

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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,07	28,40	202,64	0,86	ТТК №7Д
		13,50	13,50						
		10,00	10,00						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
		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	15,51	111,68		№1 Дели2016
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>400</b>			<b>10,58</b>	<b>13,98</b>	<b>49,89</b>	<b>356,99</b>	<b>2,03</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/3			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26	№420 СБ дошк 2016
		185,00	180,00						
		3,00	3,00						
<b>Итого:</b>	<b>183</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,55</b>	<b>91,32</b>	<b>1,26</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	60			1,56	4,43	1,94	53,88	2,79	№21 сб дошк 2016
		70,00	55,50						
			50,00						
		7,50	6,00						
		1,00	1,00						
		3,00	3,00						
		0,30	0,30						
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	180			1,51	2,42	8,74	62,82	4,14	№91,128 сб дошк 2016
		79,8	60						
		9	7,20						
		8,6	7,20						
		1,8	1,8						
		0,3	0,3						
		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						
Рагу из овощей с мясом	50/150			14,23	24,98	12,46	333,86	19,05	№148 ,сб дошк 2016
		80,00	80,00						
		0,50	0,50						
			50,00						
		63,44	47,70						
		31,92	24,00						
			22,00						
		24,00	20,00						
			16,00						
		43,75	35,00						
			31,00						
		0,80	0,80						
		5,00	5,00						
			40,00						
		40,00	40,00						
		1,80	1,80						
		1,80	1,80						
		3,20	2,40						
		1,44	1,20						
		2,40	2,40						
		0,60	0,60						
		0,40	0,40						
		0,40	0,40						
			200,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	20,81	68	0,65	№394 СБ дошк 2016
		15,30	15,00						
		6,00	6,00						
		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		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>690</b>			<b>22,77</b>	<b>32,65</b>	<b>74,08</b>	<b>666,68</b>	<b>26,63</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
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	25,08	148,15	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	6,01	23,94	0,03	№410,411 Дели2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,79	5,90	10,95	108,40		табл 6 стр 156,Дели +,2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	1,90	0,20	12,30	58,81	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
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
<b>Итого:</b>		<b>546</b>			<b>15,00</b>	<b>15,26</b>	<b>71,97</b>	<b>488,02</b>	<b>27,45</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1819,00</b>			<b>51,05</b>	<b>65,00</b>	<b>209,49</b>	<b>1603,00</b>	<b>57,37</b>	

**День 2- ой**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			3,73	3,61	30,86	183,44	0,86	ТТК №1Д	
		22,50	22,50							
		90,00	90,00							
		68,00	68,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		3,00	3,00							
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016	
		2,00	2,00							
		6,00	6,00							
		110,00	110,00							
		80,00	80,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016	
		30,00	30,00							
		5,10	5,00							
		5,00	5,00							
<b>Итого:</b>	<b>403</b>			<b>11,04</b>	<b>12,00</b>	<b>51,68</b>	<b>362,93</b>	<b>2,33</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			2,78	2,90	13,30	93,85	0,54	№420 СБ дошк 2016	
кисломолочный напиток		185	180							
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>2,78</b>	<b>2,90</b>	<b>13,30</b>	<b>93,85</b>	<b>0,54</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Салат с картофелем и зеленым горошком к/с	60			1,18	3,15	5,87	56,52	9,40	№26 сб 2016	
		44,70	33,60							
		11,25	9,00							
		15,00	9,00							
		7,2	6							
		3	3							
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63,сбдошк2016	
		20,00	16,00							
		21,28	16,00							
		12,50	10,00							
		9,52	8,00							
		41,00	32,00							
		0,90	0,90							
		1,00	1,00							
		4,00	4,00							
		0,60	0,60							
		140,00	140,00							
		7,00	7,00							
Биточки "Домашние"	70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569	
		84,9	55,13							
		57,89	55,13							
		16,53	13,12							
		18	15							
		1,5	1,5							
			8							
		0,57	0,57							
		0,84	0,7							
		5,25	5,25							
			82,6							
		2,6	2,6							

Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк2016
	крупка 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						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017
		яблоки свежие	31,92	28,00					
		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		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>700</b>			<b>22,14</b>	<b>22,68</b>	<b>92,60</b>	<b>672,74</b>	<b>19,35</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	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					
		Сухари панировочные	5,20	5,20					
		соль иодированная	0,65	0,65					
		молоко сгущенное	20,40	20,00					
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№412 Дели2016
		чай весовой	0,45	0,45					
		Сахар	6,00	6,00					
		лимон	8,00	7,00					
Булочка дорожная	50			3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк2016
		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					
Сок в инд упаковке	125	125	125	0,60	0,00	12,60	53,34	2,50	№418 Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>518</b>			<b>28,31</b>	<b>27,06</b>	<b>72,68</b>	<b>648,16</b>	<b>5,87</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1801,00</b>			<b>64,27</b>	<b>64,64</b>	<b>230,26</b>	<b>1777,68</b>	<b>28,09</b>	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			5,82	4,65	27,68	163,26	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					
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					
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
		Батон нарезной	30,00	30,00					
		Масло сливочное	5,00	5,00					
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>11,14</b>	<b>11,55</b>	<b>53,67</b>	<b>350,70</b>	<b>2,24</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	180	189	180	2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,50</b>	<b>93,87</b>	<b>2,34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с яблоками	60			0,65	0,11	5,17	24,24	3,75	№39,сб дошк2016
		морковь	56,28	45,00					
		яблоки	17,10	15,00					
		сахар	0,60	0,60					
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	0,70	0,70					

	вода питьевая		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
	цпылята-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						
Кисель		180/6			0,54	0,09	16,18	75	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	9,85	47,05	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
<b>Итого:</b>		<b>701</b>			<b>22,07</b>	<b>15,79</b>	<b>100,35</b>	<b>661,83</b>	<b>9,11</b>	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами		50/25			6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	ТТК №784 от 17.11.2023
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		51,40	37,50						
	Крупа манная		1,25	1,25						
	яйцо		0,90	0,75						
	Лук репчатый		11,40	9,50						
	вода		7,00	7,00						
	соль иодированная		0,44	0,44						
	сахар		0,10	0,10						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	Масло растительное		1,25	1,25						
	Масса полуфабриката			59,00						
	масса готовых котлет			50,00						
соус томатный с овощами				25,00						
	бульон или вода		25,00	25,00						
	Масло сливочное		1,125	1,126						
	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						
	лук репчатый		3,00	2,50						
	морковь		6,25	5,00						
	масло растительное		0,75	0,75						
Картофель тушёный с овощами в соусе		140			4,10	7,67	21,30	202,43	36,09	№144 сбшк 2016
	Картофель		173,00	130,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,40	7,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	соус			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Напиток из шиповника		180/6			0,22	0,10	16,81	84,84	43,92	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	0,75	0,98	7,44	41,70		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
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
<b>Итого:</b>		<b>551</b>			<b>14,58</b>	<b>15,27</b>	<b>81,19</b>	<b>571,53</b>	<b>90,94</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1838</b>			<b>50,49</b>	<b>45,70</b>	<b>248,71</b>	<b>1677,93</b>	<b>104,63</b>	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			5,43	5,47	31,83	221,33	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	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						



Суп молочный со звездочками		200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,76	№100,сб дошк 2016
	суповая засыпка (звездочки)		16,00	16,00						
	Сахар		1,60	1,60						
	Молоко		140,00	140,00						
	Вода		60,00	60,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
	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			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>		<b>426</b>			<b>13,06</b>	<b>13,60</b>	<b>37,65</b>	<b>311,89</b>	<b>2,23</b>	
Молоко кипяченое (молоко)	2 - ой ЗАВТРАК	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016
	молоко		189,00	180,00						
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,50</b>	<b>93,87</b>	<b>2,34</b>	
Винегрет с солеными огурцами	ОБЕД	60			0,84	6,02	4,37	75,04	5,78	№46,сб дошк 2016
	Картофель		20,64	15,00						
	Свекла		15,30	12,00						
	Морковь		11,40	9,00						
	Огурцы соленые		21,84	12,00						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	Лук репчатый		10,71	9,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк2016
	Мука пшеничная		15,00	15,00						
	Яйцо		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Масса 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		1,00	1,00						
Суфле куриное с рисом		70			12,05	11,48	3,21	164,18		№ 328 сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры с/м		116,64	116,64						
	масса отварной мякоти птицы			48						
	крупа рисовая		4,45	4,45						
	вода		16,4	16,4						
	соль йодированная		0,13	0,13						
	масса вязкой рисовой каши			19						
	яйцо куриное		9,12	7,6						
	масло сливочное		3,8	3,8						
	сыр		2,04	2						
	масса полуфабриката			76						
	масса готового суфле			70						
Капуста тушеная		130			2,65	4,78	10,26	100,10	22,20	№ 303 сб шк 2017
	капуста свежая		186,3	149						
	масло растительное		4,55	4,55						
	морковь		3,25	2,6						
	лук репчатый		6,19	5,2						
	томатная паста		3,12	3,12						
	мука пшеничная		1,56	1,56						
	сахар		1	1						
	соль йодированная		0,5	0,5						
Компот из изюма и яблок		180			0,35	0,12	26,2	108	1,44	ТТК
	яблоки свежие		14,80	14,50						
	изюм		9,20	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>665</b>			<b>20,71</b>	<b>26,94</b>	<b>70,24</b>	<b>619,85</b>	<b>29,78</b>	
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	150/30			17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо)		39,00	37,50						
	или фарш говяжий		39,40	37,50						
	масло сливочное		2,80	2,80						
	масса готового мясного фарша			30,00						
	Картофель		190,70	143,45						
	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			0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№412 Дели2016	
	чай весовой		0,45	0,45							
	Сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		табл 6 стр 134,Дели + 2012	
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	№386 СБ дошк.2016	
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин )		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
<b>Итого:</b>		<b>523</b>			<b>22,48</b>	<b>23,09</b>	<b>65,11</b>	<b>551,41</b>	<b>17,95</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1794</b>			<b>58,95</b>	<b>66,72</b>	<b>186,50</b>	<b>1577,03</b>	<b>52,30</b>		

**2 неделя**

**День 6 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3	3						
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 маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2016
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>10,49</b>	<b>12,23</b>	<b>50,91</b>	<b>371,68</b>	<b>1,38</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	180			2,58	3,10	13,60	91,89	0,54	№420 СБ дошк 2016
		185	180						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>2,58</b>	<b>3,10</b>	<b>13,60</b>	<b>91,89</b>	<b>0,54</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из квашеной капусты	50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47, сб дошк2016
		57,2	40						
		6	5						
		2,5	2,5						
		2,5	2,5						
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016
		15,00	15,00						
		80,00	60,00						
		10,00	8,00						
		9,52	8,00						
		2,00	2,00						
		1,30	1,30						
		120,00	120,00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной	200			18,79	20,97	19,22	342,00	5,88	ТТК
		64	64						
		0,4	0,4						
			40						
		180	135						
		24	20						
		45,5	25						
		5	5						
		10	10						
			160						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	20,81	68	0,65	№394 СБ дошк 2016
		15,30	15,00						
		6,00	6,00						
		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>655</b>			<b>24,63</b>	<b>26,04</b>	<b>70,81</b>	<b>603,96</b>	<b>22,38</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Вареники ленивые с маслом сливочным	130/5			19,27	13,03	19,90	273,50	0,58	№243,244 сб дошк 2016
		103,40	101,3						
		14,2	14,2						
		7,40	7,4						
		8,88	7,4						
		0,30	0,3						
			123,5						
		5,0	5,0						
Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	14,67	63,04	90,00	№399 сб дошк 2016
		18,4	18						
		6	6						
		180	180						

Гребешок из дрожжевого теста	60			5,51	8,48	30,189	219	0,165	№445 сб дошк 2016
Мука пшеничная в/с		38,50	38,50						
мука пшеничная в/с на подпыл		1,20	1,20						
Сахар		2,00	2,00						
Масло сливочное		1,74	1,74						
яйцо куриное		2,40	2,00						
Соль йодированная		0,60	0,60						
Дрожжи сухие		0,30	0,30						
Вода питьевая		15,50	15,50						
повидло		15,30	15,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
яйцо для смазки изделий		1,00	1,00						
Сок в инд упаковке	125	125	125	0,60	0,00	12,60	53,34	2,50	№418 Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>506</b>			<b>25,99</b>	<b>21,76</b>	<b>77,36</b>	<b>608,88</b>	<b>93,25</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1745</b>			<b>63,69</b>	<b>63,13</b>	<b>212,68</b>	<b>1676,41</b>	<b>117,55</b>	

День 7- ой

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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №10Д
Крупа ячневая		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
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	5,99	42,67	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	15,51	111,68		№1 Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Сыр порционно	10	10,20	10,00	2,63	2,66		34,33		№15 сб шк2017
<b>Итого:</b>	<b>416</b>			<b>13,83</b>	<b>16,56</b>	<b>51,56</b>	<b>416,68</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/3			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
<b>Итого:</b>	<b>183</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,55</b>	<b>91,32</b>	<b>1,26</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из картофеля с солеными огурцами	60			0,73	4,70	5,38	66,83	3,62	№23 сб дошк2016
огурцы соленые		32,76	18,00						
картофель		32,90	24,00						
морковь		15,36	12,00						
лук репчатый		3,60	3,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк2016
Капуста свежая		20,00	16,00						
Картофель		21,28	16,00						
Морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Свекла		41,00	32,00						
Сахар		0,90	0,90						
Томат-паста		1,00	1,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Бульон		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/25			8,37	6,70	18,22	170,97	2,39	ТТК 698 от 09.04.2021
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		48,80	31,70						
вода		31,70	31,70						
рис		5,00	5,00						
рис		4,20	4,20						
масса отварного рассыпчатого риса			12,50						
Лук репчатый		10,80	9,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
масса припущенного лука			7,50						
соль йодированная		0,30	0,30						
мука пшеничная		3,50	3,50						
масса полуфабриката			60,00						
соус сметанно- томатный:			25,00						
сметана		6,25	6,25						
мука пшеничная		1,90	1,90						
вода		18,80	18,80						
томатная паста		1,00	1,00						
соль йодированная		0,20	0,20						
Пюре Картофельное	140			2,86	4,48	25,08	148,15	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		159,60	119,70						
Молоко		22,12	21,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
соль йодированная		0,52	0,52						



Компот из свежих яблок	яблоки свежие	180	31,92	28,00	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>687</b>			<b>16,55</b>	<b>21,16</b>	<b>87,84</b>	<b>616,36</b>	<b>31,49</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	картофель	200	106,4	80	1,76	2,23	12,31	84,8	8,86	№106,107 сб шк 2017
	морковь		10	8						
	лук репчатый		9,6	8						
	томатная паста		0,8	0,8						
	масло растительное		2	2						
	фрикадельки рыбные:			40						
	фарш из горбуши		39,5	37,6						
	яйцо куриное		2,4	2						
	лук репчатый		9,6	8						
	соль йодированная		0,4	0,4						
	вода питьевая		3,6	3,6						
	масса полуфабриката фрикаделек			50						
	масса готовых фрикаделек			40						
Чай с мармеладом	чай весовой	160/10	0,45	0,45	0	0	19,32	72,89	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	вода питьевая		160	160						
	мармелад		10	10						
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 табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	
<b>Итого:</b>		<b>500</b>			<b>4,44</b>	<b>2,87</b>	<b>56,20</b>	<b>275,26</b>	<b>18,88</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1786</b>			<b>37,52</b>	<b>43,69</b>	<b>209,15</b>	<b>1399,62</b>	<b>52,80</b>	

**День 8 - ой**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,15	4,31	29,10	178,49	1,05	ТТК №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	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
		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	15,51	111,68		№1 Дели2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>11,11</b>	<b>12,00</b>	<b>50,59</b>	<b>349,00</b>	<b>2,48</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016
		189,00	180,00						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,50</b>	<b>93,87</b>	<b>2,34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови	60			0,81	3,92	4,44	56,96	1,56	ТТК
		71,25	57,00						
		3,00	3,00						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180			1,51	2,42	8,74	62,82	4,14	№91,128 сб дошк 2016
		79,8	60						
		9	7,20						
		8,6	7,20						
		1,8	1,8						
		0,3	0,3						
		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, тушенная в соусе с овощами	200			8,39	9,91	13,23	199,60	32,40	№319 СБ дошк 2016
		97,5	92,0						
			40,0						
		15	15,0						
		5	5,0						
		1,5	1,5						
		0,16	0,16						
			20,0						
									№372 СБ дошк 2016

Компот из урюка	картофель		137	103,0							
	морковь		37,5	30,00							
	Лук репчатый		28	23,00							
	Масло растительное		1,5	1,5							
	соль иодированная		0,8	0,8							
	масса овощей с соусом	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016	
Хлеб ржаной	урюк		18,40	18,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	вода		183,00	183,00							
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>665</b>			<b>14,08</b>	<b>16,81</b>	<b>60,85</b>	<b>476,77</b>	<b>40,54</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>											
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом		120/30			10,16	10,45	21,01	201,98	0,65	№314 сб дошк 2016	
соус сметанно-томатный	капуста свежая		91	72							
	говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		47	45							
	крупя рисовая		45	45							
	масса отварного риса		6	6							
	лук репчатый		17	17							
	масло растительное		12	10							
	масса припущенного лука		3	3							
	яйцо		10	10							
	соль иодированная		6,00	5,00							
	масса полуфабриката		0,60	0,60							
	Масло растительное		1,00	1,00							
				139,00							
				<b>30,00</b>							
		Мука пшеничная		2,25	2,25						
		вода		22,50	22,50						
	сметана		7,50	7,50							
Чай с сахаром	томатная паста		1,20	1,20							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	масса соуса сметанно-томатного			30,00							
		180/6				0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
Слойка сладкая	чай весовой		0,45	0,45							
	сахар		6,00	6,00							
	Вода		180,00	180,00							
		50			4,22	4,81	29,22	177,00		Сборник национальных блюд 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							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012	
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,60	0,00	12,60	53,34	2,50	№418 Дели2016	
<b>Итого:</b>		<b>541</b>			<b>17,33</b>	<b>15,52</b>	<b>83,62</b>	<b>526,83</b>	<b>3,18</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1792</b>			<b>45,22</b>	<b>47,42</b>	<b>208,56</b>	<b>1446,46</b>	<b>48,54</b>		

**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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			4,53	4,61	27,86	173,44	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			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>11,20</b>	<b>12,21</b>	<b>53,17</b>	<b>369,87</b>	<b>2,28</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток	180			2,67	2,98	12,55	88,91	1,44	№420 СБ дошк 2016

(Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>2,67</b>	<b>2,98</b>	<b>12,55</b>	<b>88,91</b>	<b>1,44</b>	
	<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с яблоками	капуста свежая масса прогретой капусты яблоки Сахар Масло растительное соль иодированная	60	66,57	53,25 48,00	0,08	3,06	6,71	54,06	10,13	№46 СБ шк 2017
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	Картофель Крупа перловая Морковь Лук репчатый Масло растительное огурцы соленые соль иодированная Бульон Сметана	180/7	79,80 8,00 10,00 4,76 3,00	60,00 8,00 8,00 4,00 3,00	2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сбдошк 2016
Суфле рыбное	горбуша ПБГ с/м масса отварной рыбы соус молочный: молоко масло сливочное мука пшеничная в/с вода Соль иодированная масса густого молочного соуса яйцо куриное масло растительное масса полуфабриката масса готового суфле	80	101,5	72,5 58	12,81	6,41	3,29	122,00	0,26	№ 284 сб дошк 2016
Пюре из овощей	картофель Морковь капуста свежая Соль иодированная молоко масло сливочное	140	113,6 48,13 59,5	85,4 38,5 47,6	3,34	4,11	15,46	112,14	25,12	№ 348 сб дошк 2016
Компот из изюма и яблок	яблоки свежие изюм масса отварных сухофруктов Вода сахар	180	14,80 9,20 183,00 6,00	14,50 9,00 183,00 6,00	0,35	0,12	14,2	60,12	1,44	ТТК  табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
<b>Итого:</b>		<b>692</b>			<b>22,54</b>	<b>22,25</b>	<b>83,10</b>	<b>636,05</b>	<b>43,06</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Пудинг творожный с молоком сгущенным	Творог Манная крупа Яйцо Сахарный песок Соль иодированная Масло сливочное Сухари панировочные Сметана молоко сгущенное	130/20	112,06 10,40 7,80 10,40 0,50 5,20 5,20 5,20 20,40	110,50 10,40 6,50 10,40 0,50 5,20 5,20 5,20 20,00	21,16	18,37	42,17	418,60	0,49	№249 СБ дошк 2016
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой Сахар лимон Вода	180/6/7	0,45 6,00 8,00 180,00	0,45 6,00 7,00 180,00	0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
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
<b>Итого:</b>		<b>443</b>			<b>21,68</b>	<b>18,79</b>	<b>58,20</b>	<b>491,72</b>	<b>13,32</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1724</b>			<b>58,08</b>	<b>56,23</b>	<b>207,02</b>	<b>1586,55</b>	<b>60,10</b>	

**День 10 - 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			
							Ккал		
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	22,50 158,00 2,50 0,50 5,00	5,43	5,47	31,83	221,33	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010

Бутерброд с маслом сливочным	Сахар		6,00	6,00							
	Молоко		90,00	90,00							
	Вода		108,00	108,00							
	Батон нарезной	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010	
	Масло сливочное		5,00	5,00							
<b>Итого:</b>		<b>406</b>			<b>10,57</b>	<b>12,38</b>	<b>53,32</b>	<b>375,68</b>	<b>2,03</b>		
Молоко кипяченое (молоко)	2 - ой ЗАВТРАК										
	молоко	180	189,00	180,00	2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016	
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>2,70</b>	<b>3,10</b>	<b>13,50</b>	<b>93,87</b>	<b>2,34</b>		
Салат из свеклы с огурцами солеными	ОБЕД										
	свекла	60	46,10	36,00	0,87	3,66	0,41	52,44	5,10	№37 сб дошк 2016	
	огурцы соленые		21,84	12,00							
	Лук репчатый		3,60	3,00							
	зеленый горошек к/с		10,02	6,00							
	масло растительное		3,60	3,60							
Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	Мука пшеничная	180	15,00	15,00							
	Яйцо		4,80	4,00							
	вода		2,80	2,80							
	соль иодированная		0,60	0,60							
	Масса 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		1,00	1,00							
	1,85	3,99	8,37					83,34	0,36	№94 сб дошк2016	
	Гуляш из отварной говядины	говядина лопатка б/к	40/40	64,00	64,00	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№293 сб рецептур 2016
		Соль йодированная		0,40	0,40						
масса отварной говядины				40,00							
Морковь			17,50	14,00							
лук репчатый			8,50	7,10							
Вода питьевая			30,00	30,00							
томатная паста			1,20	1,20							
мука пшеничная в/с			2,00	2,00							
масло растительное			2,70	2,70							
4,90		0,58	27,66					135,46		№219 СБ дошк 2016	
Макаронные изделия отварные		макаронные изделия	130	45,50	45,50	4,90	0,58	27,66	135,46		
		вода		275,00	275,00						
		соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		2,00	2,00							
Кисель	Кисель-концентрат	180	21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК	
	Сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012		
<b>Итого:</b>		<b>675</b>			<b>22,77</b>	<b>22,29</b>	<b>72,77</b>	<b>612,47</b>	<b>7,19</b>		
Омлет натуральный	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
	яйцо	150	120	100	11,12	13,08	25,64	237,07	0,28	№229,сб дошк2016	
	молоко		55	55							
	масса омлетной смеси			155							
	масло сливочное		2,5	2,5							
	соль иодированная		0,4	0,4							
Напиток из шиповника	масса готового омлета			150							
	Шиповник	180/6	18,4	18	0,22	0,10	16,81	84,84	43,92	№399 сб дошк 2016	
	сахар		6	6							
	Вода питьевая		180	180							
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,86	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Ддели +,2012	
	Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012	
Сок в инд упаковке	125	125	125	0,60	0,00	12,60	53,34	2,50	№418 Дели2016		
<b>Итого:</b>		<b>511</b>			<b>15,72</b>	<b>15,28</b>	<b>84,70</b>	<b>529,22</b>	<b>46,70</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1772</b>			<b>51,77</b>	<b>53,06</b>	<b>224,30</b>	<b>1611,24</b>	<b>58,26</b>		
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>17912,00</b>			<b>533,73</b>	<b>559,29</b>	<b>2168,62</b>	<b>16091,14</b>	<b>600,85</b>		
<b>ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника</b>		<b>1791,20</b>			<b>53,37</b>	<b>55,93</b>	<b>216,86</b>	<b>1609,11</b>	<b>60,09</b>		

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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.
  - 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
  - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
  - 1.4 Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003
  - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
  - 1.6 Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., МогильныйМ.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%





































