



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,66	274,20	0,86	ТТК №2Д
Крупа кукурузная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	406			11,98	14,01	71,50	460,46	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД									
Помидоры свежие порционно	60			0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	№71 сБ 2017
помидоры свежие		61,20	60,00						
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне, с гренками	180/10			5,20	3,95	19,51	143,56	4,19	№87, сБ дошк2016
Картофель		53,20	40,00						
Горох		16,20	16,00						
Морковь		12,80	10,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,60	0,60						
Бульон		140,00	140,00						
гренки пшеничные:			10						
хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сБдошк2016
цыплята-бройлеры с/м		78,00	73,6						
масса отварной птицы			32,0						
масло сливочное		8,0	8,0						
Лук репчатый		11,9	10,00						
Морковь		16,3	13,00						
Крупа рисовая		55,0	55,0						
вода		86,0	86,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
масса гарнира			168,0						
Компот из урюка	180/6			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сБ дошк 2016
урюк		18,4	18,0						
масса отварных сухофруктов			28,8						
Сахар		6	6,0						
вода		183	183,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	681			20,42	15,56	88,03	596,70	17,31	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие (яблоки, яли апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Котлеты рыбные	70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сБ шк 2017
рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,2						
соль иодированная		0,7	0,7						
хлеб пшеничный		12,6	12,6						
молоко		18,20	18,2						
сухари панировочные:		7,0	7,0						
масса полуфабриката			81,0						
масло растительное		3,0	3,0						
Пюре Картофельное	140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		159,60	119,70						
Молоко		22,12	21,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
соль иодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№411 Дели2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
вафли									табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Итого:	546			15,34	15,50	69,98	479,92	27,45	
ВСЕГО:	1816			52,96	49,58	239,70	1639,08	48,05	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д
Крупа полбяная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	409			12,09	16,87	55,74	426,87	2,33	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		69,38	55,50						
масса прогретой капусты			50,00						
морковь		7,50	6,00						
Сахар		1,00	1,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,30	0,30						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,50	4,77	8,12	87,64	7,71	№63, сб дошк 2016
Капуста свежая		18,75	15,00						
Картофель		19,95	15,00						
Морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Свекла		38,40	30,00						
Сахар		0,90	0,90						
Томат-паста		1,00	1,00						
Масло растительное		3,60	3,60						
соль иодированная		0,60	0,60						
Бульон		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Биточки "Домашние"	70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9	55,13						
морковь		57,89	55,13						
Лук репчатый		16,53	13,12						
Масло растительное		18	15						
масса припущенного лука		1,5	1,5						
соль иодированная		0,57	0,57						
яйцо		0,84	0,7						
Мука пшеничная		5,25	5,25						
масса полуфабриката			82,6						
масло растительное		2,6	2,6						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			3,80	2,37	26,43	141,96	0,48	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль иодированная		0,33	0,33						
масса каши			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масса каши с овощами			130,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	0,00	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	700			21,99	19,11	101,87	656,25	11,70	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Сок в инд упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Запеканка творожная с повидлом	130/20			22,82	20,06	25,55	372,60	0,54	№251, сб дошк 2016
Творог		121,55	119,20						
Крупа манная		7,80	7,80						
Яйцо		6,50	5,42						
Сахар		10,40	10,40						
Сметана		5,20	5,20						
Масло сливочное		5,20	5,20						
Сушари панирочные		5,20	5,20						
соль иодированная		0,65	0,65						
повидло		20,00	20,00						
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№410,412 Дели 2016

Булочка дорожная	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода	50	180,00	180,00	3,39	6,98	26,07	181,00		№453 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		30,50	30,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Масло сливочное		6,50	6,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		15,30	15,30						
	масса полуфабриката для крошки:			57,00						
мука пшеничная		1,20	1,20							
масло сливочное		1,00	1,00							
масса крошки			2,00							
масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
Итого:		518			26,97	27,07	70,48	633,08	5,87	
ВСЕГО:		1807			22,82	67,55	235,64	1808,00	20,44	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,36	9,85	29,49	229,05	0,86	ТТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеничная		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		5	5						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дети 2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	406			10,68	16,75	55,46	416,41	2,24	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016
молоко		189	180						
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	60			0,42	0,06	1,14	7,20	2,94	№71 сб шк 2017
огурцы		61,20	60,00						
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	180			3,05	3,76	15,70	120,08	4,14	№91,128 сб дошк 2016
картофель		79,8	60						
Морковь		9	7,20						
Лук репчатый		8,6	7,20						
Масло растительное		1,8	1,8						
соль иодированная		0,6	0,6						
бульон		135	135						
клецки:			30						
мука пшеничная		9,12	9,12						
Масло сливочное		0,96	0,96						
яйцо		3,17	2,64						
вода		14,40	14,40						
соль иодированная		0,20	0,20						
масса теста			27,00						
масса готовых клецек			30,00						
Рагу из овощей с филе грудок индейки	50/150			10,41	34,97	11,93	406,17	0,00	№148 ,сб дошк 2016
филе грудок индейки		65,63	62,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
масса отварных филе грудок индейки			50,00						
картофель		63,44	47,70						
морковь		30,00	24,00						
масса запеченной моркови			22,00						
Лук репчатый		24,00	20,00						
масса припущенного лука			16,00						
капуста свежая		43,75	35,00						
масса припущенной капусты			31,00						
соль иодированная		0,80	0,80						
Масло растительное		5,00	5,00						
соус:			40,00						№366 ,сб дошк 2016
вода		40,00	40,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Мука пшеничная		1,80	1,80						
Морковь		3,00	2,40						
Лук репчатый		1,44	1,20						
томатная паста		2,40	2,40						
Масло сливочное		0,60	0,60						
сахар		0,40	0,40						
соль иодированная		0,40	0,40						
Кисель	180/6			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
Кисель-концентрат		21,00	21,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						

Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржидной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	691			18,91	39,58	72,63	744,88	8,07	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Биточки рубленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	50/25			6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	№275, 366 СБ дошк 2016
		рыба (минтай с/м БГ)	51,40	37,50					
		или фарш рыбный	39,40	37,50					
		хлеб пшеничный	5,00	5,00					
		вода питьевая	8,20	8,20					
		Лук репчатый	11,40	9,50					
		Масло растительное	0,80	0,80					
		масса припущенного лука		4,70					
		Яйцо куриное	0,90	0,75					
		соль йодированная	0,44	0,44					
		сухари панировочные	5,00	5,00					
		Масса полуфабриката		59,00					
		Масло растительное	1,25	1,25					
		масса готовых котлет		50,00					
соус томатный с овощами				25,00					
		лук репчатый	3,00	2,50					
		морковь	6,25	5,00					
		масло растительное	0,75	0,75					
		бульон или вода	25,00	25,00					
		Масло сливочное	1,125	1,125					
		мука пшеничная	1,125	1,125					
		морковь	1,875	1,50					
		лук репчатый	0,90	0,75					
		томатная паста	1,50	1,50					
		Масло сливочное	0,375	0,375					
		сахар	0,25	0,25					
		соль йодированная	0,25	0,25					
		масса готового томатного соуса		22,50					
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	130/3			5,59	4,64	28,76	179,66	0,62	ТТК №9Д
		Крупа пшеничная	26,00	26,00					
		Вода питьевая	104,00	104,00					
		соль йодированная	0,40	0,40					
		Масло сливочное	3,00	3,00					
Чай с яблоками, с сахаром	180/10/6			0,10	0,06	6,99	28,64		№ 2016 №410
		чай весовой	0,45	0,45					
		сахарный песок	6	6					
		вода питьевая	180	180					
		яблоки свежие	11,4	10					
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	1,46	2,50	8,80	63,60		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	554			16,66	13,72	80,17	514,38	11,55	
ВСЕГО:	1831			51,74	74,93	217,33	1777,67	24,20	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
		Крупа геркулесовая	22,50	22,50					
		Молоко	158,00	158,00					
		Сахар	2,50	2,50					
		соль йодированная	0,50	0,50					
		Масло сливочное	5,00	5,00					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		Кофейный напиток	2,50	2,50					
		Сахар	6,00	6,00					
		Молоко	90,00	90,00					
		Вода	108,00	108,00					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
		Батон нарезной	30,00	30,00					
		Масло сливочное	5,00	5,00					
Итого:	406			12,60	16,43	59,67	438,17	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (Кефир, ряженка, йогурт, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	1,44	№420 СБ дошк 2016
		кисломолочный напиток	185,00	180,00					
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	1,44	
ОБЕД									
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60			0,74	0,06	6,89	49,02	2,88	№42, с6 дошк2016
		морковь	72,5	58					
		сахар	3	3					
РАССОЛНКА ДОМАШНЯЯ, С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	180/10/5			3,63	5,59	9,39	110,15	9,57	№95,105 сбдошк 2016
		Картофель	71,82	54,00					
		капуста свежая	18,00	14,40					
		Морковь	9,00	7,20					
		Лук репчатый	8,64	7,20					
		Масло растительное	3,60	3,60					
		огурцы соленые	19,66	10,80					
		соль йодированная	0,70	0,70					
		вода	126,00	126,00					
		Сметана	5,00	5,00					
		говядина (котлетное мясо б/к)	11,97	11,40					

	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	Яйцо куриное		0,96	0,80						
	Вода питьевая		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
Тефтели мясные		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		46,2	44,4						
	или фарш говяжий		46,2	44,4						
	Лук репчатый		16,8	14						
	масло растительное		2,1	2,1						
	Хлеб пшеничный		9,4	9,4						
	вода питьевая		14,0	14,0						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	Мука пшеничная в/с		4,8	4,8						
	масса полуфабриката			84						
	масло растительное		2	2						
Макаронные изделия отварные с маслом		130/3			4,91	3,13	27,60	158,16		№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из изюма и яблок		180			0,35	0,12	26,2	108	1,44	ТТК
	яблоки свежие		16,53	14,50						
	изюм		9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		708			22,60	16,93	108,09	702,71	13,95	
УЩОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели2016
Омлет натуральный с сыром		150			11,12	13,08	25,64	237,07	0,35	№229,сб дошк2016
	яйцо:		120	100						
	молоко		57	57						
	сыр		15,3	15						
	масло сливочное		3	3						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	масса готового омлета			150						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№411 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Пирожок печеный с повидлом		60			3,50	3,75	34,77	187,00	0,03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		30	30						
	Мука пшеничная в/с		1,5	1,5						
	Масло сливочное		1,36	1,36						
	Сахарный песок		1,6	1,6						
	Яйцо куриное		1,92	1,6						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Дрожжи сухие		0,24	0,24						
	вода питьевая		12	12						
	Повидло		20,4	20						
	Масло растительное		0,2	0,2						
	Яйцо куриное		1,44	1,2						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		551			17,59	17,09	93,82	571,67	2,91	
ВСЕГО:		1845			58,02	54,95	269,14	1804,55	20,33	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто (в гр)	нетто (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,76	№100,сб дошк 2016
		16,00	16,00						
		1,60	1,60						
		140,00	140,00						
		60,00	60,00						
		2,00	2,00						
		1,00	1,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
Итого:	426			13,03	14,23	43,19	351,95	2,23	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016
		189,00	180,00						
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79	№21 сб дошк 2016
		69,38	55,50						

	масса прогретой капусты			50,00						
	морковь	7,50	6,00							
	Сахар	1,00	1,00							
	Масло растительное	3,00	3,00							
	соль иодированная	0,30	0,30							
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№24 сб дошк2016
	Мука пшеничная	14,00	14,00							
	Мука пшеничная на подпыл	1,00	1,00							
	Яйцо	4,80	4,00							
	вода	2,80	2,80							
	соль иодированная	0,40	0,40							
	Масса подсушенной лапши		16,00							
	Морковь	10,00	8,00							
	Лук репчатый	9,52	8,00							
	Масло растительное	4,00	4,00							
	бульон	170,00	170,00							
	соль иодированная	0,70	0,70							
Суфле куриное		70			9,88	11,00	1,74	140,00	0,48	№ 327,371 сб дошк 2016
	пыльца-бройлеры с/м	119,00	112,70							
	масса отварной мякоти птицы		49,00							
	яйцо	15,36	12,80							
	масло растительное	2,50	2,50							
	соус		20,00							
	молоко	15,00	15,00							
	масло сливочное	2,60	2,60							
	мука пшеничная	2,60	2,60							
	вода питьевая	3,00	3,00							
	соль иодированная	0,16	0,16							
Каша ячневая рассыпчатая с луком		130			3,51	7,80	22,39	173,66		№303 СБ 2017
	Крупа ячневая	35,5	35,5							
	соль иодированная	0,35	0,35							
	Вода	85	85							
	масло сливочное	6	6							
	Масса каши		105							
	Лук репчатый	60	50							
	Масло растительное	6	6							
	масса пассированного лука		25							
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк	18,40	18,00							
	Масса отварных сухофруктов		28,80							
	Сахар	6,00	6,00							
	вода	183,00	183,00							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		665			19,45	26,40	72,34	606,74	6,07	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		150/30			17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий	39,00	37,50							
	масло сливочное	39,40	37,50							
	масло сливочное	2,80	2,80							
	масса готового мясного фарша		30,00							
	Картофель	190,70	143,45/139,3							
	масса отварного протертого картофеля		136,60							
	Лук репчатый	12,72	10,60							
	масло растительное	1,80	1,80							
	масса припущенного лука		7,70							
	Масло сливочное	1,80	1,80							
	соль иодированная	0,60	0,60							
	сухари панировочные	3,20	3,20							
	масса полуфабриката		175,00							
	выход готовой запеканки		150,00							
	Соус сметанный :		30,00							
	Сметана	7,50	7,50							
	Мука пшеничная	2,00	2,00							
	вода	22,50	22,50							
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	25,48	2,83	№412 Дели2016
	чай весовой	0,90	0,90							
	Сахар	6,00	6,00							
	лимон	8,00	7,00							
	Вода	180,00	180,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		503			20,70	19,51	52,33	461,97	17,95	
ВСЕГО:		1774			58,65	65,02	176,93	1522,66	28,59	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									

Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д			
	крупка пшеничная	22,50	22,50									
	Молоко	90,00	90,00									
	Вода	68,00	68,00									
	Сахар	2,50	2,50									
	соль иодированная	0,50	0,50									
Чай с молоком, сахаром	180/6	Масло сливочное	3	3								
		чай весовой	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№1 413 сб дошк 2016		
		Сахар	6	6								
		Молоко	92	90								
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Вода	90	90								
		Батон нарезной	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2016		
		Масло сливочное	5,00	5,00								
Итого:	404			10,36	15,08	54,74	396,12	1,38				
2 - ой ЗАВТРАК												
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	91,20	0,54	№420 Сб дошк 2016			
	кисломолочный напиток	185	180									
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	91,20	0,54				
ОБЕД												
Огурцы свежие порционно	60			0,42	0,06	1,14	7,20	2,94	№71 сб шк 2017			
		огурцы	61,20	60,00								
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016			
		крупка гречневая	15,00	15,00								
		картофель	79,80	60,00								
		Морковь	10,00	8,00								
		Лук репчатый	9,52	8,00								
		Масло растительное	1,80	1,80								
		соль иодированная	0,60	0,60								
		Бульон	120,00	120,00								
		Гуляш из отварной говядины	40/40			10,69	11,26	2,62	131,20	0,74	№293 сб рецептур 2016	
говядина попатка б/к	64,00			64,00								
соль иодированная	0,40			0,40								
масса отварной говядины				40,00								
Морковь	17,50			14,00								
лук репчатый	8,50			7,10								
Вода питьевая	30,00			30,00								
томатная паста	1,20			1,20								
мука пшеничная в/с	2,00			2,00								
масло растительное	2,70			2,70								
Макаронные изделия отварные	130					3,92	3,63	27,64	145,06		№219 Сб дошк 2016	
				макаронные изделия	45,50	45,50						
				вода	275,00	275,00						
		соль иодированная	0,50	0,50								
		Масло сливочное	2,00	2,00								
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016			
		сухофрукты	15,30	15,00								
		Сахар	6,00	6,00								
		вода	183,00	183,00								
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012			
Итого:	675			20,02	17,52	74,77	505,91	10,27				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Сок в вид упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели2016			
Вареники ленивые с маслом сливочным	130/5			19,27	13,03	19,90	273,50	0,58	№243,244 сб дошк 2016			
		творог	103,40	101,3								
		Мука пшеничная в/с	14,2	14,2								
		яйцо куриное	8,88	7,4								
		сахарный песок	7,40	7,4								
		соль иодированная	0,30	0,3								
		масса полуфабриката		123,5								
Чай с яблоками, с сахаром	180/10/6	масло сливочное	5,0	5,0								
		чай весовой	0,45	0,45	0,08	0,05	6,00	24,35		№ 2016 №393		
		сахарный песок	6	6								
		вода питьевая	180	180								
яблоки свежие	11,4	10										
Итого:	456			19,98	13,08	38,53	350,85	3,08				
ВСЕГО:	1715			55,58	50,18	175,60	1344,08	15,27				

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №3Д	
		Крупа ячневая	22,50	22,50						
		Молоко	90,00	90,00						
		Вода	68,00	68,00						
		Сахар	2,50	2,50						
		соль иодированная	0,50	0,50						
Кофейный напиток с молоком	180/6	Масло сливочное	5,00	5,00						
		Кофейный напиток	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		Сахар	6,00	6,00						
		Молоко	90,00	90,00						
		Вода	108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2016	

Сыр порционно	Батон нарезной Масло сливочное сыр	10	30,00 5,00 10,20	30,00 5,00 10,00	2,63	2,66	34,33	1,17	№15 сб шк 2017
Итого:		416			13,83	16,56	55,91	448,59	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток сахар	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	1,26	№420 СБ дошк 2016
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	1,26	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	морковь сахар	60	72,5 3	58 3	0,74	0,06	6,89	2,88	№42, сб дошк 2016
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	Капуста свежая Картофель Морковь Лук репчатый Свекла Сахар Томат-паста Масло растительное соль иодированная Бульон Сметана	180/7	18,75 19,95 12,50 9,60 38,40 0,90 1,00 3,60 0,60 140,00 7,00	15,00 15,00 10,00 8,00 30,00 0,90 1,00 3,60 0,60 140,00 7,00	1,50	4,77	8,12	7,71	№63, сб дошк 2016
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный вода рис масса отварного рассыпчатого риса Лук репчатый Масло растительное масса припущенного лука соль иодированная мука пшеничная масса полуфабриката соус сметанно- томатный: сметана мука пшеничная вода томатная паста соль иодированная	50/25	48,80 31,70 5,00 4,20 10,80 1,50 7,50 0,30 3,50 60,00 25,00 6,25 1,90 18,80 1,00 0,20	31,70 31,70 5,00 4,20 12,50 9,00 7,50 0,30 3,50 60,00 25,00 6,25 1,90 18,80 1,00 0,20	8,37	6,70	18,22	2,39	ТТК 698 от 09.04.2021
Пюре Картофельное	Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	140	159,60 22,12 5,00 0,52	119,70 21,00 5,00 0,52	2,86	4,48	19,08	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
Компот из свежих яблок	яблоки свежие сахар вода	180	34,00 6,00 183,00	30,00 6,00 183,00	0,14	-0,14	25,09	0,81	№390 сб шк 2016
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84		табл 6 стр 144, Дети + 2012
Итого:		677			16,58	16,70	95,24	628,05	30,75
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	10,00	№386 СБ дошк 2016
Суп картофельный с мясными фрикадельками	картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное Бульон соль иодированная фрикадельки мясные: говядина (котлетное мясо б/к) фарш говяжий яйцо куриное лук репчатый соль иодированная вода питьевая масса полуфабриката фрикаделек масса готовых фрикаделек	200/30	106,40 10,00 9,60 0,80 2,00 140,00 0,65 30 35,9 35,9 2,88 3,60 0,24 3,00 40,2 30	80,00 8,00 8,00 0,80 2,00 140,00 0,65 30 34,2 34,2 2,40 3,00 0,24 3,00 40,2 30	7,86	5,78	13,72	9,75	№104,105 сб шк 2017
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	0,03	№411 Дети 2016
Сметанник	мука пшеничная мука пшеничная на подпыл яйцо куриное масло сливочное молоко сахарный песок дрожжи соль иодированная	75	22,50 2,25 3,60 2,00 7,50 0,75 0,90 0,23	22,50 2,25 3,00 2,00 7,50 0,75 0,90 0,23	3,99	8,34	19,85	0,148	Сборник национальных блюд и кулинарных изделий стр 165 Казань 1997

	сметана		37,50	37,50							
	сахарный песок		6,00	6,00							
	яйцо куриное		14,40	12,00							
	яйцо куриное		1,80	1,50							
	Масло растительное		0,25	0,25							
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		621			14,59	14,78	64,15	462,91	19,93		
ВСЕГО:		1897			50,23	52,54	225,48	1641,55	53,11		

День 8 - ой											
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С			
ЗАВТРАК											
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ГТК №4Д		
		22,50	22,50								
		158,00	158,00								
		2,50	2,50								
		0,50	0,50								
		5,00	5,00								
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016		
		2,00	2,00								
		6,00	6,00								
		110,00	110,00								
		80,00	80,00								
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010		
		30,00	30,00								
		5,00	5,00								
Итого:	406			11,43	14,44	55,46	401,96	2,48			
2 - ой ЗАВТРАК											
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016		
		180,00	180,00								
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34			
ОБЕД											
Помидоры свежие порционно	60			0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	№71 сБ 2017		
		61,20	60,00								
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180			2,55	3,30	13,53	105,96	4,14	№91,128 сБ дошк 2016		
		79,8	60								
		9	7,20								
		8,6	7,20								
		1,8	1,8								
		0,6	0,6								
		135	135								
			30								
		9,12	9,12								
		0,96	0,96								
		3,17	2,64								
		14,40	14,40								
		0,20	0,20								
			27,00								
			30,00								
Птица, тушеная в соусе с овощами	200			17,79	13,83	17,20	264,00	32,40	№319,372 СБ дошк 2016		
		97,5	92,0								
			40,0								
									№372 СБ дошк 2016		
		15	15,0								
		5	5,0								
		1,5	1,5								
		0,16	0,16								
			20,0								
		137	103,0								
		37,5	30,00								
		28	23,00								
		1,5	1,5								
		0,8	0,8								
			160,0								
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сБ дошк 2016		
		18,40	18,00								
			28,80								
		6,00	6,00								
		183,00	183,00								
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012.		
Итого:	665			24,37	17,81	67,45	538,55	49,48			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Сок в вид упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,34	2,50	№418 Дели 2016		
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	120/30			10,16	10,45	21,01	201,98	0,65	№314 сБ дошк 2016		
		91	72								
		47	45								
		45	45								
		6	6								
			17								
		12	10								
		3	3								
			10								
		6,00	5,00								
		0,60	0,60								
			139,00								
		1,00	1,00								
			30,00								
		2,25	2,25								
		22,50	22,50								
		7,50	7,50								

	томатная паста		1,20	1,20						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса соуса сметанно-томатного			30,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№410,412 Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Итого:		498			13,20	10,72	54,63	352,30	5,98	
ВСЕГО:		1749			54,48	47,85	186,60	1394,81	60,28	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
Итого:	409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,28	
2- ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	1,44	№420 СБ дошк 2016
		185,00	180,00						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	1,44	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79	№21 сб дошк 2016
		69,38	55,50						
			50,00						
		7,50	6,00						
		1,00	1,00						
		3,00	3,00						
		0,30	0,30						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			3,63	5,89	8,95	108,17	6,11	№82 сб дошк 2016
		79,80	60,00						
		8,00	8,00						
		10,00	8,00						
		4,76	4,00						
		3,00	3,00						
		21,84	12,00						
		0,70	0,70						
		132,00	132,00						
		17,56	11,40						
		11,97	11,40						
		1,19	1,00						
		0,96	0,80						
		1,00	1,00						
		0,10	0,10						
			13,40						
			10,00						
		7,00	7,00						
Суфле рыбное	80			12,81	6,41	3,29	122,00	0,26	№ 284,371 сб дошк 2016
		103,68	72,5						
			58						
		20,3	20,3						
		3,5	3,5						
		3,5	3,5						
		4	4						
		0,22	0,22						
			27						
		12	10						
		3	3						
			92						
			80						
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным	140/3			8,66	3,79	26,2	172,4		№ 200 сб дошк 2017
		41,8	41						
		59,6	44,8						
		22,4	21						
		0,35	0,35						
		3	3						
Кисель	180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
		21,00	21,00						

	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		705			29,45	19,77	77,88	619,44	10,15	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Пудинг творожный с молоком сгущенным		130/20			21,16	18,37	42,17	418,60	0,49	№249 СБ дошк 2016
	Творог		112,06	110,50						
	Манная крупа		10,40	10,40						
	Яйцо		7,80	6,50						
	Сахарный песок		10,40	10,40						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	Сметана		5,20	5,20						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Слойка сладкая		50			4,22	4,81	25,22	151,00		Сборник национальных блюдов и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997
	Мука пшеничная		31,00	31,00						
	Мука пшеничная		1,00	1,00						
	дрожжи сухие		0,40	0,40						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Сахар		1,00	1,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	Яйцо		3,00	2,50						
	молоко		12,50	12,50						
	масса теста			50,00						
	Сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масса пф			57,50						
	яйцо		0,90	0,75						
	Масло растительное		0,13	0,13						
Чай с яблоками, с сахаром		180/10/6			0,08	0,05	6,00	24,35		№ 2016 №393
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахарный песок		6	6						
	вода питьевая		180	180						
	яблоки свежие		11,4	10						
Итого:		496			25,86	23,63	83,19	640,95	10,49	
ВСЕГО:		1790			74,90	61,72	234,41	1798,08	24,36	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д	
		22,50	22,50							
		158,00	158,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		5,00	5,00							
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№395 Дели2010	
		2,50	2,50							
		6,00	6,00							
		90,00	90,00							
		108,00	108,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
		30,00	30,00							
		5,00	5,00							
Итого:	406			12,60	16,43	59,67	438,17	2,03		
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016	
		189,00	180,00							
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34		
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	60			0,74	0,06	6,89	49,02	2,88	№42,сб дошк2016	
		72,5	58							
		3	3							
Щи со свежей капустой с картофелем на мясном бульоне, со сметаной	180/7			1,36	4,59	4,77	70,02	10,00	№73,сб дошк 2016	
		45,00	36,00							
		28,73	21,60							
		9,00	7,20							
		8,57	7,20							
		4,00	4,00							
		0,60	0,60							
		140,00	140,00							
		7,00	7,00							
Азу-по-татарски с отварной говядиной	200			18,79	20,97	19,22	342,00	5,88	АКТ проработки 25.12.2022	
		64	64							
		0,4	0,4							
			40							
		180	135							
		24	20							
		45,5	25							
		5	5							
		10	10							
			160							

Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	34,00	30,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	390 сб шк 2016
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		672			24,00	26,30	73,81	653,37	19,57	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,34	2,50	№418 Дели 2016
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229 сб дошк 2016
	яйцо		114	95						
	молоко		60	60						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		2,5	2,5						
	соль водированная		0,4	0,4						
	масса готового омлета			150						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№411 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Пирожок печеный с повидлом		60			3,50	3,75	34,77	187,00	0,03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		30,00	30,00						
	Мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	Масло сливочное		1,36	1,36						
	Сахарный песок		1,60	1,60						
	Яйцо куриное		1,92	1,60						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Дрожжи сухие		0,24	0,24						
	вода питьевая		12,00	12,00						
	Повидло		20,4	20						
	Масло растительное		0,20	0,20						
	Яйцо куриное		1,44	1,2						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		551,00			20,42	28,84	70,82	624,60	2,84	
ВСЕГО:		1809			62,50	76,45	213,37	1818,14	26,78	
ИТОГО за 10 дней		18033,00			541,89	600,76	2174,21	16548,62	321,41	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1803,30			54,19	60,08	217,42	1654,86	32,14	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина I категории упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
 - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1 09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%