 | ТТК №4 |
| Чай с сахаром | 160/4 | 0.05 | 0.01 | 4.42 | 18.00 | № 411 Дели2016 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 350 | 9.45 | 11.91 | 35.82 | 288.10 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок персиковый | 125 | 0.30 | 0.30 | 13.00 | 51.90 | №399Дели2010 |
| Итого: | 125 | 0.30 | 0.30 | 13.00 | 51.90 | |
| завтрак+2 завтрак | 474 | 9.75 | 12.21 | 48.82 | 340.00 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свеклы | 30 | 0.36 | 0.96 | 1.80 | 17.30 | №34, Дели2016 |
| Рассольник "Домашний" с курицей и сметаной | 150/10/5 | 4.08 | 6.33 | 8.22 | 106.20 | №81 Дели 2016 |
| Котлеты рубленые из говядины | 50/3 | 4.4 | 5.2 | 7 | 92.4 | №299 Дели2016 |
| Макароны отварные | 110 | 4.10 | 3.00 | 25.00 | 143.40 | №218 Дели 2016 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | №394Дели2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 568.00 | 15.13 | 15.82 | 74.32 | 500.33 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 130 | 2.77 | 3.25 | 4.33 | 57.65 | №419 Дели2016 |
| Пирожок печёный с картофелем | 50 | 2.50 | 3.40 | 18.00 | 112.00 | №437 Дели2016 |
| Котлеты рубленые из рыбы | 50 | 3.50 | 4.00 | 2.10 | 58.40 | ТТК 4Д |
| Рис отварной с овощами | 110 | 2.53 | 3.64 | 16 | 106 | №334 Дели2016 |
| Чай фруктовый | 100/4 | 0.1 | 0.05 | 9 | 36 | ТТК №56 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 444.00 | 13.00 | 14.54 | 59.23 | 417.05 | |
| ВСЕГО: | 1487.00 | 37.88 | 42.57 | 182.37 | 1257.38 | |

День 2- ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---|---------------|----------------------|--------------|--------------|------------------------------------|------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша "Дружба" молочная с маслом | 150/5 | 3.90 | 4.38 | 19.00 | 131.00 | ТТК №7 |
| Какао с молоком | 160 | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | №397/Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | №3Дели2010 |
| Итого: | 350 | 9.40 | 12.53 | 43.20 | 323.90 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие апельсин | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.00 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 450 | 10.40 | 12.53 | 51.30 | 359.90 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат витаминный | 30 | 0.40 | 1.70 | 3.90 | 32.00 | №15 Партнер 2009 |
| Свекльник на м/б со сметаной | 150/5 | 3.12 | 4.80 | 6.10 | 80.00 | №35,сб.Пермь2001 |
| Гуляш из отварной говядины | 40/40 | 7.00 | 7.00 | 20.00 | 171.00 | №141,сб.дмет2002 |
| Каша гречневая вязкая | 110/2,5 | 4.00 | 2.90 | 17.70 | 112.90 | №182,Дели 2016 |
| Кисель | 150 | | | 8.34 | 33.34 | №284Партнер2014 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 537.50 | 16.02 | 16.70 | 70.34 | 495.24 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Ряженка | 110 | 3.12 | 2.75 | 4.59 | 55.60 | №401Дели2010 |
| Кондитерские изделия (печенье) | 25 | 2.00 | 6.00 | 5.80 | 84.00 | |
| Салат из моркови | 30 | 0.60 | 0.05 | 3.00 | 14.00 | №42 Дели2016г |
| Суфле из творога с молоком сгущенным | 130/10 | 4.60 | 4.80 | 33.40 | 195.20 | №365 сбшк 2004 |

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| Чай с сахаром и лимоном | 100/2,5/2,5 | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | №393/Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 430 | 11.99 | 13.81 | 62.19 | 418.55 | |
| ВСЕГО: | 1417.50 | 38.41 | 43.04 | 183.83 | 1273.69 | |

День 3 - ий

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---|---------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|--------------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 150/5 | 5.80 | 6.00 | 17.90 | 148.00 | ТТК №9 |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | №394/Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 350 | 10.00 | 12.40 | 42.80 | 321.80 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок яблочный | 125 | 0.01 | 0.00 | 9.00 | 36.00 | 399/Дели2010 |
| Итого: | 125 | 0.01 | 0.00 | 9.00 | 36.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 475 | 10.01 | 12.40 | 51.80 | 357.80 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из капусты с яблоками | 30 | 0.60 | 1.38 | 3.00 | 26.80 | №7 Партнер 2014 |
| Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками | 150/10 | 4.00 | 4.45 | 11.70 | 103.00 | №88 Дели 2016 |
| Тефтели рыбные с маслом | 50/2 | 5.00 | 5.30 | 5.70 | 90.50 | ТТК №1Д |
| Пюре Картофельное | 120 | 2.40 | 3.60 | 16.80 | 109.20 | №137 Партнер 2014 |
| Компот из урюка | 150 | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 542 | 14.10 | 15.03 | 68.10 | 464.50 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Катык | 110 | 3.12 | 2.75 | 2.50 | 47.20 | №401/Дели2010 |
| Вак-беляш | 75 | 2.20 | 4.80 | 29.00 | 168.00 | №179 "Партнер"г. Уфа2010 |
| Омлет с сыром | 120 | 6.30 | 7.00 | 12.00 | 136.00 | №230 Дели2016 |
| Напиток из плодов шиповника | 100/2,5 | 0.3 | 0.13 | 9.4 | 39.9 | №417/Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 427.5 | 13.52 | 14.88 | 62.70 | 438.10 | |
| ВСЕГО: | 1444.5 | 37.63 | 42.31 | 182.60 | 1260.40 | |

День 4 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|-----------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 150 | 5.60 | 4.50 | 16.00 | 126.00 | №101 Дели 2016 |
| Кофейный напиток с молоком | 165/7 | 1 | 1.2 | 10 | 55 | №395/Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | №3/Дели2010 |
| Итого: | 357 | 10.10 | 11.65 | 38.90 | 300.60 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие груша | 100 | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 100 | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | |
| завтрак+2 завтрак | 457 | 10.70 | 12.08 | 52.90 | 362.90 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 30 | 0.21 | 0.03 | 0.57 | 3.39 | стр563,сб1996 |
| Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной на м/б | 150/5 | 1.10 | 3.30 | 5.00 | 54.00 | №73 Дели 2016 |
| Жаркое по-домашнему из отварной говядины | 180 | 12 | 13.5 | 34 | 305 | ТТК №29 Д |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | №394/Дели2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 545 | 15.50 | 17.16 | 71.87 | 503.42 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кефир | 110 | 3.1 | 2.75 | 4.4 | 54.8 | №401/Дели2010 |
| Кондитерские изделия (крекер) | 10 | 0.25 | 0.30 | 11.20 | 47.00 | |
| Салат из моркови с яблоками | 30 | 0.20 | 1.00 | 2.50 | 19.80 | №41/Дели2016 |
| Запеканка из творога с крошкой | 130 | 6.80 | 8.60 | 30.00 | 225.00 | № 322 Сб Самара 2013г |
| Чай без сахара | 100 | | | | | ТТК №17 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 400 | 11.95 | 12.85 | 57.90 | 393.60 | |
| ВСЕГО: | 1402 | 38.15 | 42.09 | 182.67 | 1259.92 | |

День 5 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|--|----------------|----------------------|---------------|---------------|------------------------------------|--------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша полбяная молочная с маслом | 150/5 | 6 | 5 | 17.23 | 138 | ТТК №1 |
| Какао с молоком | 160/8,3 | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | №397/Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 353 | 9.90 | 11.60 | 41.53 | 310.30 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок виноградный | 125 | 0.30 | 0.00 | 10.00 | 43.00 | №399/Дели2010 |
| Итого: | 125 | 0.30 | 0.00 | 10.00 | 43.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 478 | 10.20 | 11.60 | 51.53 | 353.30 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 30 | 0.22 | 1.80 | 0.72 | 20.00 | №13, Дели 2016 |
| Суп картофельный с горохом с курицей и гречками | 150/10/10 | 4.00 | 3.50 | 18.10 | 119.90 | ТТК№139 |
| Рыбная "Неженка" | 50 | 6.1 | 4.8 | 13.0 | 119 | ТТК №30Д |
| Картофель тушёный | 110 | 2 | 5 | 11 | 106 | №138 "Партнер"2014 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 0.10 | 0.10 | 10.20 | 42.10 | № 390 Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 560 | 13.96 | 15.50 | 67.32 | 473.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Ряженка | 110 | 3.12 | 2.70 | 3.70 | 51.60 | №401/Дели2010 |
| Кондитерские изделия печенье | 20 | 0.40 | 3.00 | 30.50 | 145.00 | |
| Котлеты рубленые из птицы | 50 | 5.80 | 4.80 | 3.93 | 82.00 | №322 Дели2016 |
| Капуста тушеная (в сметанном соусе) | 110 | 2.2 | 3.5 | 10 | 79 | ТТК№53Д |
| Чай с сахаром | 100/2,5 | 0.04 | 0.01 | 5.4 | 22 | № 411 Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 412.5 | 13.16 | 14.21 | 63.33 | 426.60 | |
| ВСЕГО: | 1450.5 | 37.32 | 41.31 | 182.18 | 1252.90 | |
| ИТОГО за 1 неделю | 7201.50 | 189.39 | 211.32 | 913.65 | 6304.29 | |
| за 1 день 1 недели | 1440.3 | 37.878 | 42.264 | 182.73 | 1260.858 | |

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|--|-------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша кукурузная молочная с маслом | 150/5 | 4.00 | 4.00 | 18.40 | 127.00 | ТТК №2 |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | №394/Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | №3/Дели2010 |
| Итого: | 354 | 9.80 | 11.95 | 43.20 | 321.40 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко | 100 | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | №386/Дели2016 |
| Итого: | 100 | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | |
| завтрак+2 завтрак | 454 | 10.20 | 12.35 | 53.20 | 366.60 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат "Пестрый" | 30 | 0.30 | 1.35 | 2.88 | 24.87 | №31, справ.М2003 |
| Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной | 150/10/5 | 4 | 6 | 6.3 | 93 | №82 Дели 2016 |
| Котлеты "Аппетитные" | 60 | 5.00 | 5.50 | 15.00 | 130.00 | ТТК №7Д |
| Макароны отварные | 110 | 4.10 | 3.00 | 25.00 | 143.40 | №218 Дели 2016 |
| Кисель | 150 | | | 8.34 | 33.34 | №284Партнер2014 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 545 | 14.90 | 16.15 | 71.82 | 490.61 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 130 | 2.77 | 3.25 | 4.33 | 57.65 | №419 Дели2016 |
| Булочка Дорожная | 50 | 3.00 | 4.00 | 30.00 | 168.00 | №453 Дели 2016 |
| Суфле из рыбы | 60 | 3.80 | 2.80 | 1.80 | 46.00 | №284, Дели 2016 |
| Рагу из овощей | 110 | 1.50 | 4.00 | 11.00 | 86.00 | №362 Дели2016 |
| Чай с сахаром и лимоном | 100/2,5/2,5 | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | №393/Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 475 | 12.74 | 14.26 | 62.53 | 427.40 | |
| ВСЕГО: | 1374 | 37.84 | 42.76 | 187.55 | 1284.61 | |

День 7 - ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---|---------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|-------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 150/5 | 7.00 | 6.50 | 19.60 | 164.90 | ТТК №6 |
| Кофейный напиток с молоком | 165/7 | 1 | 1.2 | 10 | 55 | №395/Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 357 | 9.90 | 12.10 | 42.60 | 318.90 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок груша-банан | 125 | 0.40 | 0.19 | 8.00 | 35.00 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 125 | 0.40 | 0.19 | 8.00 | 35.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 482 | 10.30 | 12.29 | 50.60 | 353.90 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы соленые порционно (доп. гаршир) | 30 | 0.24 | 0.03 | 0.51 | 3.30 | стр563,сб1996 |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б,со сметаной | 150/5 | 2.10 | 4.30 | 9.70 | 86.00 | №63 Дели 2016 |
| Плов из отварной говядины | 150 | 11.25 | 11.40 | 27.50 | 257.00 | №108"Партнер"2014 |
| Компот из урюка | 150 | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 525 | 15.69 | 16.03 | 68.61 | 481.30 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | 25 | 0.20 | 1.30 | 14.00 | 69.00 | |
| Кефир | 110 | 3.74 | 3.2 | 5.16 | 64 | №401/Дели2010 |
| Салат из моркови с яблоками | 30 | 0.20 | 1.00 | 2.50 | 19.80 | №41/Дели2016 |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | 130/10 | 6.00 | 8.00 | 22.50 | 186.00 | №237 Дели2010 |
| Напиток из плодов шиповника | 100/2,5 | 0.3 | 0.13 | 9.4 | 39.9 | №417/Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 427.5 | 12.04 | 13.83 | 63.36 | 425.70 | |
| ВСЕГО: | 1434.5 | 38.03 | 42.15 | 182.57 | 1260.90 | |

День 8 - ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---|---------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|--------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом | 150/5 | 4.28 | 3.30 | 11.00 | 91.00 | ТТК №8 |
| Какао с молоком | 160 | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | №397/Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | №3/Дели2010 |
| Итого: | 350 | 9.78 | 11.45 | 35.20 | 283.90 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие банан | 100 | 0.72 | 0.36 | 13.00 | 58.00 | №399/Дели2010 |
| Итого: | 100 | 0.72 | 0.36 | 13.00 | 58.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 450 | 10.50 | 11.81 | 48.20 | 341.90 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат витаминный | 30 | 0.40 | 1.70 | 3.90 | 32.00 | №15 Партнер 2009 |
| Суп крестьянский с курицей, сметаной | 150/10/5 | 4 | 5.00 | 12.30 | 110 | №62"Партнер"2014 |
| Запеканка картофельная с мясом | 130/15 | 8.00 | 10.20 | 25.00 | 223.00 | №291 Дели2010 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | №394/Дели2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 520 | 14.59 | 17.23 | 73.50 | 506.03 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Ряженка | 110 | 3.12 | 2.75 | 4.50 | 55.00 | №401/Дели2010 |
| Пирожок печёный с капустой | 60 | 2.30 | 4.20 | 25.00 | 146.00 | №172, Партнер 2009 |
| Омлет натуральный | 130/2 | 6.00 | 6.50 | 15.00 | 142.50 | №229 Дели2016 |
| Чай с сахаром | 100/2,5 | 0.04 | 0.01 | 5.4 | 21.9 | №411/Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 424.5 | 13.06 | 13.66 | 59.70 | 412.40 | |
| ВСЕГО: | 1394.5 | 38.15 | 42.70 | 181.40 | 1260.33 | |

День 9 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|------------------------------------|---------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 150 | 6.00 | 5.80 | 13.20 | 128.00 | №100 Дели2016 |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | №394/Дели2010 |

| | | | | | | |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 350 | 10.20 | 12.20 | 38.10 | 301.80 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок яблоко-вишня | 125 | 0.75 | 0.20 | 15.00 | 64.00 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 125 | 0.75 | 0.20 | 15.00 | 64.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 469 | 10.95 | 12.40 | 53.10 | 365.80 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 30 | 0.21 | 0.03 | 0.57 | 3.39 | стр563,сб1996 |
| Суп рыбный с крупой и картофелем | 180 | 7.00 | 7.60 | 21.90 | 184.00 | ТТК №21 |
| Азу из отварной говядины | 150 | 6.5 | 8.3 | 24 | 196 | ТТК№5Д |
| Компот из свежих яблок | 150 | 0.10 | 0.10 | 10.20 | 42.10 | № 390 Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | |
| Итого: | 540 | 15.31 | 16.33 | 70.97 | 491.49 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Катык | 110 | 3.12 | 2.75 | 2.50 | 47.20 | №401Дели2010 |
| Кондитерские изделия печенье | 20 | 1.00 | 2.00 | 8.00 | 53.00 | |
| Салат из моркови | 50 | 0.75 | 0.06 | 8.50 | 38.29 | №42 Дели2016г |
| Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным | 130 | 6.00 | 8.50 | 24.00 | 196.00 | № 250 Дели 2016 |
| Чай с сахаром и лимоном | 100/2,5/2,5 | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | №393Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 435 | 12.54 | 13.52 | 58.40 | 404.24 | |
| ВСЕГО: | 1450 | 38.80 | 42.25 | 182.47 | 1261.53 | |

День 10 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|--|----------------|----------------------|----------------|----------------|------------------------------------|-------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом | 150/5 | 5.00 | 4.15 | 14.00 | 114.00 | ТТК №5 |
| Кофейный напиток с молоком | 165/7 | 1 | 1.2 | 10 | 55 | №395/Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | №3Дели2010 |
| Итого: | 362.00 | 9.50 | 11.30 | 36.90 | 288.60 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко зеленое | 100 | 0.36 | 0.36 | 10.00 | 44.70 | №399Дели2010 |
| Итого: | 100 | 0.36 | 0.36 | 10.00 | 44.70 | |
| завтрак+2 завтрак | 462 | 9.86 | 11.66 | 46.90 | 333.30 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 30 | 0.22 | 1.80 | 0.72 | 20.00 | №13, Дели 2016 |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 150/10 | 4.00 | 3.00 | 10.70 | 85.80 | №88Дели2016 |
| Биточки рубленые из рыбы | 50 | 5.80 | 7.00 | 10.00 | 125.00 | ТТК №3 Д |
| Пюре Картофельное | 120 | 2.40 | 3.60 | 16.80 | 109.20 | №137 Партнер 2014 |
| Компот из урюка | 150 | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 65.9 | |
| Итого: | 560 | 14.52 | 15.70 | 69.12 | 474.90 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кефир | 110 | 3.74 | 2.75 | 5.16 | 60.35 | №401Дели2010 |
| Кондитерские изделия (крекер) | 10 | 0.50 | 1.50 | 17.50 | 75.00 | |
| Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн. | 140/15 | 6.60 | 10.00 | 22.00 | 204.00 | №160,сб Пермь2001 |
| Напиток из плодов шиповника | 100/2,5 | 0.3 | 0.13 | 9.4 | 39.9 | №417Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | |
| Итого: | 400 | 12.74 | 14.58 | 63.86 | 426.25 | |
| ВСЕГО: | 1422.00 | 37.12 | 41.94 | 179.88 | 1234.45 | |
| ИТОГО за 2 неделю | 7075.00 | 189.94 | 211.80 | 913.87 | 6301.82 | |
| за 1 день 2 недели | 1415 | 37.988 | 42.36 | 182.774 | 1260.364 | |
| ИТОГО за 10 дней | 14276.5 | 379.33 | 423.12 | 1827.52 | 12606.11 | |
| | | 37.93 | 42.31 | 182.75 | 1260.61 | |
| | | 151.732 | 380.808 | 731.008 | 1263.548 | |

распределение Б,Ж,У от калорийности,%

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ с соблюдением пищевой, энергетической ценности

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 №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.

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

3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания
Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

3.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003

3.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.

3.6. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ -интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

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%

"Согласовано"

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по
организации питания АО "Департамент
продовольствия и социального питания г. Казани"

А.К. Агапова

2021г

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

День 1 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность Ккал | № рецептуры |
|--|----------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------|----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом | 200/5 | 10.00 | 10.00 | 24.50 | 228.00 | ТТК №4 |
| Чай с сахаром | 180/5 | 0.06 | 0.02 | 4.99 | 20.38 | № 411 Дели2016 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 425 | 12.36 | 14.52 | 44.89 | 359.38 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок абрикосовый | 125 | 0.60 | 0.06 | 22.00 | 90.90 | №418Дели2016 |
| Итого: | 125 | 0.60 | 0.06 | 22.00 | 90.90 | |
| завтрак+2 завтрак | 550 | 12.96 | 14.58 | 66.89 | 450.28 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свеклы | 50 | 0.60 | 1.60 | 3.00 | 29.00 | №34, Дели2016 |
| Рассольник "Домашний" с курицей и сметаной | 200/15/5 | 5.45 | 8.45 | 10.96 | 142.00 | №81 Дели 2016 |
| Котлеты рубленые из говядины | 70/3 | 6.2 | 7.3 | 12 | 138.5 | №299 Дели2016 |
| Макароны отварные | 130 | 4.80 | 3.60 | 29.40 | 169.20 | №218 Дели 2016 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0.70 | 0.04 | 18.00 | 75.20 | №394Дели2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 696.5 | 19.55 | 21.39 | 91.36 | 636.40 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 150 | 3.20 | 3.75 | 5.00 | 66.55 | №419 Дели2016 |
| Пирожок печёный с картофелем | 60 | 3.00 | 4.10 | 26.30 | 154.00 | №437 Дели2016 |
| Котлеты рубленые из рыбы | 70 | 5.00 | 5.60 | 3.00 | 82.40 | ТТК 4Д |
| Рис отварной с овощами | 130 | 3 | 4.3 | 19.5 | 129 | №334 Дели2016 |
| Чай фруктовый | 120/5 | 0.12 | 0.06 | 11.5 | 47 | ТТК №56 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 558 | 16.12 | 18.04 | 76.60 | 533.45 | |
| ВСЕГО: | 1804.5 | 48.63 | 54.01 | 234.85 | 1620.13 | |

День 2- ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | ая ценность Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------------|----------------------|------|--------|------------------------|-------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | | |

| ЗАВТРАК | | | | | | |
|--------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------------|
| Каша "Дружба" молочная с маслом | 200/5 | 5.20 | 5.80 | 25.20 | 173.80 | ТТК №7 |
| Какао с молоком | 180 | 2.42 | 2.58 | 13.61 | 87.30 | №397 Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 146.00 | №3 Дели2010 |
| Итого: | 427 | 12.42 | 15.58 | 54.21 | 407.10 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие апельсин | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.40 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.40 | |
| завтрак+2 завтрак | 527 | 13.42 | 15.58 | 62.31 | 443.50 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат витаминный | 50 | 0.80 | 3.00 | 8.00 | 62.00 | №15 Партнер 2009 |
| Свекольник на м/б, со сметаной | 200/6 | 3.16 | 5.40 | 8.14 | 94.00 | №35,сб Пермь2001 |
| Гуляш из отварной говядины | 45/45 | 9.00 | 9.00 | 24.00 | 213.00 | №141,сб,диет2002 |
| Каша гречневая вязкая | 130/3 | 4.90 | 3.50 | 21.00 | 135.10 | №182,Дели 2016 |
| Кисель | 180 | | | 10.00 | 40.00 | №284Партнер201 4 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 706.5 | 19.66 | 21.30 | 89.14 | 626.60 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | 40 | 1.20 | 9.00 | 13.60 | 140.00 | |
| Ряженка | 130 | 3.72 | 3.20 | 3.50 | 57.50 | №401 Дели2010 |
| Салат из моркови | 50 | 0.75 | 0.06 | 8.50 | 37.00 | №42 Дели2016г |
| Суфле из творога с молоком сгущенным | 150/20 | 8.00 | 5.50 | 38.57 | 235.00 | №365сбшк2004 |
| Чай с сахаром и лимоном | 120/3/3 | 0.08 | 0.01 | 6.80 | 27.30 | №393Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 539 | 15.55 | 18.00 | 82.27 | 551.30 | |
| ВСЕГО: | 1772.5 | 48.63 | 54.88 | 233.72 | 1621.40 | |

День 3 - ий

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блода | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическ ая ценность | № рецептуры |
|----------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 200/5 | 7.50 | 8.00 | 23.70 | 196.80 | ТТК №9 |
| Чай с молоком,сахаром | 180/5 | 2.60 | 2.30 | 14.30 | 89.00 | № 394 Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 425 | 12.40 | 14.80 | 53.40 | 396.80 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок яблочно-абрикосовый | 125 | 0.40 | 0.00 | 12.00 | 49.60 | №418Дели2016 |
| Итого: | 125 | 0.40 | 0.00 | 12.00 | 49.60 | |
| завтрак+2 завтрак | 550 | 12.80 | 14.80 | 65.40 | 446.40 | |

| ОБЕД | | | | | | |
|---|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
| Салат из капусты с яблоками | 50 | 1.00 | 2.30 | 5.00 | 45.00 | №7 Партнер 2014 |
| Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками | 200/15 | 4.86 | 5.80 | 15.24 | 132.60 | №88 Дели 2016 |
| Тефтели рыбные с маслом | 70/3 | 7.00 | 8.00 | 12.00 | 148.00 | ТТК №1Д №137 Партнер 2014 |
| Пюре Картофельное | 130 | 2.60 | 3.90 | 18.20 | 118.30 | |
| Компот из урюка | 180 | 0.7 | 0.0 | 20.0 | 83 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 695.5 | 17.96 | 20.40 | 88.44 | 609.40 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Катык | 130 | 3.77 | 3.25 | 5.46 | 66.2 | №401Дели2010 №179 "Партнер"г. Уфа2010 |
| Вак-беляш | 90 | 3.10 | 6.00 | 35.00 | 206.00 | №230 Дели2016 |
| Омлет с сыром | 140 | 7.60 | 9.30 | 15.00 | 174.00 | №417Дели2016 |
| Напиток из плодов шиповника | 120/3 | 0.4 | 0.17 | 11.3 | 48.3 | |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 506 | 16.67 | 18.95 | 78.06 | 549.00 | |
| ВСЕГО: | 1751.5 | 47.43 | 54.15 | 231.90 | 1604.80 | |

День 4 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|----------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------------|-----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 180 | 6.80 | 5.40 | 23.00 | 168.00 | №101 Дели 2016 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1.22 | 1.34 | 11.94 | 65.00 | №395 Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 146.00 | №3 Дели2010 |
| Итого: | 402 | 12.82 | 13.94 | 50.34 | 379.00 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие груша | 100 | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | № 386 Дели 2016 |
| Итого: | 100 | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | |
| завтрак+2 завтрак | 502 | 13.42 | 14.37 | 64.34 | 441.30 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 50 | 0.35 | 0.05 | 0.95 | 6.00 | стр563,сб1996 |
| Щи со свежей капустой, картофелем, сметаной | 200/6 | 1.40 | 4.50 | 6.80 | 73.30 | №73 Дели 2016 |
| Жаркое по-домашнему из отварной говядины | 200 | 14.8 | 15.7 | 40 | 360 | ТТК №29 Д |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0.70 | 0.04 | 18.00 | 75.20 | №394Дели2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 663.5 | 19.05 | 20.69 | 83.75 | 597.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кефир | 130 | 3.70 | 3.25 | 5.20 | 65.00 | №401 Дели2010 |
| Кондитерские изделия печенье | 30 | 1.50 | 3.30 | 33.40 | 169.00 | |

| | | | | | | |
|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------------|
| Салат из моркови с яблоками | 50 | 0.37 | 2.00 | 4.30 | 37.00 | №41Дели2016 |
| Запеканка из творога с крошкой | 150 | 10.00 | 10.00 | 35.20 | 271.00 | № 322 С6 Самара 2013г |
| Чай без сахара | 120 | | | | | ТТК №17 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 493 | 17.37 | 18.78 | 89.40 | 596.50 | |
| ВСЕГО: | 1658.5 | 49.84 | 53.84 | 237.49 | 1634.80 | |

День 5 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|----------------|----------------------|-----------------|------------------|----------------------------|-----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша полбяная молочная с маслом | 200/5 | 7.30 | 7.42 | 22.80 | 187.20 | ТТК №1 |
| Какао с молоком | 180 | 2.42 | 2.58 | 13.61 | 87.30 | №397 Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 420 | 12.02 | 14.50 | 51.81 | 385.50 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок вишневый | 125 | 0.87 | 0.25 | 20.00 | 85.00 | №418Дели2016 |
| Итого: | 125 | 0.87 | 0.25 | 16.50 | 71.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 545 | 12.89 | 14.75 | 68.31 | 456.50 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 50 | 0.37 | 3.00 | 1.20 | 33.50 | №13, Дели 2016 |
| Суп картофельный с горохом с курицей и гречками | 200/15/10 | 5.25 | 4.40 | 26.00 | 164.00 | ТТК№139 |
| Рыбная "Неженка" | 70 | 8.6 | 6.6 | 18.3 | 168 | ТТК №30Д №138 |
| Картофель тушёный | 130 | 2.40 | 7.30 | 13.00 | 128.00 | "Партнер"2014 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0.10 | 0.10 | 11.80 | 48.50 | № 390 Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 692.5 | 18.52 | 21.80 | 88.30 | 624.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Ряженка | 130 | 3.72 | 3.20 | 4.46 | 61.50 | №401 Дели2010 |
| Кондитерские изделия (крекер) | 20 | 0.80 | 3.10 | 36.20 | 174.00 | |
| Котлеты рубленые из птицы | 70 | 8.20 | 6.70 | 5.50 | 115.20 | №322 Дели2016 |
| Капуста тушеная (в сметанном соусе) | 130 | 2.6 | 4.25 | 15 | 109 | ТТК№53Д |
| Чай с сахаром | 120/3 | 0.05 | 0.01 | 6.5 | 26 | № 411 Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 496 | 17.17 | 17.49 | 78.96 | 540.20 | |
| ВСЕГО: | 1733.5 | 48.58 | 54.04 | 235.57 | 1620.70 | |
| ИТОГО за 1 неделю | 8720.5 | 243.1 | 270.9283 | 1173.5283 | 8101.83 | |
| за 1 день 1 недели | 1744.1 | 48.62 | 54.18567 | 234.70567 | 1620.366 | |

День 6 - ой

| Прием пищи | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ая | № рецептуры |
|------------|----------------|----------------------|--|--|----------------------|-------------|
|------------|----------------|----------------------|--|--|----------------------|-------------|

| Наименование блюд | | | | | ценность | |
|---|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша кукурузная молочная с маслом | 200/5 | 5.80 | 5.40 | 25.80 | 175.00 | ТТК №2 |
| Чай с молоком,сахаром | 180/5 | 2.60 | 2.30 | 14.30 | 89.00 | № 394 Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 146.00 | №3 Дели2010 |
| Итого: | 432 | 13.20 | 14.90 | 55.50 | 410.00 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко | 100 | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | № 386 Дели 2016 |
| Итого: | 100 | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | |
| завтрак+2 завтрак | 532 | 13.60 | 15.30 | 65.50 | 455.20 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат "Пестрый" | 50 | 0.50 | 2.25 | 4.80 | 42.00 | №31, справ.М2003 |
| Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной | 200/15/5 | 4.56 | 7.50 | 12.64 | 136.30 | №82 Дели 2016 |
| Котлеты "Аппетитные" | 70 | 6.41 | 6.50 | 17.50 | 155.00 | ТТК №7Д акт к.п.2014 |
| Макароны отварные | 130 | 4.80 | 3.60 | 29.40 | 169.20 | №218 Дели 2016 |
| Кисель | 180 | | | 10.00 | 40.00 | №284Партнер201 4 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 697.5 | 18.07 | 20.25 | 92.34 | 625.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 150 | 3.20 | 3.75 | 5.00 | 66.55 | №419 Дели2016 |
| Булочка Дорожная | 60 | 4.00 | 5.00 | 36.50 | 207.00 | №453 Дели 2016 |
| Суфле из рыбы | 70 | 5.40 | 4.50 | 3.50 | 77.50 | №284, Дели 2016 |
| Рагу из овощей | 130 | 2.00 | 5.00 | 13.65 | 107.00 | №362 Дели2016 |
| Чай с сахаром и лимоном | 120/3/3 | 0.08 | 0.01 | 6.80 | 27.30 | №393Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 509 | 16.48 | 18.49 | 76.75 | 539.85 | |
| ВСЕГО: | 1738.5 | 48.15 | 54.04 | 234.59 | 1620.05 | |

День 7 - ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------------|---------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша пшенная молочная с маслом | 200/5 | 8.80 | 8.60 | 26.00 | 216.00 | ТТК №6 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1.22 | 1.34 | 11.94 | 65.00 | №395 Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 420 | 12.32 | 14.44 | 53.34 | 392.00 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок персик-банан | 125 | 0.60 | 0.19 | 15.00 | 64.00 | №418Дели2016 |

| | | | | | | |
|---|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------------|
| Итого: | 125 | 0.60 | 0.19 | 15.00 | 64.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 545 | 12.92 | 14.63 | 68.34 | 456.00 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы соленые порционно (доп. гарнир) | 40 | 0.32 | 0.04 | 2.00 | 10.00 | стр563,сб1996 |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной | 200/6 | 3.00 | 5.90 | 18.80 | 140.30 | №63 Дели 2016 |
| Плов из говядины | 180 | 13.50 | 13.70 | 33.00 | 309.00 | №108"Партнер"2014 |
| Компот из урюка | 180 | 0.7 | 0.0 | 20.0 | 83 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 683.5 | 19.32 | 20.04 | 91.80 | 624.80 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | 40 | 0.30 | 4.00 | 14.30 | 94.00 | |
| Кефир | 130 | 3.70 | 3.25 | 5.20 | 65.00 | №401 Дели2010 |
| Салат из моркови с яблоками | 50 | 0.37 | 2.00 | 4.30 | 37.00 | №41Дели2016 |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | 150/20 | 9.80 | 10.00 | 28.30 | 241.00 | №237 Дели2010 |
| Напиток из плодов шиповника | 120 | 0.4 | 0.17 | 11.3 | 48.3 | №417Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 463 | 16.37 | 19.65 | 74.70 | 539.80 | |
| ВСЕГО: | 1691.5 | 48.61 | 54.32 | 234.84 | 1620.60 | |

День 8 - ой

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|----------------------------|--------------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом | 200/5 | 5.70 | 4.35 | 14.00 | 118.00 | ТТК №8 |
| Какао с молоком | 180 | 2.42 | 2.58 | 13.61 | 87.30 | №397 Дели2010 |
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 145.00 | №3 Дели2010 |
| Итого: | 427 | 12.92 | 14.13 | 43.01 | 350.30 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие банан | 100 | 0.72 | 0.36 | 25.00 | 106.12 | № 386 Дели 2016 |
| Итого: | 100 | 0.72 | 0.36 | 25.00 | 106.12 | |
| завтрак+2 завтрак | 527 | 13.64 | 14.49 | 68.01 | 456.42 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат витаминный | 50 | 0.80 | 3.00 | 8.00 | 62.00 | №15 Партнер 2009 |
| Суп крестьянский с курицей, сметаной | 200/15/5 | 5.7 | 6.00 | 13.40 | 130 | №62"Партнер"2014 |
| Запеканка картофельная с мясом | 150/20 | 9.20 | 12.00 | 34.00 | 281.00 | №291 Дели2010 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0.70 | 0.04 | 18.00 | 75.20 | №394Дели2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 647.5 | 18.20 | 21.44 | 91.40 | 631.10 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Ряженка | 130 | 3.72 | 3.20 | 5.46 | 65.50 | №401 Дели2010 |
| Пирожок печёный с капустой | 90 | 3.40 | 6.30 | 38.00 | 219.00 | №172, Партнер 2009 |

| | | | | | | |
|-------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| Омлет натуральный | 140/3 | 8.50 | 8.68 | 13.60 | 167.40 | №229 Дели2016 |
| Чай с сахаром | 120/3 | 0.05 | 0.01 | 6.5 | 26 | №411Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 509 | 17.47 | 18.42 | 74.86 | 532.40 | |
| ВСЕГО: | 1683.5 | 49.31 | 54.35 | 234.27 | 1619.92 | |

День 9 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическ ая ценность | № рецептуры |
|---|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-----------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 180 | 7.20 | 7.00 | 15.00 | 152.00 | №100 Дели 2016 |
| Чай с молоком,сахаром | 180/5 | 2.60 | 2.30 | 14.30 | 89.00 | № 394 Дели2010 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2.30 | 4.50 | 15.40 | 111.00 | №1 Дели2010 |
| Итого: | 400 | 12.10 | 13.80 | 44.70 | 352.00 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Сок яблоко-груша | 125 | 0.75 | 0.38 | 23.00 | 98.42 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 125 | 0.75 | 0.38 | 23.00 | 98.42 | |
| завтрак+2 завтрак | 525 | 12.85 | 14.18 | 67.70 | 450.42 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | 50 | 0.35 | 0.05 | 0.95 | 6.00 | стр563,сб1996 |
| Суп рыбный с крупой и картофелем | 230 | 9.00 | 9.80 | 28.00 | 236.00 | ТТК №21 |
| Азу с отварной говядиной | 180 | 9 | 10 | 31 | 252 | ТТК№5Д |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0.10 | 0.10 | 11.80 | 48.50 | № 390 Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 677.5 | 20.25 | 20.35 | 89.75 | 625.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кондитерские изделия печенье | 30 | 0.10 | 3.50 | 21.00 | 115.00 | |
| Катык | 130 | 3.77 | 3.25 | 5.46 | 66.2 | №401Дели2010 |
| Салат из моркови | 50 | 0.75 | 0.06 | 8.50 | 37.50 | №42 Дели2016г |
| Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным | 150 | 9.00 | 12.50 | 24.00 | 244.50 | № 250 Дели 2016 |
| Чай с сахаром и лимоном | 120/3/3 | 0.08 | 0.01 | 6.80 | 27.30 | №393Дели2010 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 509 | 15.50 | 19.55 | 77.06 | 545.00 | |
| ВСЕГО: | 1711.5 | 48.60 | 54.08 | 234.51 | 1620.42 | |

День 10 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическ ая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------|----------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|---------------|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша Геркулесовая молочная с маслом | 200/5 | 6.70 | 5.50 | 18.00 | 148.00 | ТТК №5 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1.22 | 1.34 | 11.94 | 65.00 | №395 Дели2010 |

| | | | | | | |
|--|-----------------|---------------|-----------------|------------------|-----------------|---------------------------------|
| Бутерброд с сыром, маслом | 30/7/5 | 4.80 | 7.20 | 15.40 | 146.00 | №3 Дели2010 |
| Итого: | 427 | 12.72 | 14.04 | 45.34 | 359.00 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко | 100 | 0.36 | 0.36 | 22.00 | 92.68 | № 386 Дели 2016 |
| Итого: | 100 | 0.36 | 0.36 | 22.00 | 92.68 | |
| завтрак+2 завтрак | 527 | 13.08 | 14.40 | 67.34 | 451.68 | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 50 | 0.37 | 3.00 | 1.20 | 33.50 | №13, Дели 2016 |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 200/15 | 4.96 | 3.60 | 14.44 | 110.00 | №88,Дели2016 |
| Биточки рубленые из рыбы | 70 | 8.20 | 9.80 | 14.00 | 177.00 | ГТК №3Д №137 Партнер 2014 |
| Пюре Картофельное | 130 | 3.70 | 4.44 | 25.00 | 155.00 | |
| Компот из урюка | 180 | 0.7 | 0.0 | 20.0 | 83 | №394, Дели 2016 |
| Хлеб сельский | 37.5 | 1.8 | 0.4 | 18 | 82.5 | |
| Итого: | 692.5 | 19.73 | 21.24 | 92.64 | 641.00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| Кефир | 130 | 3.70 | 3.20 | 5.20 | 65.00 | №401 Дели2010 |
| Кондитерские изделия (крекер) | 20 | 1.80 | 0.80 | 24.00 | 106.00 | |
| Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн. | 150/20 | 8.00 | 13.60 | 25.00 | 254.00 | №160,сб Пермь2001 |
| Напиток из плодов шиповника | 120 | 0.4 | 0.17 | 11.3 | 48.3 | №417,Дели2016 |
| Хлеб пшеничный 1с | 23 | 1.80 | 0.23 | 11.30 | 54.50 | |
| Итого: | 463 | 15.70 | 18.00 | 76.80 | 527.80 | |
| ВСЕГО: | 1682.5 | 48.51 | 53.64 | 236.78 | 1620.48 | |
| ИТОГО за 2 неделю | 8507.5 | 243.17 | 270.4367 | 1174.9917 | 8101.47 | |
| за 1 день 2 недели | 1701.5 | 48.634 | 54.08733 | 234.99833 | 1620.294 | |
| ИТОГО за 10 дней: | 17228.00 | 486.27 | 541.37 | 2348.52 | 16203.30 | |
| | | 48.63 | 54.14 | 234.85 | 1620.33 | |
| | | 194.51 | 487.23 | 939.41 | 1621.14 | |
| распределение Б,Ж,У от калорийности,% | | 12.00 | 30.05 | 57.95 | 100.00 | |

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ с соблюдением пищевой , энергетической ценности
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 №11)
При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 3.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.
 - 3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г
 - 3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.
 - 3.4 Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003

3.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.

3.6. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ -интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

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%

**Калорийность в разрезе
ДОУ от 1 до 3 лет**

| | | | | | |
|------------------|----------------------|-----------------------|------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| с отклонениями | | 35,9-37,8-39,7 | 40,18-42,3-44,4 | 173,56-182,7-191,8 | 1197-1260-1323 |
| 90% | | 37.80 | 42.3 | 182.7 | 1260 |
| суточные 2021г | | 42.00 | 47 | 203 | 1400 |
| | Объемы порций | Белки | Жиры | Угл-ды | Энергетическая ценность |
| 1 | 1487.00 | 37.88 | 42.57 | 182.37 | 1257.38 |
| 2 | 1417.50 | 38.41 | 43.04 | 183.83 | 1273.69 |
| 3 | 1444.50 | 37.63 | 42.31 | 182.60 | 1260.40 |
| 4 | 1402.00 | 38.15 | 42.09 | 182.67 | 1259.92 |
| 5 | 1450.50 | 37.32 | 41.31 | 182.18 | 1252.90 |
| 6 | 1374.00 | 37.84 | 42.76 | 187.55 | 1284.61 |
| 7 | 1434.50 | 38.03 | 42.15 | 182.57 | 1260.90 |
| 8 | 1394.50 | 38.15 | 42.70 | 181.40 | 1260.33 |
| 9 | 1450.00 | 38.80 | 42.25 | 182.47 | 1261.53 |
| 10 | 1422.00 | 37.12 | 41.94 | 179.88 | 1234.45 |
| | | | | | |
| Всего | 14276.50 | 379.33 | 423.12 | 1827.52 | 12606.11 |
| В среднем | 1427.65 | 37.93 | 42.31 | 182.75 | 1260.61 |
| | | | | | |

**Калорийность
ДОУ от 3 до 7 лет**

| с отклонениями | | 46,17-48,6-51,03 | 51,3-54-56,7 | 3,154-234,9-246,6 | 1539-1620-1701 |
|------------------|----------------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|--------------------------------|
| 90% | Объемы порций | 48.6 | 54 | 234.9 | 1620 |
| суточные 2021г | | 54 | 60 | 261 | 1800 |
| | | Белки | Жиры | Угл-ды | Энергетическая ценность |
| 1 | 1804.50 | 48.63 | 54.01 | 234.85 | 1620.13 |
| 2 | 1772.50 | 48.63 | 54.88 | 233.72 | 1621.40 |
| 3 | 1751.50 | 47.43 | 54.15 | 231.90 | 1604.80 |
| 4 | 1658.50 | 49.84 | 53.84 | 237.49 | 1634.80 |
| 5 | 1733.50 | 48.58 | 54.04 | 235.57 | 1620.70 |
| 6 | 1738.50 | 48.15 | 54.04 | 234.59 | 1620.05 |
| 7 | 1691.50 | 48.61 | 54.32 | 234.84 | 1620.60 |
| 8 | 1683.50 | 49.31 | 54.35 | 234.27 | 1619.92 |
| 9 | 1711.50 | 48.60 | 54.08 | 234.51 | 1620.42 |
| 10 | 1682.50 | 48.51 | 53.64 | 236.78 | 1620.48 |
| | | | | | |
| Всего | 17228.00 | 486.27 | 541.37 | 2348.52 | 16203.30 |
| В среднем | 1722.80 | 48.63 | 54.14 | 234.85 | 1620.33 |
| | | | | | |

Расход продуктов ДОУ

от 1 до 3 лет

НЕТТО

| Наименов. прод. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Кол-во | Среднее |
|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| Сахар | 15.60 | 27.55 | 11.85 | 25.45 | 18.85 | 18.25 | 26.10 | 17.95 | 19.80 | 15.24 | 196.64 | 19.66 |
| Заварка | 0.70 | 0.30 | 0.40 | 0.30 | 0.35 | 0.70 | 0.00 | 0.30 | 0.70 | 0.00 | 3.75 | 0.38 |
| Яйцо | 11.00 | 6.20 | 87.10 | 9.10 | 3.30 | 10.50 | 5.20 | 101.40 | 8.26 | 17.00 | 259.06 | 25.91 |
| Дрожжи сухие | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 0.70 | 0.07 |
| Батон нарезной | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 250.00 | 25.00 |
| Хлеб пшеничный 1с | 37.65 | 20.00 | 25.00 | 20.00 | 41.00 | 28.00 | 20.00 | 20.00 | 20.00 | 20.00 | 251.65 | 25.17 |
| Хлеб сельский | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 300.00 | 30.00 |
| Мука пшеничная | 24.30 | 2.00 | 25.55 | 35.10 | 7.32 | 37.19 | 0.00 | 27.30 | 1.70 | 12.05 | 172.51 | 17.25 |
| Кисель-концентрат | 0.00 | 17.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 17.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 35.00 | 3.50 |
| Макаронные изделия | 38.50 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 38.50 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 95.00 | 9.50 |
| Крупа рисовая | 31.90 | 11.00 | 0.00 | 9.00 | 6.30 | 0.00 | 32.00 | 19.00 | 15.60 | 6.50 | 131.30 | 13.13 |
| Крупа кукурузная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа манная | 15.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.80 | 0.00 | 0.00 | 1.25 | 34.05 | 3.41 |
| Горох | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 1.50 |
| Крупа пшенная | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 23.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 37.00 | 3.70 |
| Крупа ячневая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Полба | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа перловая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 12.00 | 1.20 |
| Крупа геркулесовая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа пшеничная | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа гречневая | 0.00 | 27.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 27.50 | 2.75 |
| Картофель | 63.80 | 25.90 | 172.20 | 138.60 | 123.50 | 80.20 | 12.00 | 138.90 | 128.20 | 103.00 | 986.30 | 98.63 |
| Морковь | 17.00 | 60.10 | 6.00 | 35.50 | 29.24 | 14.80 | 32.00 | 13.50 | 56.00 | 6.75 | 270.89 | 27.09 |
| Лук репчатый | 26.70 | 18.14 | 14.78 | 21.30 | 47.17 | 19.30 | 13.50 | 20.20 | 22.40 | 27.65 | 231.14 | 23.11 |
| Свекла | 28.50 | 38.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 24.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 110.80 | 11.08 |
| Капуста свежая | 12.00 | 21.00 | 31.80 | 30.00 | 137.13 | 48.40 | 12.00 | 71.00 | 0.00 | 90.00 | 453.33 | 45.33 |
| Икра кабачковая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы соленые | 9.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 9.00 | 30.00 | 0.00 | 10.40 | 0.00 | 58.40 | 5.84 |
| Помидоры свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.00 | 28.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.00 | 28.80 | 117.60 | 11.76 |
| перец | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Томат-паста | 0.00 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.75 | 3.55 | 0.36 |
| Масло сливочное | 21.20 | 12.50 | 21.70 | 22.00 | 17.60 | 22.20 | 15.20 | 22.00 | 10.30 | 17.70 | 182.40 | 18.24 |
| Масло растительное | 8.40 | 5.30 | 3.30 | 11.20 | 4.80 | 9.90 | 8.20 | 4.06 | 8.80 | 4.75 | 68.71 | 6.87 |
| Фрукты свежие | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 500.00 | 50.00 |
| Яблоки | 0.00 | 6.75 | 8.40 | 12.90 | 30.00 | 8.00 | 12.90 | 6.75 | 30.00 | 0.00 | 115.70 | 11.57 |
| Ягоды | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Лимон | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 7.50 | 0.75 |
| смородина черная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сок | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 625.00 | 62.50 |
| Курага | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухофрукты | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 45.00 | 4.50 |
| Урюк | 4.00 | 0.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 15.00 | 49.00 | 4.90 |
| Изюм | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Шиповник | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 30.00 | 3.00 |
| Молоко | 262.00 | 188.50 | 247.80 | 175.00 | 171.00 | 310.40 | 151.00 | 205.20 | 165.00 | 245.00 | 2120.90 | 212.09 |
| Кефир | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 330.00 | 33.00 |
| Ряженка | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 330.00 | 33.00 |
| Катык | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 110.00 | 0.00 | 220.00 | 22.00 |
| Молоко сгущенное | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 30.00 | 3.00 |
| Сметана | 5.00 | 17.40 | 0.00 | 5.00 | 5.13 | 12.00 | 10.20 | 8.75 | 3.40 | 11.60 | 78.48 | 7.85 |
| Творог | 0.00 | 92.85 | 0.00 | 72.50 | 0.00 | 0.00 | 119.60 | 0.00 | 84.50 | 0.00 | 369.45 | 36.95 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Говядина | 0.00 | 66.00 | 0.00 | 47.00 | 0.00 | 0.00 | 39.00 | 0.00 | 31.50 | 0.00 | 183.50 | 18.35 |
| Фарш из говядины | 44.50 | 0.00 | 36.40 | 0.00 | 0.00 | 35.70 | 0.00 | 50.20 | 0.00 | 49.00 | 215.80 | 21.58 |
| Цыплята | 14.70 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 51.53 | 41.30 | 0.00 | 14.70 | 0.00 | 14.70 | 136.93 | 13.69 |
| Фарш индейки | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| фарш птицы | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сыр | 0.00 | 5.00 | 15.00 | 5.00 | 0.00 | 5.00 | 0.00 | 5.00 | 0.00 | 5.00 | 40.00 | 4.00 |
| Рыба | 39.28 | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 31.25 | 54.85 | 0.00 | 0.00 | 29.00 | 37.50 | 231.88 | 23.19 |
| Кофейный напиток | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 6.00 | 0.60 |
| Какао-порошок | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 5.10 | 0.51 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 10.00 | 20.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 20.00 | 10.00 | 110.00 | 11.00 |
| кислота лимонная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Соль | 3.33 | 2.70 | 3.50 | 3.30 | 4.60 | 4.14 | 3.70 | 4.10 | 2.70 | 4.43 | 36.50 | 3.65 |
| Крахмал | 0.00 | 9.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 9.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 18.00 | 1.80 |
| Сухари панировочные | 9.75 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.00 | 5.00 | 5.20 | 1.70 | 0.00 | 3.75 | 30.40 | 3.04 |
| Напиток витаминный | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Крупы, бобовые | 46.90 | 56.50 | 19.00 | 9.00 | 40.30 | 25.00 | 62.80 | 25.00 | 21.60 | 26.75 | 332.85 | 33.29 |
| Овощи разные | 93.20 | 138.34 | 52.58 | 116.80 | 242.34 | 111.50 | 111.50 | 104.70 | 120.80 | 153.95 | 1245.71 | 124.57 |
| Фрукты | 0.00 | 109.25 | 8.40 | 112.90 | 30.00 | 110.50 | 12.90 | 106.75 | 32.50 | 100.00 | 623.20 | 62.32 |
| Фрукты сухие | 19.00 | 0.00 | 25.00 | 15.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 15.00 | 0.00 | 25.00 | 124.00 | 12.40 |
| Молочные прод. | 262.00 | 308.50 | 357.80 | 285.00 | 281.00 | 310.40 | 271.00 | 315.20 | 285.00 | 355.00 | 3030.90 | 303.09 |
| Говядина | 44.50 | 66.00 | 36.40 | 47.00 | 0.00 | 35.70 | 39.00 | 50.20 | 31.50 | 49.00 | 399.30 | 39.93 |
| птица | 14.70 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 51.53 | 41.30 | 0.00 | 14.70 | 0.00 | 14.70 | 136.93 | 13.69 |
| Хлеб пшеничный | 62.65 | 45.00 | 50.00 | 45.00 | 66.00 | 53.00 | 45.00 | 45.00 | 45.00 | 45.00 | 501.65 | 50.17 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 10.00 | 20.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 20.00 | 10.00 | 110.00 | 11.00 |
| Субпродукты | | | | | | | | | | | 0.00 | 0.00 |

Примечание: расход хлеба пшеничного с учетом расхода сухарей панировочных

Расход продуктов ДОУ

от 1 до 3 лет

брутто

| Наименов. прод. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Кол-во | Среднее |
|--------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Сахар | 15.60 | 27.55 | 11.85 | 25.45 | 18.85 | 18.25 | 26.10 | 17.95 | 19.80 | 15.24 | 196.64 | 19.66 |
| Заварка | 0.70 | 0.30 | 0.40 | 0.30 | 0.35 | 0.70 | 0.00 | 0.30 | 0.70 | 0.00 | 3.75 | 0.38 |
| Яйцо | 11.00 | 6.20 | 87.10 | 9.10 | 3.30 | 10.50 | 5.20 | 101.40 | 8.44 | 17.00 | 259.24 | 25.92 |
| Дрожжи сухие | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 0.70 | 0.07 |
| Батон нарезной | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 25.00 | 250.00 | 25.00 |
| Хлеб пшеничный 1с | 37.65 | 20.00 | 25.00 | 20.00 | 43.40 | 28.00 | 20.00 | 20.00 | 20.00 | 20.00 | 254.05 | 25.41 |
| Хлеб сельский | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 300.00 | 30.00 |
| Мука пшеничная | 24.30 | 2.00 | 25.55 | 35.10 | 7.32 | 37.19 | 0.00 | 27.30 | 1.70 | 12.05 | 172.51 | 17.25 |
| Кисель-концентрат | 0.00 | 17.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 17.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 35.00 | 3.50 |
| Макаронные изделия | 38.50 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 38.50 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 95.00 | 9.50 |
| Крупа рисовая | 31.90 | 11.00 | 0.00 | 9.00 | 6.30 | 0.00 | 32.00 | 19.00 | 15.60 | 6.50 | 131.30 | 13.13 |
| Крупа кукурузная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа манная | 15.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.80 | 0.00 | 0.00 | 1.25 | 34.05 | 3.41 |
| Горох | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.20 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.20 | 1.52 |
| Крупа пшенная | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 23.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 37.00 | 3.70 |
| Крупа ячневая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Полба | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа перловая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 12.00 | 1.20 |
| Крупа геркулесовая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа пшеничная | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 19.00 | 1.90 |
| Крупа гречневая | 0.00 | 27.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 27.50 | 2.75 |
| Картофель | 106.54 | 43.25 | 287.56 | 215.76 | 206.24 | 133.93 | 18.48 | 231.96 | 203.28 | 172.00 | 1619.00 | 161.90 |
| Морковь | 14.63 | 78.83 | 8.00 | 47.26 | 38.89 | 19.68 | 42.56 | 16.83 | 74.48 | 9.00 | 350.16 | 35.02 |
| Лук репчатый | 31.79 | 21.59 | 17.59 | 25.34 | 56.14 | 22.94 | 16.07 | 24.04 | 26.72 | 32.90 | 275.12 | 27.51 |
| Свекла | 38.76 | 52.09 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 27.20 | 32.64 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 150.69 | 15.07 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Капуста свежая | 15.00 | 26.25 | 39.75 | 37.50 | 171.40 | 60.50 | 15.00 | 88.75 | 0.00 | 112.50 | 566.65 | 56.67 |
| Икра кабачковая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы соленые | 16.38 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 16.00 | 54.60 | 0.00 | 18.90 | 0.00 | 105.88 | 10.59 |
| Помидоры свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.60 | 29.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.60 | 29.30 | 119.80 | 11.98 |
| перец | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Томат-паста | 0.00 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.75 | 3.55 | 0.36 |
| Масло сливочное | 21.20 | 12.50 | 21.70 | 22.00 | 17.60 | 22.20 | 15.20 | 22.00 | 10.30 | 17.70 | 182.40 | 18.24 |
| Масло растительное | 8.40 | 5.30 | 3.30 | 11.20 | 4.80 | 9.90 | 8.20 | 4.06 | 8.80 | 4.75 | 68.71 | 6.87 |
| Фрукты свежие | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 570.00 | 57.00 |
| Яблоки | 0.00 | 7.50 | 11.40 | 14.67 | 34.00 | 9.12 | 14.67 | 7.50 | 34.00 | 0.00 | 132.86 | 13.29 |
| Ягоды | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Лимон | 0.00 | 2.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.80 | 0.00 | 0.00 | 2.80 | 0.00 | 8.40 | 0.84 |
| смородина черная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сок | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 625.00 | 62.50 |
| Курага | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухофрукты | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 45.90 | 4.59 |
| Урюк | 4.00 | 0.00 | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 15.30 | 49.90 | 4.99 |
| Изюм | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Шиповник | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 30.00 | 3.00 |
| Молоко | 269.00 | 188.50 | 250.76 | 175.00 | 171.00 | 319.40 | 151.00 | 205.20 | 167.00 | 245.96 | 2142.82 | 214.28 |
| Кефир | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 342.00 | 34.20 |
| Ряженка | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 342.00 | 34.20 |
| Катык | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 228.00 | 22.80 |
| Молоко сгущенное | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 10.00 | 0.00 | 30.00 | 3.00 |
| Сметана | 5.00 | 17.40 | 0.00 | 5.00 | 5.13 | 12.70 | 10.20 | 8.75 | 3.40 | 11.60 | 79.18 | 7.92 |
| Творог | 0.00 | 94.70 | 0.00 | 73.60 | 0.00 | 0.00 | 121.30 | 0.00 | 85.70 | 0.00 | 375.30 | 37.53 |
| Говядина | 0.00 | 66.00 | 0.00 | 47.00 | 0.00 | 0.00 | 39.00 | 0.00 | 31.50 | 0.00 | 183.50 | 18.35 |
| Фарш из говядины | 44.50 | 0.00 | 36.40 | 0.00 | 0.00 | 35.70 | 0.00 | 50.20 | 0.00 | 49.00 | 215.80 | 21.58 |
| Цыплята | 22.62 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 79.28 | 63.54 | 0.00 | 22.62 | 0.00 | 22.62 | 210.68 | 21.07 |
| фарш индейки | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| фарш птицы | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сыр | 0.00 | 5.10 | 15.30 | 5.10 | 0.00 | 5.10 | 0.00 | 5.10 | 0.00 | 5.10 | 40.80 | 4.08 |
| Рыба | 51.68 | 0.00 | 52.63 | 0.00 | 41.12 | 73.11 | 0.00 | 0.00 | 38.16 | 49.34 | 306.04 | 30.60 |
| Кофейный напиток | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 6.00 | 0.60 |
| Какао-порошок | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 1.70 | 0.00 | 0.00 | 5.10 | 0.51 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 10.00 | 20.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 20.00 | 10.00 | 110.00 | 11.00 |
| конфеты | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Соль | 3.33 | 2.70 | 3.50 | 3.30 | 4.60 | 4.14 | 3.70 | 4.10 | 2.70 | 4.43 | 36.50 | 3.65 |
| Крахмал | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухари панировочные | 9.75 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.00 | 5.00 | 5.20 | 1.70 | 0.00 | 3.75 | 30.40 | 3.04 |
| кислота лимонная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Крупы, бобовые | 46.90 | 56.50 | 19.00 | 9.00 | 40.50 | 25.00 | 62.80 | 25.00 | 21.60 | 26.75 | 333.05 | 33.31 |
| Овощи разные | 116.56 | 179.56 | 65.34 | 140.70 | 295.73 | 146.32 | 160.87 | 129.62 | 152.70 | 184.45 | 1571.85 | 157.19 |
| Фрукты | 0.00 | 124.30 | 11.40 | 128.67 | 34.00 | 125.92 | 14.67 | 121.50 | 36.80 | 114.00 | 711.26 | 71.13 |
| Фрукты сухие | 19.30 | 0.00 | 15.30 | 15.30 | 0.00 | 0.00 | 15.30 | 15.30 | 0.00 | 15.30 | 95.80 | 9.58 |
| Молочные прод. | 269.00 | 312.50 | 364.76 | 289.00 | 285.00 | 319.40 | 275.00 | 319.20 | 291.00 | 359.96 | 3084.82 | 308.48 |
| Говядина | 44.50 | 66.00 | 36.40 | 47.00 | 0.00 | 35.70 | 39.00 | 50.20 | 31.50 | 49.00 | 399.30 | 39.93 |
| птица | 22.62 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 79.28 | 63.54 | 0.00 | 22.62 | 0.00 | 22.62 | 210.68 | 21.07 |
| Хлеб пшеничный | 62.65 | 45.00 | 50.00 | 45.00 | 68.40 | 53.00 | 45.00 | 45.00 | 45.00 | 45.00 | 504.05 | 50.41 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 10.00 | 20.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 20.00 | 10.00 | 110.00 | 11.00 |

**Меню-раскладка к примерному 10-дневному меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 1-3 лет**

День 1 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче ская ценность | Витамин | № рецептуры |
|--|----------------|---------------------|---------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|----------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная с маслом | 150/5 | | | 7.50 | 7.50 | 18.40 | 171.10 | 0.16 | ТТК №4 |
| Крупа манная | | 15.00 | 15.00 | | | | | | |
| Молоко | | 132.00 | 132.00 | | | | | | |
| Сахар | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| Соль | | 0.80 | 0.80 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Чай с сахаром | 160/4 | | | 0.05 | 0.01 | 4.42 | 18.00 | 0.02 | № 411 Дели2016 |
| Заварка | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Вода | | 160 | 160 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | | | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | | №1 Дели2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 350 | | | 9.45 | 11.91 | 35.82 | 288.10 | 0.18 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок персиковый | 125 | 125 | 125 | 0.30 | 0.30 | 13.00 | 51.90 | 5.00 | №399Дели2010 |
| Итого: | 125 | | | 0.30 | 0.30 | 13.00 | 51.90 | 5.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 474 | | | 9.75 | 12.21 | 48.82 | 340.00 | 5.18 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы | 30 | | | 0.36 | 0.96 | 1.80 | 17.30 | 0.60 | №34, Дели2016 |
| Свекла | | 38.76 | 28.50 | | | | | | |
| Масло растительное | | 1.50 | 1.50 | | | | | | |
| Рассольник "Домашний"с курицей и сметаной | 150/10/5 | | | 4.08 | 6.33 | 8.22 | 106.20 | 0.75 | №81 Дели 2016 |
| цыплята | | 22.62 | 14.7 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---------------------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|------|----------------|
| | Картофель | | 75.15 | 45 | | | | | | |
| | Капуста свежая | | 15 | 12 | | | | | | |
| | огурцы соленые | | 16.38 | 9 | | | | | | |
| | Морковь | | 8 | 6 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 7.14 | 6.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Соль | | 0.60 | 0.60 | | | | | | |
| | Вода | | 108.00 | 108.00 | | | | | | |
| | Сметана | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Котлеты рубленые из говядины | | 50/3 | | | 4.4 | 5.2 | 7 | 92.4 | 0.4 | №299 Дели2016 |
| | фарш из говядины | | 44.5 | 44.5 | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 10.8 | 10.8 | | | | | | |
| | Вода | | 10.12 | 10.12 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 5.12 | 4.3 | | | | | | |
| | Сухари панировочные | | 6 | 6 | | | | | | |
| | Соль | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 74 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 2 | 2 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3 | 3 | | | | | | |
| Макароны отварные | | 110 | | | 4.10 | 3.00 | 25.00 | 143.40 | | №218 Дели 2016 |
| | макаронные изделия | | 38.5 | 38.5 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.2 | 2.2 | | | | | | |
| | Соль | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | | 150 | | | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | 0.30 | №394Дели2016 |
| | сухофрукты | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| | вода | | 150 | 150 | | | | | | |
| | Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 568.00 | | | 15.13 | 15.82 | 74.32 | 500.33 | 2.05 | |
| Молоко кипяченое | ПОЛДНИК | 130 | | | 2.77 | 3.25 | 4.33 | 57.65 | 0.43 | №419 Дели2016 |
| | молоко | | 137.00 | 130.00 | | | | | | |
| Пирожок печёный с картофелем | | 50 | | | 2.50 | 3.40 | 18.00 | 112.00 | 0.80 | №437 Дели2016 |
| | Мука пшеничная | | 23.30 | 23.30 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| | сахар | | 1.60 | 1.60 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---------------------------|-------|-------|-------|------|------|------|-------|------|---------------|--|
| | Яйцо | | 2.50 | 2.50 | | | | | | | |
| | соль | | 0.30 | 0.30 | | | | | | | |
| | дрожжи сухие | | 0.30 | 0.30 | | | | | | | |
| | Вода | | 10.50 | 10.50 | | | | | | | |
| | масса теста | | | 35.80 | | | | | | | |
| | Фарш картофельный с луком | | | | | | | | | | |
| | Картофель | | 31.39 | 18.80 | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 6.43 | 5.40 | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.80 | 0.80 | | | | | | | |
| | Соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | | |
| | масса фарша | | | 20.80 | | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.10 | 0.10 | | | | | | | |
| | Яйцо | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| Котлеты рубленые из рыбы | | 50 | | | 3.50 | 4.00 | 2.10 | 58.40 | 0.10 | ТТК 4Д | |
| | рыба | | 51.68 | 39.28 | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 6.85 | 6.85 | | | | | | | |
| | Яйцо | | 7.50 | 7.50 | | | | | | | |
| | вода | | 6.28 | 6.28 | | | | | | | |
| | Сухари панировочные | | 3.75 | 3.75 | | | | | | | |
| | Соль | | 0.33 | 0.33 | | | | | | | |
| | масса полуфабриката | | | 61.60 | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| Рис отварной с овощами | | 110 | | | 2.53 | 3.64 | 16 | 106 | 11 | №334 Дели2016 | |
| | Крупа рисовая | | 31.9 | 31.9 | | | | | | | |
| | Вода | | 68.2 | 68.2 | | | | | | | |
| | Масса каши | | | 90.5 | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 4 | 4 | | | | | | | |
| | Морковь | | 14.63 | 11 | | | | | | | |
| | Масса припущенной моркови | | | 6.2 | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 13.1 | 11 | | | | | | | |
| | Масса припущенного лука | | | 5.5 | | | | | | | |
| | Соль | | 0.2 | 0.2 | | | | | | | |
| Чай фруктовый | | 100/4 | | | 0.1 | 0.05 | 9 | 36 | | ТТК №56 | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------|---------|---------|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| | Заварка | | 0.3 | 0.3 | | | | | |
| | урюк | | 4 | 4 | | | | | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | | | |
| | Вода | | 100 | 100 | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 |
| Итого: | | 444.00 | | | 13.00 | 14.54 | 59.23 | 417.05 | 12.33 |
| ВСЕГО: | | 1487.00 | | | 37.88 | 42.57 | 182.37 | 1257.38 | 19.56 |

День 2- ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин | № рецептуры |
|---|----------------|--------------------|--------------------|----------------------|-------|--------|----------------------------|---------|-----------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК Каша "Дружба" молочная с маслом | 150/5 | | | 3.90 | 4.38 | 19.00 | 131.00 | 0.21 | ТТК №7 |
| | | 11 | 11 | | | | | | |
| | | 8 | 8 | | | | | | |
| | | 78 | 78 | | | | | | |
| | | 52 | 52 | | | | | | |
| | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| Какао с молоком | 160 | 5 | 5 | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | 0.32 | №397Дели2010 |
| | | 1.7 | 1.7 | | | | | | |
| | | 8.3 | 8.3 | | | | | | |
| | | 92 | 92 | | | | | | |
| | | 77 | 77 | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | | | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | 0.04 | №3Дели2010 |
| | | 25 | 25 | | | | | | |
| | | 5.1 | 5 | | | | | | |
| | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 350 | | | 9.40 | 12.53 | 43.20 | 323.90 | 0.57 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК Фрукты свежие апельсин | 100 | 114 | 100 | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.00 | 60.00 | № 368 Дели 2010 |

| | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|------------------|
| Итого: | 100 | | | 1.00 | 0.00 | 8.10 | 36.00 | 60.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 450 | | | 10.40 | 12.53 | 51.30 | 359.90 | 60.57 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | 30 | | | 0.40 | 1.70 | 3.90 | 32.00 | 1.90 | №15 Партнер 2009 |
| Капуста свежая | | 26.25 | 21.00 | | | | | | |
| Морковь | | 8.83 | 7.50 | | | | | | |
| Яблоки | | 7.50 | 6.75 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.40 | 0.40 | | | | | | |
| Сахар | | 0.40 | 0.40 | | | | | | |
| Свекольник на м/б со сметаной | 150/5 | | | 3.12 | 4.80 | 6.10 | 80.00 | 2.90 | №35,сб.Пермь2001 |
| Свекла | | 52.09 | 38.3 | | | | | | |
| Картофель | | 43.25 | 25.9 | | | | | | |
| Морковь | | 8.8 | 6.6 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 7.98 | 6.7 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2 | 2 | | | | | | |
| Сахар | | 1.3 | 1.3 | | | | | | |
| Сметана | | 5 | 5 | | | | | | |
| Соль | | 1 | 1 | | | | | | |
| Вода | | 120 | 120 | | | | | | |
| Гуляш из отварной говядины | 40/40 | | | 7.00 | 7.00 | 20.00 | 171.00 | 0.33 | №141,сб.диет2002 |
| Говядина | | 66.00 | 66.0 | | | | | | |
| Морковь | | 12.0 | 9.0 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 5.3 | 4.4 | | | | | | |
| Масса отварного мяса | | | 40.0 | | | | | | |
| Вода | | 30.0 | 30.0 | | | | | | |
| Морковь | | 9.3 | 7.0 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 8.3 | 7.0 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 2.0 | 2.0 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2.4 | 2.4 | | | | | | |
| Соль | | 0.6 | 0.6 | | | | | | |
| томат-паста | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| Масса соуса | | | 40.0 | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая | 110/2,5 | | | 4.00 | 2.90 | 17.70 | 112.90 | | №182,Дели 2016 |
| Крупа гречневая | | 27.50 | 27.50 | | | | | | |
| Вода | | 91.30 | 91.30 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|-----------------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------|
| | Масло сливочное | | 2.50 | 2.50 | | | | | | |
| | Соль | | 0.40 | 0.40 | | | | | | |
| Кисель | | 150 | | | | | 8.34 | 33.34 | | №284Партнер2014 |
| | Кисель-концентрат | | 17.50 | 17.50 | | | | | | |
| | Сахар | | 4.00 | 4.00 | | | | | | |
| | вода | | 150.00 | 150.00 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 537.50 | | | 16.02 | 16.70 | 70.34 | 495.24 | 5.13 | |
| | ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Ряженка | | 110 | | | 3.12 | 2.75 | 4.59 | 55.60 | 0.55 | №401Дели2010 |
| | ряженка | | 114 | 110 | | | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | | 25 | 25 | 25 | 2.00 | 6.00 | 5.80 | 84.00 | | |
| Салат из моркови | | 30 | | | 0.60 | 0.05 | 3.00 | 14.00 | 1.50 | №42 Дели2016г |
| | Морковь | | 39.9 | 30 | | | | | | |
| | Сахар | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| Суфле из творога с молоком сгущенным | | 130/10 | | | 4.60 | 4.80 | 33.40 | 195.20 | 0.30 | №365 сбшк 2004 |
| | Творог | | 94.70 | 92.85 | | | | | | |
| | Крупа манная | | 10.00 | 10.00 | | | | | | |
| | Яйцо | | 6.20 | 6.20 | | | | | | |
| | Сахар | | 10.00 | 10.00 | | | | | | |
| | Молоко | | 18.50 | 18.50 | | | | | | |
| | соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | Сметана | | 12.40 | 12.40 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.50 | 0.50 | | | | | | |
| | Молоко сгущенное | | 10.00 | 10.00 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 100/2,5/2, 5 | | | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | 1.59 | №393Дели2010 |
| | Заварка | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| | Сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| | лимон | | 2.8 | 2.5 | | | | | | |
| | Вода | | 100.0 | 100.0 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | | 430 | | | 11.99 | 13.81 | 62.19 | 418.55 | 3.94 | |
| ВСЕГО: | | 1417.50 | | | 38.41 | 43.04 | 183.83 | 1273.69 | 69.64 | |

День 3 - ий

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче ская ценность | Витамин | № рецептуры |
|-------------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|-----------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 150/5 | | | 5.80 | 6.00 | 17.90 | 148.00 | 0.21 | ТТК №9 |
| Крупа пшеничная | | 19 | 19 | | | | | | |
| Молоко | | 102 | 102 | | | | | | |
| Вода | | 30 | 30 | | | | | | |
| Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| Соль | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | | | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | 1.20 | №394Дели2010 |
| Заварка | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Молоко | | 92 | 90 | | | | | | |
| Вода | | 70 | 70 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | | | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | | №1 Дели2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 350 | | | 10.00 | 12.40 | 42.80 | 321.80 | 1.41 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок яблочный | 125 | 125 | 125 | 0.01 | 0.00 | 9.00 | 36.00 | 1.10 | 399Дели2010 |
| Итого: | 125 | | | 0.01 | 0.00 | 9.00 | 36.00 | 1.10 | |
| завтрак+2 завтрак | 475 | | | 10.01 | 12.40 | 51.80 | 357.80 | 2.51 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из капусты с яблоками | 30 | | | 0.60 | 1.38 | 3.00 | 26.80 | 5.70 | №7 Партнер 2014 |
| Капуста свежая | | 39.75 | 31.8 | | | | | | |
| масса стертой капусты | | | 20 | | | | | | |
| Яблоки | | 11.4 | 8.4 | | | | | | |
| Сахар | | 0.6 | 0.6 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.9 | 0.9 | | | | | | |
| соль | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------------------|
| Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками | 150/10 | | | 4.00 | 4.45 | 11.70 | 103.00 | 4.00 | №88 Дели 2016 |
| Фарш из говядины | | 11.4 | 11.4 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 1.19 | 1 | | | | | | |
| Яйцо | | 1 | 1 | | | | | | |
| Вода для фарша | | 1.14 | 1.14 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 13.4 | | | | | | |
| Картофель | | 75.2 | 45.0 | | | | | | |
| Морковь | | 8.0 | 6.0 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 7.1 | 6.0 | | | | | | |
| Макаронные изделия | | 6.0 | 6.0 | | | | | | |
| Масло растительное | | 1.8 | 1.8 | | | | | | |
| Соль | | 1.0 | 1.0 | | | | | | |
| Вода | | 114.0 | 114.0 | | | | | | |
| Тефтели рыбные с маслом | 50/2 | | | 5.00 | 5.30 | 5.70 | 90.50 | | ТТК №1Д |
| рыба | | 52.63 | 40.00 | | | | | | |
| хлеб пшеничный 1с | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 4.26 | 3.58 | | | | | | |
| вода | | 5.60 | 5.60 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 4.25 | 4.25 | | | | | | |
| соль | | 0.10 | 0.10 | | | | | | |
| Масса полуфабриката | | | 58.00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.50 | 0.50 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| Пюре Картофельное | 120 | | | 2.40 | 3.60 | 16.80 | 109.20 | 8.34 | №137 Партнер 2014 |
| Картофель | | 172.00 | 103.00 | | | | | | |
| Молоко | | 18.96 | 18.00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Компот из урюка | 150 | | | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | 0.11 | №394, Дели 2016 |
| урюк | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| вода | | 150 | 150 | | | | | | |
| Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | 542 | | | 14.10 | 15.03 | 68.10 | 464.50 | 18.15 | |

| | | | | | | | | | | | |
|--|--------------------|---|--------|-------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-----------------|
| Суп молочный с крупой | ЗАВТРАК | | 150 | | | 5.60 | 4.50 | 16.00 | 126.00 | 0.40 | №101 Дели 2016 |
| | Крупа рисовая | | 9 | 9 | | | | | | | |
| | Вода | | 58 | 58 | | | | | | | |
| | Молоко | | 100 | 100 | | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1 | 1 | | | | | | | |
| | Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | | |
| | Соль | | 0.8 | 0.8 | | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | | | 165/7 | | | 1 | 1.2 | 10 | 55 | 0.16 | №395 Дели 2010 |
| | Кофейный напиток | | 2 | 2 | | | | | | | |
| | Сахар | | 7.7 | 7.7 | | | | | | | |
| | Молоко | | 75 | 75 | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | | | 25/5/5 | | | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | 0.04 | №3 Дели 2010 |
| | вода | | 106 | 106 | | | | | | | |
| | Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | | |
| | Сыр | | 5.1 | 5 | | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | | | |
| Итого: | | | 357 | | | 10.10 | 11.65 | 38.90 | 300.60 | 0.60 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие | | | 100 | 114 | 100 | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | 7.00 | № 368 Дели 2010 |
| груша | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 100 | | | 0.60 | 0.43 | 14.00 | 62.30 | 7.00 | |
| завтрак+2 завтрак | | | 457 | | | 10.70 | 12.08 | 52.90 | 362.90 | 7.60 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие порционно | | | 30 | | | 0.21 | 0.03 | 0.57 | 3.39 | 2.10 | стр563,сб1996 |
| | огурцы свежие | | 30.60 | 30.00 | | | | | | | |
| Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной на м/б | | | 150/5 | | | 1.10 | 3.30 | 5.00 | 54.00 | 7.00 | №73 Дели 2016 |
| | Капуста свежая | | 37.5 | 30 | | | | | | | |
| | Картофель | | 30.06 | 18 | | | | | | | |
| | Морковь | | 7.98 | 6 | | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 7.14 | 6 | | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3 | 3 | | | | | | | |
| | Сметана | | 5 | 5 | | | | | | | |
| | Соль | | 0.5 | 0.5 | | | | | | | |
| | Вода | | 120 | 120 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-----------------------|
| Жаркое по-домашнему из отварной говядины | | 180 | | | 12 | 13.5 | 34 | 305 | 2.8 | ТТК №29 Д |
| говядина | | | 47 | 47 | | | | | | |
| Масса тушеного мяса | | | | 29 | | | | | | |
| Картофель | | | 185.7 | 120.6 | | | | | | |
| Морковь | | | 18 | 13.5 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 18.2 | 15.3 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 6 | 6 | | | | | | |
| соль | | | 1.5 | 1.5 | | | | | | |
| масса готовых овощей | | | | 151 | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | | 150 | | | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | 0.30 | №394Дели2016 |
| сухофрукты | | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| вода | | | 150 | 150 | | | | | | |
| Сахар | | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 545 | | | 15.50 | 17.16 | 71.87 | 503.42 | 12.20 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кефир | | 110 | | | 3.1 | 2.75 | 4.4 | 54.8 | 0.9 | №401Дели2010 |
| кефир | | | 114 | 110 | | | | | | |
| Кондитерские изделия (крекер) | | 10 | 10.00 | 10.00 | 0.25 | 0.30 | 11.20 | 47.00 | | |
| Салат из моркови с яблоками | | 30 | | | 0.20 | 1.00 | 2.50 | 19.80 | 0.60 | №41Дели2016 |
| Морковь | | | 21.28 | 16.00 | | | | | | |
| Яблоки | | | 14.67 | 12.90 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 1.20 | 1.20 | | | | | | |
| Запеканка из творога с крошкой | | 130 | | | 6.80 | 8.60 | 30.00 | 225.00 | | № 322 С6 Самара 2013г |
| Мука пшеничная | | | 35.1 | 35.1 | | | | | | |
| Сахар | | | 13 | 13 | | | | | | |
| соль | | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| масло сливочное | | | 16 | 16 | | | | | | |
| Творог | | | 73.6 | 72.5 | | | | | | |
| Яйцо | | | 9.1 | 9.1 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 1 | 1 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | | 147 | | | | | | |
| Чай без сахара | | 100 | | | | | | | | ТТК №17 |
| Заварка | | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| Вода | | | 100 | 100 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------|------|----|----|-------|-------|--------|---------|-------|--|
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | 400 | | | 11.95 | 12.85 | 57.90 | 393.60 | 1.50 | |
| ВСЕГО: | 1402 | | | 38.15 | 42.09 | 182.67 | 1259.92 | 21.30 | |

День 5 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во (в гр) | Кол - во (в гр) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче ская ценность | Витамин | № рецептуры |
|------------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------|----------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша полбяная молочная с маслом | 150/5 | | | 6 | 5 | 17.23 | 138 | 0.16 | ТТК №1 |
| Полба | | 19 | 19 | | | | | | |
| Молоко | | 79 | 79 | | | | | | |
| Вода | | 32 | 32 | | | | | | |
| Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| Соль | | 1 | 1 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Какао с молоком | 160/8,3 | | | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | 0.32 | №397Дели2010 |
| Какао-порошок | | 1.7 | 1.7 | | | | | | |
| Сахар | | 8.3 | 8.3 | | | | | | |
| Молоко | | 92 | 92 | | | | | | |
| вода | | 77 | 77 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | | | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | | №1 Дели2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 353 | | | 9.90 | 11.60 | 41.53 | 310.30 | 0.48 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок вишневый | 125 | 125 | 125 | 0.30 | 0.00 | 10.00 | 43.00 | 9.25 | №399Дели2010 |
| Итого: | 125 | | | 0.30 | 0.00 | 10.00 | 43.00 | 9.25 | |
| завтрак+2 завтрак | 478 | | | 10.20 | 11.60 | 51.53 | 353.30 | 9.73 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 30 | | | 0.22 | 1.80 | 0.72 | 20.00 | 4.60 | №13, Дели 2016 |
| огурцы свежие | | 29.30 | 28.80 | | | | | | |
| Масло растительное | | 1.20 | 1.20 | | | | | | |
| Соль | | 0.10 | 0.10 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-----------------------|
| Суп картофельный с горохом с курицей и гренками | 150/10/10 | | | 4.00 | 3.50 | 18.10 | 119.90 | 4.26 | ТТК№139 |
| цыплята | | 22.62 | 14.7 | | | | | | |
| Картофель | | 50.1 | 30.0 | | | | | | |
| Горох | | 15.2 | 15.0 | | | | | | |
| Морковь | | 8.0 | 6.0 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 7.14 | 6.0 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2.0 | 2.0 | | | | | | |
| Соль | | 1.0 | 1.0 | | | | | | |
| Вода | | 108.0 | 108.0 | | | | | | |
| гренки | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 14.40 | 12.00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| Рыбная "Неженка" | 50 | | | 6.1 | 4.8 | 13.0 | 119 | | ТТК №30Д |
| Рыба | | 41.12 | 31.25 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 17.16 | 14.41 | | | | | | |
| Яйцо | | 3.3 | 3.3 | | | | | | |
| Крупа рисовая | | 6.3 | 6.3 | | | | | | |
| Вода | | 10 | 10 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 6 | 6 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| соль | | 1 | 1 | | | | | | |
| Картофель тушёный | 110 | | | 2 | 5 | 11 | 106 | 1 | №138 "Партнер"2014 |
| Картофель | | 156.14 | 93.5 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 20.94 | 17.6 | | | | | | |
| Морковь | | 14.63 | 11 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2 | 2 | | | | | | |
| Масло растительное | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| Соль | | 1 | 1 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | 150 | | | 0.10 | 0.10 | 10.20 | 42.10 | 1.20 | № 390 Дели 2016 |
| Яблоки | | 34 | 30 | | | | | | |
| Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Вода | | 130 | 130 | | | | | | |
| Хлеб сельский | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | 560 | | | 13.96 | 15.50 | 67.32 | 473.00 | 11.06 | |
| Ряженка | 110 | | | 3.12 | 2.70 | 3.70 | 51.60 | 0.55 | №401Дели2010 |

| | | | | | | | | | |
|---|----------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|------------------|
| Каша кукурузная молочная с маслом | 150/5 | | | 4.00 | 4.00 | 18.40 | 127.00 | 0.17 | ТТК №2 |
| Крупа кукурузная | | 19.00 | 19.00 | | | | | | |
| Молоко | | 75.00 | 75.00 | | | | | | |
| Вода | | 57.00 | 57.00 | | | | | | |
| Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | | | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | 0.02 | №394Дели2010 |
| Заварка | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Молоко | | 92 | 90 | | | | | | |
| Вода | | 70 | 70 | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | | | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | 0.04 | №3Дели2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Сыр | | 5.1 | 5 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 354 | | | 9.80 | 11.95 | 43.20 | 321.40 | 0.23 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоко | 100 | 114 | 100 | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | 10.00 | №386Дели2016 |
| Итого: | 100 | | | 0.40 | 0.40 | 10.00 | 45.20 | 10.00 | |
| завтрак+2 завтрак | 454 | | | 10.20 | 12.35 | 53.20 | 366.60 | 10.23 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат "Пестрый" | 30 | | | 0.30 | 1.35 | 2.88 | 24.87 | 0.80 | №31, справ.М2003 |
| Яблоки | | 9.12 | 8.00 | | | | | | |
| свекла | | 27.20 | 20.00 | | | | | | |
| сахар | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Масло растительное | | 1.50 | 1.50 | | | | | | |
| Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной | 150/10/5 | | | 4 | 6 | 6.3 | 93 | 4.03 | №82 Дели 2016 |
| цыплята | | 22.62 | 14.7 | | | | | | |
| Картофель | | 75.15 | 45 | | | | | | |
| Крупа перловая | | 6 | 6 | | | | | | |
| Морковь | | 7.98 | 6 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 3.57 | 3 | | | | | | |
| Масло растительное | | 2 | 2 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------|-------------------|------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|-----------------|-------------------------|
| Котлеты "Аппетитные" | Огурцы соленые | | 16 | 9 | | | | | | |
| | Сметана | | 5 | 5 | | | | | | |
| | Соль | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| | Вода | | 114 | 114 | | | | | | |
| | | 60 | | | 5.00 | 5.50 | 15.00 | 130.00 | | ТТК №7Д акт к.п.2014 |
| | Фарш из говядины | | 35.70 | 35.70 | | | | | | |
| | Цыплята | | 40.92 | 26.60 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 8.90 | 7.50 | | | | | | |
| | Яйцо | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный 1с | | 8.00 | 8.00 | | | | | | |
| Сухари панировочные | | 5.00 | 5.00 | | | | | | | |
| Вода | | 8.00 | 8.00 | | | | | | | |
| Соль | | 0.50 | 0.50 | | | | | | | |
| Масло растительное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | | |
| Макаронны отварные | 110 | | | 4.10 | 3.00 | 25.00 | 143.40 | | №218 Дели 2016 | |
| | | | 38.5 | 38.5 | | | | | | |
| | | | 2.2 | 2.2 | | | | | | |
| | | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| Кисель | 150 | | | | | 8.34 | 33.34 | | №284Партнер2014 | |
| | | | 17.50 | 17.50 | | | | | | |
| | | | 4.00 | 4.00 | | | | | | |
| | | | 150.00 | 150.00 | | | | | | |
| Хлеб сельский | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | | |
| Итого: | 545 | | | 14.90 | 16.15 | 71.82 | 490.61 | 4.83 | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 130 | | | 2.77 | 3.25 | 4.33 | 57.65 | 0.43 | №419 Дели2016 | |
| | | | 137.00 | 130.00 | | | | | | |
| Булочка Дорожная | 50 | | | 3.00 | 4.00 | 30.00 | 168.00 | 0.00 | №453 Дели 2016 | |
| | | | 31.50 | 31.50 | | | | | | |
| | | | 6.00 | 6.00 | | | | | | |
| | | | 6.50 | 6.50 | | | | | | |
| | | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | | | 0.30 | 0.30 | | | | | | |
| | | | 15.20 | 15.20 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------|------|-------|--------|-------|--------|---------|-------|------|-----------------|
| Суфле из рыбы | Масло растительное | | 0.10 | 0.10 | | | | | | |
| | 60 | | | | 3.80 | 2.80 | 1.80 | 46.00 | 0.17 | №284, Дели 2016 |
| | рыба | | 73.11 | 54.85 | | | | | | |
| | масса отварной рыбы | | | 43.70 | | | | | | |
| | Молоко | | 15.40 | 15.40 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.50 | 2.50 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 2.22 | 2.22 | | | | | | |
| | Вода | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Соль | | 0.14 | 0.14 | | | | | | |
| | соус молочный | | | 20.22 | | | | | | |
| | Яйцо | | 7.50 | 7.50 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | 69.00 | | | | | | | |
| Рагу из овощей | Масло растительное | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | 110 | | | | 1.50 | 4.00 | 11.00 | 86.00 | 8.00 | №362 Дели2016 |
| | Картофель | | 58.78 | 35.20 | | | | | | |
| | Морковь | | 11.70 | 8.80 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 10.47 | 8.80 | | | | | | |
| | Капуста свежая | | 60.50 | 48.40 | | | | | | |
| | масса рагу | | | 110.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3.30 | 3.30 | | | | | | |
| | соус сметанный: | | | 33.00 | | | | | | |
| | Сметана | | 7.70 | 7.00 | | | | | | |
| | Вода | | 24.75 | 24.75 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | 2.47 | 2.47 | | | | | | | |
| Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 100/2,5/2, 5 | | | | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | 1.59 | №393Дели2010 |
| | Заварка | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| | Сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| | лимон | | 2.8 | 2.5 | | | | | | |
| | Вода | | 100.0 | 100.0 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | | |
| Итого: | 475 | | | 12.74 | 14.26 | 62.53 | 427.40 | 10.19 | | |
| ВСЕГО: | 1374 | | | 37.84 | 42.76 | 187.55 | 1284.61 | 25.25 | | |

День 7 - ой

| Прием пищи | Выход | Кол - во | Кол - во | Пищевые вещества (г) | Энергетиче ская | Витамин | № рецептуры |
|------------|-------|----------|----------|----------------------|--------------------|---------|-------------|
|------------|-------|----------|----------|----------------------|--------------------|---------|-------------|

| Наименование блюд | блюда | (в гр) | | | | | ценность | | |
|--|-------|---------|-------|-------|-------|--------|----------|------|-----------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша пшённая молочная с маслом | 150/5 | | | 7.00 | 6.50 | 19.60 | 164.90 | 0.16 | ТТК №6 |
| Крупа пшеничная | | 23 | 23 | | | | | | |
| Молоко | | 76 | 76 | | | | | | |
| Вода | | 50 | 50 | | | | | | |
| Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| Соль | | 0.6 | 0.6 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 165/7 | | | 1 | 1.2 | 10 | 55 | 0.16 | №395 Дели 2010 |
| Кофейный напиток | | 2 | 2 | | | | | | |
| Сахар | | 7.7 | 7.7 | | | | | | |
| Молоко | | 75 | 75 | | | | | | |
| вода | | 106 | 106 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | | | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | | №1 Дели 2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 357 | | | 9.90 | 12.10 | 42.60 | 318.90 | 0.32 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок персик-банан | 125 | 125 | 125 | 0.40 | 0.19 | 8.00 | 35.00 | 3.70 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 125 | | | 0.40 | 0.19 | 8.00 | 35.00 | 3.70 | |
| завтрак+2 завтрак | 482 | | | 10.30 | 12.29 | 50.60 | 353.90 | 4.02 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Огурцы соленые порционно (доп. гарнир) | 30 | | | 0.24 | 0.03 | 0.51 | 3.30 | 1.50 | стр563,сб1996 |
| огурцы соленые | | 54.60 | 30.00 | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б,со сметаной | 150/5 | | | 2.10 | 4.30 | 9.70 | 86.00 | 4.80 | №63 Дели 2016 |
| Капуста свежая | | 15.0 | 12.0 | | | | | | |
| Картофель | | 20.04 | 12.0 | | | | | | |
| Морковь | | 8.0 | 6.0 | | | | | | |
| Лук репчатый | | 7.1 | 6.0 | | | | | | |
| Свекла | | 32.64 | 24.0 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|---------------------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-------------------|
| | Сахар | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 2.0 | 2.0 | | | | | | |
| | Сметана | | 5.0 | 5.0 | | | | | | |
| | Соль | | 1.3 | 1.3 | | | | | | |
| | Вода | | 120 | 120.0 | | | | | | |
| Плов из отварной говядины | | 150 | | | 11.25 | 11.40 | 27.50 | 257.00 | 0.54 | №108"Партнер"2014 |
| | Говядина | | 39.00 | 39.0 | | | | | | |
| | масса вареного мяса | | | 24.0 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 5.0 | 5.0 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 8.9 | 7.5 | | | | | | |
| | Морковь | | 13.3 | 10.0 | | | | | | |
| | Крупа рисовая | | 32.0 | 32.0 | | | | | | |
| | вода | | 65.0 | 65.0 | | | | | | |
| | Соль | | 1.3 | 1.3 | | | | | | |
| | масса гарнира | | | 126.0 | | | | | | |
| | масса гарнира | | | 126.0 | | | | | | |
| Компот из урюка | | 150 | | | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | 0.11 | №394, Дели 2016 |
| | урюк | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| | вода | | 150 | 150 | | | | | | |
| | Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 525 | | | 15.69 | 16.03 | 68.61 | 481.30 | 6.95 | |
| | ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье) | | 25 | 25 | 25 | 0.20 | 1.30 | 14.00 | 69.00 | | |
| Кефир | | 110 | | | 3.74 | 3.2 | 5.16 | 64 | 0.9 | №401Дели2010 |
| | кефир | | 114 | 110 | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоками | | 30 | | | 0.20 | 1.00 | 2.50 | 19.80 | 0.60 | №41Дели2016 |
| | Морковь | | 21.28 | 16.00 | | | | | | |
| | Яблоки | | 14.67 | 12.90 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1.20 | 1.20 | | | | | | |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | | 130/10 | | | 6.00 | 8.00 | 22.50 | 186.00 | 0.24 | №237 Дели2010 |
| | Творог | | 121.30 | 119.60 | | | | | | |
| | Крупа манная | | 7.80 | 7.80 | | | | | | |
| | Яйцо | | 5.20 | 5.20 | | | | | | |
| | Сахар | | 10.40 | 10.40 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|-------|--------------|
| | Сметана | | 5.20 | 5.20 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5.20 | 5.20 | | | | | | |
| | Сухари панировочные | | 5.20 | 5.20 | | | | | | |
| | Соль | | 0.50 | 0.50 | | | | | | |
| | Молоко сгущенное | | 10.00 | 10.00 | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | | 100/2,5 | | | 0.3 | 0.13 | 9.4 | 39.9 | 40.7 | №417Дели2016 |
| | шиповник | | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| | Вода | | 100 | 100 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | | 427.5 | | | 12.04 | 13.83 | 63.36 | 425.70 | 42.44 | |
| ВСЕГО: | | 1434.5 | | | 38.03 | 42.15 | 182.57 | 1260.90 | 53.41 | |

День 8 - ой

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во | Кол - во | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче | Витамин | № рецептуры |
|-----------------------------------|----------------|----------|----------|----------------------|-------|--------|------------------|---------|--------------|
| | | (в гр) | (в гр) | белки | жиры | угл-ды | ская ценность | С | |
| | | брутто | нетто | | | | Ккал | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом | 150/5 | | | 4.28 | 3.30 | 11.00 | 91.00 | 0.15 | ТТК №8 |
| | | 19 | 19 | | | | | | |
| | | 76 | 76 | | | | | | |
| | | 56 | 56 | | | | | | |
| | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| | | 5 | 5 | | | | | | |
| Какао с молоком | 160 | | | 2.00 | 2.20 | 11.30 | 73.30 | 0.32 | №397Дели2010 |
| | | 1.7 | 1.7 | | | | | | |
| | | 8.3 | 8.3 | | | | | | |
| | | 92 | 92 | | | | | | |
| | | 77 | 77 | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, маслом | 25/5/5 | | | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | 0.04 | №3Дели2010 |
| | | 25 | 25 | | | | | | |
| | | 5.1 | 5 | | | | | | |
| | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 350 | | | 9.78 | 11.45 | 35.20 | 283.90 | 0.51 | |

| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|----------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------------------|
| Фрукты свежие | | 100 | 114 | 100 | 0.72 | 0.36 | 13.00 | 58.00 | 10.00 | №399Дели2010 |
| банан | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 100 | | | 0.72 | 0.36 | 13.00 | 58.00 | 10.00 | |
| завтрак+2 завтрак | | 450 | | | 10.50 | 11.81 | 48.20 | 341.90 | 10.51 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | | 30 | | | 0.40 | 1.70 | 3.90 | 32.00 | 1.90 | №15 Партнер 2009 |
| | Капуста свежая | | 26.25 | 21.00 | | | | | | |
| | Морковь | | 8.83 | 7.50 | | | | | | |
| | Яблоки | | 7.50 | 6.75 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.40 | 0.40 | | | | | | |
| | Сахар | | 0.40 | 0.40 | | | | | | |
| Суп крестьянский с курицей, сметаной | | 150/10/5 | | | 4 | 5.00 | 12.30 | 110 | 2.60 | №62"Партнер"2014 |
| | цыплята | | 22.62 | 14.7 | | | | | | |
| | Капуста свежая | | 22.50 | 18.00 | | | | | | |
| | Картофель | | 25.05 | 15.00 | | | | | | |
| | Морковь | | 8.00 | 6.00 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 7.14 | 6.00 | | | | | | |
| | Крупа пшенная | | 6.00 | 6.00 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | Вода | | 132.00 | 132.00 | | | | | | |
| | Сметана | | 5.00 | 5.00 | | | | | | |
| Запеканка картофельная с мясом | | 130/15 | | | 8.00 | 10.20 | 25.00 | 223.00 | 3.80 | №291 Дели2010 |
| | Фарш из говядины | | 50.20 | 50.20 | | | | | | |
| | Картофель | | 206.91 | 123.90 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 10.60 | 8.90 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1.70 | 1.70 | | | | | | |
| | Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | сухари панировочные | | 1.70 | 1.70 | | | | | | |
| | Соус : | | | | | | | | | |
| | Сметана | | 3.75 | 3.75 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | вода | | 11.00 | 11.00 | | | | | | |
| | Соус сметанный | | | 15.00 | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | | 150 | | | 0.69 | 0.03 | 18.00 | 75.03 | 0.30 | №394Дели2016 |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------|----------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-----------------------|
| | сухофрукты | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| | вода | | 150 | 150 | | | | | | |
| | Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 520 | | | 14.59 | 17.23 | 73.50 | 506.03 | 8.60 | |
| | ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Ряженка | | 110 | | | 3.12 | 2.75 | 4.50 | 55.00 | 0.55 | №401 Дели2010 |
| | ряженка | | 114 | 110 | | | | | | |
| Пирожок печёный с капустой | | 60 | | | 2.30 | 4.20 | 25.00 | 146.00 | 0.04 | №172, Партнер 2009 |
| | Мука пшеничная | | 25.00 | 25.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.60 | 2.60 | | | | | | |
| | сахар | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| | Яйцо | | 2.60 | 2.60 | | | | | | |
| | соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | дрожжи сухие | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | Вода | | 7.00 | 7.00 | | | | | | |
| | Соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | Масса теста | | | 39.00 | | | | | | |
| | Капуста свежая | | 40.00 | 32.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| | масса гот. Капусты | | | 24.00 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 6.30 | 5.30 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.60 | 0.60 | | | | | | |
| | лук пассер. | | | 2.66 | | | | | | |
| | Соль | | 0.20 | 0.20 | | | | | | |
| | масса фарша | | | 27.00 | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 1.30 | 1.30 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 0.06 | 0.06 | | | | | | |
| | Яйцо | | 1.30 | 1.30 | | | | | | |
| Омлет натуральный | | 130/2 | | | 6.00 | 6.50 | 15.00 | 142.50 | 0.16 | №229 Дели2016 |
| | Яйцо | | 97.50 | 97.50 | | | | | | |
| | Молоко | | 37.20 | 37.20 | | | | | | |
| | масса омлетной смеси | | | 135.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3.70 | 3.70 | | | | | | |
| | Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------|---------|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|---------------|
| Чай с сахаром | 100/2,5 | | | 0.04 | 0.01 | 5.4 | 21.9 | | №411 Дели2016 |
| Заварка | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| Сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| Вода | | 100 | 100 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | 424.5 | | | 13.06 | 13.66 | 59.70 | 412.40 | 0.75 | |
| ВСЕГО: | 1394.5 | | | 38.15 | 42.70 | 181.40 | 1260.33 | 19.86 | |

День 9 - ый

| Прием пищи Наименование блюда | Выход блюда | Кол - во | Кол - во | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче | Витамин | № рецептуры |
|----------------------------------|----------------|-------------------|------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------|---------|-----------------|
| | | (в гр) брутто | (в гр) нетто | белки | жиры | угл-ды | ская ценность Ккал | С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | 150 | | | 6.00 | 5.80 | 13.20 | 128.00 | 0.39 | №100 Дели2016 |
| Макаронные изделия | | 12.00 | 12.00 | | | | | | |
| Сахар | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Молоко | | 75.00 | 75.00 | | | | | | |
| Вода | | 63.00 | 63.00 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 2.00 | 2.00 | | | | | | |
| Соль | | 0.70 | 0.70 | | | | | | |
| Чай с молоком,сахаром | 160/4 | | | 2.30 | 2.00 | 11.90 | 74.80 | 1.20 | №394 Дели2010 |
| Заварка | | 0.4 | 0.4 | | | | | | |
| Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Молоко | | 92 | 90 | | | | | | |
| Вода | | 70 | 70 | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | | | 1.9 | 4.4 | 13 | 99 | | №1 Дели2010 |
| Батон нарезной | | 25 | 25 | | | | | | |
| Масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | | |
| Итого: | 350 | | | 10.20 | 12.20 | 38.10 | 301.80 | 1.59 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок яблоко-вишня | 125 | 125 | 125 | 0.75 | 0.20 | 15.00 | 64.00 | 5.60 | № 368 Дели 2010 |
| Итого: | 125 | | | 0.75 | 0.20 | 15.00 | 64.00 | 5.60 | |
| завтрак+2 завтрак | 469 | | | 10.95 | 12.40 | 53.10 | 365.80 | 7.19 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|-----|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-----------------|
| Огурцы свежие порционн | | 30 | | | 0.21 | 0.03 | 0.57 | 3.39 | 2.10 | стр563,сб1996 |
| огурцы свежие | | | 30.60 | 30.00 | | | | | | |
| Суп рыбный с крупой и картофелем | | 180 | | | 7.00 | 7.60 | 21.90 | 184.00 | 4.13 | ТТК №21 |
| рыба | | | 38.16 | 29.00 | | | | | | |
| лук репчатый | | | 7.20 | 6.00 | | | | | | |
| Яйцо | | | 1.68 | 1.50 | | | | | | |
| Вода | | | 2.40 | 2.40 | | | | | | |
| масса полуфабриката | | | | 38.00 | | | | | | |
| Картофель | | | 75.15 | 45.00 | | | | | | |
| Морковь | | | 7.98 | 6.00 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 7.14 | 6.00 | | | | | | |
| Крупа перловая | | | 6.00 | 6.00 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 1.80 | 1.80 | | | | | | |
| Соль | | | 0.90 | 0.90 | | | | | | |
| Вода | | | 108.00 | 108.00 | | | | | | |
| Азу из отварной говядиной | | 150 | | | 6.5 | 8.3 | 24 | 196 | 4 | ТТК№5Д |
| Говядина | | | 31.5 | 31.5 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | | | 20 | | | | | | |
| Картофель | | | 138.94 | 83.2 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 12.38 | 10.4 | | | | | | |
| Томат-паста | | | 2 | 2 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 7 | 7 | | | | | | |
| огурцы соленые | | | 18.9 | 10.4 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | | 1.7 | 1.7 | | | | | | |
| соль | | | 1.1 | 1.1 | | | | | | |
| Компот из свежих яблок | | 150 | | | 0.10 | 0.10 | 10.20 | 42.10 | 1.20 | № 390 Дели 2016 |
| Яблоки | | | 34 | 30 | | | | | | |
| Сахар | | | 4 | 4 | | | | | | |
| Вода | | | 130 | 130 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 66 | | |
| Итого: | | 540 | | | 15.31 | 16.33 | 70.97 | 491.49 | 11.43 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Катык | | 110 | | | 3.12 | 2.75 | 2.50 | 47.20 | 0.55 | №401Дели2010 |
| катык | | | 114 | 110 | | | | | | |
| Кондитерские изделия | | 20 | 20 | 20 | 1.00 | 2.00 | 8.00 | 53.00 | | |
| печенье | | | | | | | | | | |
| Салат из моркови | | 50 | | | 0.75 | 0.06 | 8.50 | 38.29 | 1.90 | №42 Дели2016г |

| | | | | | | | | | | |
|---|---------------------|-----------------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------|
| | Морковь | | 66.5 | 50 | | | | | | |
| | Сахар | | 0.5 | 0.5 | | | | | | |
| Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным | | 130 | | | 6.00 | 8.50 | 24.00 | 196.00 | 0.23 | № 250 Дели 2016 |
| | Творог | | 85.7 | 84.5 | | | | | | |
| | Крупа рисовая | | 15.6 | 15.6 | | | | | | |
| | Сахар | | 7.8 | 7.8 | | | | | | |
| | Яйцо | | 6.76 | 6.76 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3.3 | 3.3 | | | | | | |
| | Сметана | | 3.4 | 3.4 | | | | | | |
| | Масса полуфабриката | | | 133 | | | | | | |
| | Молоко сгущенное | | 10 | 10 | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | | 100/2,5/2, 5 | | | 0.07 | 0.01 | 5.60 | 22.75 | 1.59 | №393Дели2010 |
| | Заварка | | 0.3 | 0.3 | | | | | | |
| | Сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| | лимон | | 2.8 | 2.5 | | | | | | |
| | Вода | | 100.0 | 100.0 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | | 435 | | | 12.54 | 13.52 | 58.40 | 404.24 | 4.27 | |
| ВСЕГО: | | 1450 | | | 38.80 | 42.25 | 182.47 | 1261.53 | 22.89 | |

День 10 - ый

| Прием пищи Наименование блюд | Выход блюда | Кол - во (в гр) | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетиче ская ценность Ккал | Витамин С | № рецептуры |
|--|----------------|---------------------|-------|----------------------|------|--------|--|--------------|--------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | угл-ды | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом | 150/5 | | | 5.00 | 4.15 | 14.00 | 114.00 | 0.16 | ТТК №5 |
| | | 19 | 19 | | | | | | |
| | | 152 | 152 | | | | | | |
| | | 0.75 | 0.75 | | | | | | |
| | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| | | 5 | 5 | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 165/7 | | | 1 | 1.2 | 10 | 55 | 0.16 | №395Дели2010 |
| | | 2 | 2 | | | | | | |
| | | 7.7 | 7.7 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|-------|----------------|
| Бутерброд с сыром, маслом | Молоко | | 75 | 75 | | | | | | №3Дели2010 |
| | вода | | 106 | 106 | | | | | | |
| | Батон нарезной | 25/5/5 | | | 3.50 | 5.95 | 12.90 | 119.60 | 0.04 | |
| | Сыр | | 25 | 25 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 5.1 | 5 | | | | | | |
| Итого: | | 362.00 | | | 9.50 | 11.30 | 36.90 | 288.60 | 0.36 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие | | 100 | 114 | 100 | 0.36 | 0.36 | 10.00 | 44.70 | 10.00 | №399Дели2010 |
| яблоко зеленое | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 100 | | | 0.36 | 0.36 | 10.00 | 44.70 | 10.00 | |
| завтрак+2 завтрак | | 462 | | | 9.86 | 11.66 | 46.90 | 333.30 | 10.36 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | | 30 | | | 0.22 | 1.80 | 0.72 | 20.00 | 4.60 | №13, Дели 2016 |
| огурцы свежие | | | 29.30 | 28.80 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 1.20 | 1.20 | | | | | | |
| Соль | | | 0.10 | 0.10 | | | | | | |
| Суп-лапша домашняя с курицей | | 150/10 | | | 4.00 | 3.00 | 10.70 | 85.80 | 0.40 | №88Дели2016 |
| цыплята | | | 22.62 | 14.7 | | | | | | |
| Мука пшеничная | | | 11.3 | 11.3 | | | | | | |
| Яйцо | | | 3 | 3 | | | | | | |
| Вода | | | 2.1 | 2.1 | | | | | | |
| Соль | | | 0.2 | 0.2 | | | | | | |
| Масса лапши | | | | 12 | | | | | | |
| Морковь | | | 8 | 6 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 7.14 | 6 | | | | | | |
| Масло растительное | | | 2.3 | 2.3 | | | | | | |
| Вода | | | 143 | 143 | | | | | | |
| Соль | | | 1 | 1 | | | | | | |
| Биточки рубленые из рыбы | | 50 | | | 5.80 | 7.00 | 10.00 | 125.00 | | ТТК №3 Д |
| Рыба | | | 49.34 | 37.50 | | | | | | |
| Яйцо | | | 7.50 | 7.50 | | | | | | |
| крупа манная | | | 1.25 | 1.25 | | | | | | |
| Лук репчатый | | | 11.00 | 9.25 | | | | | | |
| вода | | | 3.75 | 3.75 | | | | | | |
| Соль | | | 0.33 | 0.33 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|---------------------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------------------|
| | сухари панировочные | | 3.75 | 3.75 | | | | | | |
| | Масло растительное | | 1.25 | 1.25 | | | | | | |
| | Сахар | | 0.14 | 0.14 | | | | | | |
| | Масса полуфабриката | | | 60.00 | | | | | | |
| Пюре Картофельное | | 120 | | | 2.40 | 3.60 | 16.80 | 109.20 | 8.34 | №137 Партнер 2014 |
| | Картофель | | 172.00 | 103.00 | | | | | | |
| | Молоко | | 18.96 | 18.00 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3.00 | 3.00 | | | | | | |
| | Соль | | 1.00 | 1.00 | | | | | | |
| Компот из урюка | | 150 | | | 0.60 | 0.00 | 16.60 | 69.00 | 0.11 | №394, Дели 2016 |
| | урюк | | 15.3 | 15 | | | | | | |
| | вода | | 150 | 150 | | | | | | |
| | Сахар | | 4 | 4 | | | | | | |
| Хлеб сельский | | 30 | 30 | 30 | 1.5 | 0.3 | 14.3 | 65.9 | | |
| Итого: | | 560 | | | 14.52 | 15.70 | 69.12 | 474.90 | 13.45 | |
| | ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Кефир | | 110 | | | 3.74 | 2.75 | 5.16 | 60.35 | 0.9 | №401 Дели 2010 |
| | кефир | | 114 | 110 | | | | | | |
| Кондитерские изделия (крекер) | | 10 | 10.00 | 10.00 | 0.50 | 1.50 | 17.50 | 75.00 | | |
| Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн. | | 140/15 | | | 6.60 | 10.00 | 22.00 | 204.00 | 0.70 | №160,сб Пермь2001 |
| | Капуста свежая | | 112.5 | 90.0 | | | | | | |
| | Фарш из говядины | | 49.00 | 49.0 | | | | | | |
| | Крупа рисовая | | 6.5 | 6.5 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 14.4 | 12.1 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 3.7 | 3.7 | | | | | | |
| | Яйцо | | 6.5 | 6.5 | | | | | | |
| | масса п/ф | | | 155.0 | | | | | | |
| | Соус : | | | | | | | | | |
| | Мука пшеничная | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |
| | Соль | | 1.0 | 1.0 | | | | | | |
| | Вода | | 13.5 | 13.5 | | | | | | |
| | Масло сливочное | | 1.0 | 1.0 | | | | | | |
| | Сметана | | 11.6 | 11.6 | | | | | | |
| | Томат-паста | | 0.8 | 0.8 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|--------------|---------|-----|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|--------|--------------|
| | Морковь | | 1.0 | 0.8 | | | | | | |
| | Лук репчатый | | 0.4 | 0.3 | | | | | | |
| | Сахар | | 0.2 | 0.2 | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | | 100/2,5 | | | 0.3 | 0.13 | 9.4 | 39.9 | 40.7 | №417Дели2016 |
| | шиповник | | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | | 2.5 | 2.5 | | | | | | |
| | Вода | | 100 | 100 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный 1с | | 20 | 20 | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.8 | 47 | 0 | |
| Итого: | | 400 | | | 12.74 | 14.58 | 63.86 | 426.25 | 42.30 | |
| ВСЕГО: | | 1422.00 | | | 37.12 | 41.94 | 179.88 | 1234.45 | 66.11 | |
| ИТОГО за 10 дней | | 14276.5 | | | 379.33 | 423.12 | 1827.52 | 12606.11 | 381.83 | |
| ИТОГО за 2 неделю | | 7075.00 | | | 189.94 | 211.80 | 913.87 | 6301.82 | 187.52 | |
| за 1 день 2 недели | | 1415 | | | 37.988 | 42.36 | 182.774 | 1260.364 | 37.504 | |
| за 1 день за 10 дней | | | | | 37.93 | 42.31 | 182.75 | 1260.61 | 38.18 | |
| | | | | | 151.732 | 380.808 | 731.008 | 1263.548 | | |
| распределение Б,Ж,У от калорийности,% | | | | | 12.01 | 30.14 | 57.85 | 100.00 | | |

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ равноценные

по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.

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

3.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

3.4. Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003

3.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг. интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

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%

Расход продуктов ДОУ

от 3 до 7 лет

НЕТТО

| Наименов. прод. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Кол-во | Среднее |
|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Сахар | 19.90 | 33.00 | 15.00 | 31.00 | 20.70 | 22.90 | 32.00 | 22.80 | 23.50 | 19.40 | 240.20 | 24.02 |
| Заварка | 0.80 | 0.35 | 0.45 | 0.35 | 0.35 | 0.80 | 0.00 | 0.35 | 0.80 | 0.00 | 4.25 | 0.43 |
| Яйцо | 14.70 | 7.14 | 102.00 | 10.50 | 4.60 | 12.20 | 6.00 | 111.00 | 9.30 | 21.50 | 298.94 | 29.89 |
| Дрожжи сухие | 0.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 0.00 | 1.20 | 0.12 |
| Батон нарезной | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 300.00 | 30.00 |
| Хлеб пшеничный 1с | 45.20 | 23.00 | 30.00 | 23.00 | 48.00 | 32.00 | 23.00 | 23.00 | 23.00 | 23.00 | 293.20 | 29.32 |
| Хлеб сельский | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 375.00 | 37.50 |
| Мука пшеничная | 29.20 | 2.00 | 31.45 | 40.50 | 9.76 | 44.52 | 0.00 | 40.30 | 2.00 | 16.00 | 215.73 | 21.57 |
| Кисель-концентрат | 0.00 | 21.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 43.20 | 4.32 |
| Макаронные изделия | 45.50 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 45.50 | 0.00 | 0.00 | 14.00 | 0.00 | 113.00 | 11.30 |
| Крупа рисовая | 37.70 | 15.00 | 0.00 | 11.00 | 8.70 | 0.00 | 51.30 | 25.00 | 18.00 | 7.00 | 173.70 | 17.37 |
| Крупа кукурузная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа манная | 20.00 | 11.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 9.00 | 0.00 | 0.00 | 1.75 | 42.15 | 4.22 |
| Горох | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 2.00 |
| Крупа пшенная | 0.00 | 11.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 49.00 | 4.90 |
| Крупа ячневая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Полба | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа перловая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 16.00 | 1.60 |
| Крупа геркулесовая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа пшеничная | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа гречневая | 0.00 | 32.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 32.50 | 3.25 |
| Картофель | 82.60 | 34.50 | 200.60 | 158.00 | 149.68 | 101.60 | 16.00 | 163.00 | 156.00 | 111.60 | 1173.58 | 117.36 |
| Морковь | 21.00 | 89.30 | 8.00 | 49.60 | 34.47 | 18.40 | 46.30 | 20.50 | 58.00 | 9.00 | 354.57 | 35.46 |
| Лук репчатый | 32.48 | 21.90 | 19.50 | 25.00 | 60.91 | 23.15 | 17.00 | 26.30 | 26.00 | 34.40 | 286.64 | 28.66 |
| Свекла | 47.50 | 51.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 33.30 | 32.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 163.80 | 16.38 |
| Капуста свежая | 16.00 | 35.00 | 53.00 | 40.00 | 162.00 | 57.20 | 16.00 | 107.00 | 0.00 | 96.00 | 582.20 | 58.22 |
| Икра кабачковая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы соленые | 12.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 40.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 76.00 | 7.60 |
| Помидоры свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 50.00 | 48.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 50.00 | 48.00 | 196.00 | 19.60 |
| перец | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Томат-паста | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 0.60 | 0.00 | 1.00 | 0.00 | 3.00 | 1.00 | 7.60 | 0.76 |
| Масло сливочное | 23.00 | 13.00 | 24.00 | 25.00 | 20.00 | 24.60 | 16.00 | 26.00 | 9.90 | 18.30 | 199.80 | 19.98 |
| Масло растительное | 11.40 | 8.20 | 4.60 | 11.00 | 7.90 | 12.90 | 12.00 | 5.90 | 10.50 | 5.50 | 89.90 | 8.99 |
| Фрукты свежие | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 0.00 | 100.00 | 500.00 | 50.00 |
| Яблоки | 0.00 | 11.25 | 14.00 | 21.50 | 36.00 | 13.30 | 21.50 | 11.25 | 36.00 | 0.00 | 164.80 | 16.48 |
| Ягоды | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Лимон | 0.00 | 3.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3.00 | 0.00 | 0.00 | 3.00 | 0.00 | 9.00 | 0.90 |
| смородина черная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сок | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 625.00 | 62.50 |
| Курага | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухофрукты | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 54.00 | 5.40 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Урюк | 4.80 | 0.00 | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 18.00 | 58.80 | 5.88 |
| Изюм | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Шиповник | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 36.00 | 3.60 |
| Молоко | 326.00 | 233.40 | 253.75 | 220.00 | 210.00 | 357.50 | 190.00 | 250.00 | 226.00 | 285.50 | 2552.15 | 255.22 |
| Кефир | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 390.00 | 39.00 |
| Ряженка | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 390.00 | 39.00 |
| Катык | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 130.00 | 0.00 | 260.00 | 26.00 |
| Молоко сгущенное | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 60.00 | 6.00 |
| Сметана | 5.00 | 20.28 | 0.00 | 6.00 | 6.00 | 14.00 | 12.00 | 10.00 | 3.90 | 15.50 | 92.68 | 9.27 |
| Творог | 0.00 | 107.14 | 0.00 | 83.75 | 0.00 | 0.00 | 138.00 | 0.00 | 97.50 | 0.00 | 426.39 | 42.64 |
| Говядина | 0.00 | 74.00 | 0.00 | 52.00 | 0.00 | 0.00 | 52.00 | 0.00 | 47.25 | 0.00 | 225.25 | 22.53 |
| Фарш из говядины | 51.90 | 0.00 | 47.10 | 0.00 | 0.00 | 41.70 | 0.00 | 58.00 | 0.00 | 52.00 | 250.70 | 25.07 |
| Цыплята | 22.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 74.00 | 53.03 | 0.00 | 22.00 | 0.00 | 22.00 | 193.03 | 19.30 |
| Фарш индейки | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Фарш птицы | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сыр | 0.00 | 7.00 | 17.50 | 7.00 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 7.00 | 0.00 | 7.00 | 52.50 | 5.25 |
| Рыба | 55.00 | 0.00 | 56.00 | 0.00 | 43.75 | 63.80 | 0.00 | 0.00 | 29.00 | 52.50 | 300.05 | 30.01 |
| Кофейный напиток | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 7.50 | 0.75 |
| Какао-порошок | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.60 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 180.00 | 18.00 |
| конфеты | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Соль | 4.80 | 3.55 | 4.64 | 4.90 | 6.00 | 5.00 | 4.90 | 6.00 | 3.50 | 5.50 | 48.79 | 4.88 |
| Крахмал | 0.00 | 7.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.60 | 0.00 | 0.00 | 7.60 | 22.80 | 2.28 |
| Сухари панировочные | 12.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.00 | 5.80 | 6.00 | 2.00 | 0.00 | 5.00 | 38.10 | 3.81 |
| Напиток витаминный | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Крупы, бобовые | 57.70 | 69.90 | 25.00 | 11.00 | 53.70 | 33.00 | 90.30 | 33.00 | 26.00 | 33.75 | 433.35 | 43.34 |
| Овощи разные | 128.98 | 199.20 | 80.50 | 164.60 | 305.98 | 144.05 | 152.30 | 153.80 | 149.00 | 188.40 | 1666.81 | 166.68 |
| Фрукты | 0.00 | 114.25 | 14.00 | 121.50 | 36.00 | 116.30 | 21.50 | 111.25 | 39.00 | 100.00 | 673.80 | 67.38 |
| Фрукты сухие | 22.80 | 0.00 | 30.00 | 18.00 | 0.00 | 0.00 | 30.00 | 18.00 | 0.00 | 30.00 | 148.80 | 14.88 |
| Молочные прод. | 326.00 | 383.40 | 383.75 | 350.00 | 340.00 | 357.50 | 340.00 | 380.00 | 376.00 | 415.50 | 3652.15 | 365.22 |
| Птица | 22.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 74.00 | 53.03 | 0.00 | 22.00 | 0.00 | 22.00 | 193.03 | 19.30 |
| Говядина | 51.90 | 74.00 | 47.10 | 52.00 | 0.00 | 41.70 | 52.00 | 58.00 | 47.25 | 52.00 | 475.95 | 47.60 |
| Хлеб пшеничный | 75.20 | 53.00 | 60.00 | 53.00 | 78.00 | 62.00 | 53.00 | 53.00 | 53.00 | 53.00 | 593.20 | 59.32 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 180.00 | 18.00 |
| Субпродукты | | | | | | | | | | | 0 | |

Примечание: расход хлеба пшеничного с учетом расхода сухарей панировочных

Расход продуктов ДОУ

от 3 до 7 лет

брутто

| Наименов. прод. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Кол-во | Среднее |
|-----------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---------------|--------------|
| Сахар | 19.90 | 33.00 | 15.00 | 31.00 | 20.70 | 22.90 | 32.00 | 22.80 | 23.50 | 19.40 | 240.20 | 24.02 |
| Заварка | 0.80 | 0.35 | 0.45 | 0.35 | 0.35 | 0.80 | 0.00 | 0.35 | 0.80 | 0.00 | 4.25 | 0.43 |
| Яйцо | 14.70 | 7.14 | 102.00 | 10.50 | 4.60 | 12.20 | 6.00 | 111.00 | 9.48 | 21.50 | 299.12 | 29.91 |
| Дрожжи сухие | 0.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 0.00 | 1.20 | 0.12 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Батон нарезной | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 300.00 | 30.00 |
| Хлеб пшеничный 1с | 45.20 | 23.00 | 30.00 | 23.00 | 50.40 | 32.00 | 23.00 | 23.00 | 23.00 | 23.00 | 295.60 | 29.56 |
| Хлеб сельский | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 37.50 | 375.00 | 37.50 |
| Мука пшеничная | 29.20 | 2.00 | 31.45 | 40.50 | 9.76 | 44.52 | 0.00 | 40.30 | 2.00 | 16.00 | 215.73 | 21.57 |
| Кисель-концентрат | 0.00 | 21.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 43.20 | 4.32 |
| Макаронные изделия | 45.50 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 45.50 | 0.00 | 0.00 | 14.00 | 0.00 | 113.00 | 11.30 |
| Крупа рисовая | 37.70 | 15.00 | 0.00 | 11.00 | 8.70 | 0.00 | 51.30 | 25.00 | 18.00 | 7.00 | 173.70 | 17.37 |
| Крупа кукурузная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа манная | 20.00 | 11.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 9.00 | 0.00 | 0.00 | 1.75 | 42.15 | 4.22 |
| Горох | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.25 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.25 | 2.03 |
| Крупа пшенная | 0.00 | 11.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 30.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 49.00 | 4.90 |
| Крупа ячневая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Полба | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа перловая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 0.00 | 8.00 | 0.00 | 16.00 | 1.60 |
| Крупа геркулесовая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа пшеничная | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 25.00 | 2.50 |
| Крупа гречневая | 0.00 | 32.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 32.50 | 3.25 |
| Картофель | 137.94 | 57.61 | 335.00 | 263.86 | 249.96 | 169.67 | 24.64 | 272.20 | 248.04 | 186.37 | 1945.29 | 194.53 |
| Морковь | 17.30 | 118.76 | 10.64 | 66.02 | 45.84 | 24.44 | 61.58 | 27.26 | 77.14 | 11.97 | 460.95 | 46.10 |
| Лук репчатый | 38.57 | 26.06 | 23.26 | 29.75 | 72.48 | 27.54 | 20.22 | 31.30 | 31.00 | 41.52 | 341.70 | 34.17 |
| Свекла | 64.60 | 69.36 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 45.28 | 43.52 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 222.76 | 22.28 |
| Капуста свежая | 20.00 | 43.75 | 66.25 | 50.00 | 202.50 | 71.50 | 20.00 | 133.75 | 0.00 | 120.00 | 727.75 | 72.78 |
| Икра кабачковая | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы соленые | 21.84 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.84 | 72.80 | 0.00 | 22.00 | 0.00 | 138.48 | 13.85 |
| Помидоры свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Огурцы свежие | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 51.00 | 48.96 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 51.00 | 48.96 | 199.92 | 19.99 |
| перец | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Томат-паста | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 0.60 | 0.00 | 1.00 | 0.00 | 3.00 | 1.00 | 7.60 | 0.76 |
| Масло сливочное | 23.00 | 13.00 | 24.00 | 25.00 | 20.00 | 24.60 | 16.00 | 26.00 | 9.90 | 18.30 | 199.80 | 19.98 |
| Масло растительное | 11.40 | 8.20 | 4.60 | 11.00 | 7.90 | 12.90 | 12.00 | 5.90 | 10.50 | 5.50 | 89.90 | 8.99 |
| Фрукты свежие | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 0.00 | 114.00 | 570.00 | 57.00 |
| Яблоки | 0.00 | 12.83 | 19.00 | 24.45 | 40.80 | 15.20 | 24.45 | 12.83 | 40.80 | 0.00 | 190.36 | 19.04 |
| Ягоды | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Лимон | 0.00 | 3.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3.40 | 0.00 | 0.00 | 3.40 | 0.00 | 10.20 | 1.02 |
| смородина черная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сок | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 125.00 | 0.00 | 625.00 | 62.50 |
| Курага | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухофрукты | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 55.08 | 5.51 |
| Урюк | 4.80 | 0.00 | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 18.36 | 59.88 | 5.99 |
| Изюм | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Шиповник | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 0.00 | 0.00 | 12.00 | 36.00 | 3.60 |
| Молоко | 334.00 | 233.40 | 256.75 | 220.00 | 210.00 | 367.50 | 190.00 | 250.00 | 228.00 | 286.50 | 2576.15 | 257.62 |
| Кефир | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 402.00 | 40.20 |
| Ряженка | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 402.00 | 40.20 |
| Катык | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 134.00 | 0.00 | 268.00 | 26.80 |
| Молоко сгущенное | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 20.00 | 0.00 | 60.00 | 6.00 |
| Сметана | 5.00 | 20.28 | 0.00 | 6.00 | 6.00 | 14.00 | 12.00 | 10.00 | 3.90 | 15.50 | 92.68 | 9.27 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------|---------------|
| Творог | 0.00 | 109.28 | 0.00 | 85.00 | 0.00 | 0.00 | 140.00 | 0.00 | 98.80 | 0.00 | 433.08 | 43.31 |
| Говядина | 0.00 | 74.00 | 0.00 | 52.00 | 0.00 | 0.00 | 52.00 | 0.00 | 47.25 | 0.00 | 225.25 | 22.53 |
| Фарш из говядины | 51.90 | 0.00 | 47.10 | 0.00 | 0.00 | 41.70 | 0.00 | 58.00 | 0.00 | 52.00 | 250.70 | 25.07 |
| Цыплята | 33.85 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 113.85 | 81.58 | 0.00 | 33.85 | 0.00 | 33.85 | 296.98 | 29.70 |
| фарш индейки | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| фарш птицы | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сыр | 0.00 | 7.14 | 17.85 | 7.14 | 0.00 | 7.14 | 0.00 | 7.14 | 0.00 | 7.14 | 53.55 | 5.36 |
| Рыба | 72.37 | 0.00 | 73.70 | 0.00 | 57.56 | 83.90 | 0.00 | 0.00 | 38.16 | 69.08 | 394.77 | 39.48 |
| Кофейный напиток | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 7.50 | 0.75 |
| Какао-порошок | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 2.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.60 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 180.00 | 18.00 |
| кислота лимонная | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Соль | 4.80 | 3.55 | 4.64 | 4.90 | 6.00 | 5.00 | 4.90 | 6.00 | 3.50 | 5.50 | 48.79 | 4.88 |
| Крахмал | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| Сухари панировочные | 12.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.00 | 5.80 | 6.00 | 2.00 | 0.00 | 5.00 | 38.10 | 3.81 |
| Крупы, бобовые | 57.70 | 69.90 | 25.00 | 11.00 | 53.95 | 33.00 | 90.30 | 33.00 | 26.00 | 33.75 | 433.60 | 43.36 |
| Овощи разные | 162.31 | 259.93 | 100.15 | 196.77 | 370.38 | 190.60 | 219.12 | 192.31 | 184.14 | 223.45 | 2099.16 | 209.92 |
| Фрукты | 0.00 | 130.23 | 19.00 | 138.45 | 40.80 | 132.60 | 24.45 | 126.83 | 44.20 | 114.00 | 770.56 | 77.06 |
| Фрукты сухие | 23.16 | 0.00 | 18.36 | 18.36 | 0.00 | 0.00 | 18.36 | 18.36 | 0.00 | 18.36 | 114.96 | 11.50 |
| Молочные прод. | 334.00 | 387.40 | 390.75 | 354.00 | 344.00 | 367.50 | 344.00 | 384.00 | 382.00 | 420.50 | 3708.15 | 370.82 |
| птица | 33.85 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 113.85 | 81.58 | 0.00 | 33.85 | 0.00 | 33.85 | 296.98 | 29.70 |
| Говядина | 51.90 | 74.00 | 47.10 | 52.00 | 0.00 | 41.70 | 52.00 | 58.00 | 47.25 | 52.00 | 475.95 | 47.60 |
| Хлеб пшеничный | 75.20 | 53.00 | 60.00 | 53.00 | 80.40 | 62.00 | 53.00 | 53.00 | 53.00 | 53.00 | 595.60 | 59.56 |
| Кондитерские изделия | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 0.00 | 40.00 | 0.00 | 30.00 | 20.00 | 180.00 | 18.00 |