



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамина	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4			5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		4	4						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>360</b>			<b>10,09</b>	<b>12,37</b>	<b>58,78</b>	<b>387,08</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, сметана, напиток ацидофильный)		155	150						
кисломолочный напиток		155	150						
сахар		2	2						
<b>Итого:</b>	<b>152</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>8,00</b>	<b>83,00</b>	<b>1,05</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с изюмом	40			0,50	0,05	8,91	38,12	1,61	№66 сб школьн. 2017
морковь		45,00	36,00						
изюм		4,80	4,70						
сахар		0,20	0,20						
Суп гороховый с картофелем, на курином бульоне, с гренками	150/10			4,54	3,32	17,53	125,77	3,50	СБ дошк.2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горох колотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль иодированная		0,5	0,5						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
гренки пшеничные:			10						
хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Плов из отварной птицы	150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321 сб дошк.2016
цыплята-бройлеры с/м		58,50	55,2						
масса отварной птицы			24,0						
масло сливочное		5,0	5,0						
Лук репчатый		8,9	7,5						
Морковь		12,5	10,0						
Крупа рисовая		32,0	32,0						
вода		65,0	65,0						
соль иодированная		0,5	0,5						
масса гарнира			126,0						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,3	15,0						
масса отварных сухофруктов			24,0						
Вода		152	152,0						
сахар		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>535</b>			<b>20,41</b>	<b>11,66</b>	<b>80,91</b>	<b>518,95</b>	<b>9,63</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Котлеты рыбные	50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
рыба (минтай с/м ВГ)		45,22	33,0						
соль иодированная		0,5	0,5						

	хлеб пшеничный		9,0	9,0							
	молоко		13,00	13,0							
	сухари панировочные		5,0	5,0							
	масса полуфабриката			58,0							
	масло растительное		2,0	2,0							
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016	
	Картофель		136,80	102,60							
	Молоко		18,96	18,00							
	Масло сливочное		4,20	4,20							
	соль иодированная		0,45	0,45							
Чай с сахаром		150/5			0,050	0,020	5,020	20,080	0,030	№411 Дели2016	
	чай весовой		0,4	0,4							
	Сахар		5	5							
	Вода		150	150							
Кондитерские изделия	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели +, 2012	
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>465</b>			<b>11,58</b>	<b>13,93</b>	<b>59,09</b>	<b>405,01</b>	<b>24,89</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1512</b>			<b>46,43</b>	<b>41,70</b>	<b>206,79</b>	<b>1394,04</b>	<b>37,41</b>		

День 2- ой

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 полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	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	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3 сб дошк2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>364</b>			<b>9,96</b>	<b>15,01</b>	<b>46,75</b>	<b>368,45</b>	<b>2,14</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№420 СБ дошк 2016
		155	150						
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,50</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	1,86	№21 сб дошк 2016
		46,25	37,00						
			33,4						
		5,00	4,00						
		0,70	0,70						
		2,00	2,00						
		0,20	0,20						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/7			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63, сб дошк 2016
		15,0	12,0						
		15,96	12,0						
		7,5	6,0						
		7,14	6,0						
		30,72	24,0						
		0,8	0,8						
		3,0	3,0						
		0,5	0,5						
		120	120,0						
		7,0	7,0						
		0,8	0,8						
Биточки "Домашние"	50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
		60,68	39,4						
		41,37	39,4						
		11,85	9,4						
		14,4	12						
		1	1						
			6						
		0,4	0,4						
		0,6	0,5						
		3,75	3,75						

	масса полуфабриката масло растительное		2	59									
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/2		2	3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк 2016			
	крупа гречневая		47,6	47,6									
	вода питьевая		71,0	71,0									
	соль иодированная		0,3	0,3									
	масса каши			100,0									
	морковь		16,5	13,2									
	лук репчатый		2,0	1,7									
	масса каши с овощами			110,0									
	масло сливочное		2,0	2,0									
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016			
	сухофрукты		12,75	12,50									
	Сахар		5,00	5,00									
	вода		152,00	152,00									
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012			
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012			
<b>Итого:</b>		<b>564</b>			<b>16,77</b>	<b>14,08</b>	<b>81,14</b>	<b>511,91</b>	<b>9,29</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016			
Запеканка творожная с повидлом		110/20			19,33	16,98	21,93	317,80	0,49	№ 251 сб дошк 2016			
	Творог		103,2	101,2									
	крупа манная		6,6	6,6									
	Яйцо		5,28	4,4									
	Сахар		8,8	8,8									
	Сметана		4,4	4,4									
	Масло сливочное		4,4	4,4									
	Сушари панировочные		4,4	4,4									
	соль иодированная		0,55	0,55									
	повидлом		20,40	20,00									
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,24	№412,410 Дели 2016			
	чай весовой		0,8	0,8									
	Сахар		5	5									
	лимон		5,55	5									
	Вода		150,0	150,0									
Булочка дорожная		35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 сб дошк 2016			
	Мука пшеничная		21,35	21,00									
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70									
	Сахар		4,20	4,20									
	Масло сливочное		4,55	4,55									
	соль иодированная		0,21	0,21									
	дрожжи сухие		0,14	0,14									
	вода		10,70	10,70									
	масса полуфабриката			39,90									
	для крошки:												
	мука пшеничная		0,84	0,84									
	масло сливочное		0,70	0,70									
	масса крошки			1,40									
	масло растительное для смазки изделий		0,70	0,70									
<b>Итого:</b>		<b>450</b>			<b>22,79</b>	<b>21,90</b>	<b>57,98</b>	<b>519,28</b>	<b>5,23</b>				
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1528</b>			<b>53,87</b>	<b>54,74</b>	<b>192,17</b>	<b>1476,14</b>	<b>17,11</b>				

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,60	0,60	ТТК №7Д
		10	10						
		7,5	7,5						
		75	75						
		48	48						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						

Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>349</b>			<b>8,88</b>	<b>11,43</b>	<b>46,30</b>	<b>324,51</b>	<b>1,85</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
(молоко)		158	150						
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>4,58</b>	<b>4,08</b>	<b>7,58</b>	<b>85,00</b>	<b>1,95</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 сб 2016
зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	150			2,13	2,75	11,28	86,55	3,45	№91,128 сб дошк 2016
картофель		66,6	50						
Морковь		7,5	6,00						
Лук репчатый		7,2	6,00						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль водированная		0,5	0,5						
бульон		112,5	112,5						
клецки:			25						
мука пшеничная		7,6	7,6						
Масло сливочное		0,8	0,8						
яйцо		2,64	2,2						
вода		12,00	12						
соль водированная		0,17	0,17						
масса теста			22,50						
масса готовых клецек			25,00						
Рагу из овощей с филе грудок индейки	40/110			7,81	26,23	8,95	304,63	0,00	№148, сб дошк 2016
филе грудок индейки		52,50	50,00						
соль водированная		0,40	0,40						
масса отварных филе грудок индейки			40,00						
картофель		46,55	35,00						
морковь		22,00	17,60						
масса запеченной моркови			16,00						
Лук репчатый		18,48	15,40						
масса припущенного лука			12,32						
капуста свежая		32,13	25,70						
масса припущенной капусты			22,70						
соль водированная		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						№366, сб дошк 2016
соус томатный:			33,00						
вода		33,00	33,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Мука пшеничная		1,50	1,50						
Морковь		2,66	2,00						
Лук репчатый		1,20	1,00						
томатная паста		2,00	2,00						
Масло сливочное		0,50	0,50						
сахар		0,33	0,33						
соль водированная		0,33	0,33						
масса рагу с мясом индейки			150,00						
Кисель	150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
Кисель-концентрат		17,5	17,5						
Сахар		5	5						
вода		150	150						
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной.	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>535</b>			<b>15,11</b>	<b>31,19</b>	<b>59,30</b>	<b>595,19</b>	<b>4,28</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Биточки рубленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	№275,366 СБ дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		41,10	30,0						
хлеб пшеничный		31,50	30,0						
вода питьевая		4,00	4,00						
Лук репчатый		6,50	6,50						
масло растительное		9,00	7,50						
масса припущенного лука		0,60	0,60						
яйцо куриное			3,75						
соль водированная		0,72	0,60						
		0,35	0,35						

	сухари панировочные		4,00	4,00						
	Масса полуфабриката			47,2						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса готовых котлет			40,0						
соус томатный с овощами				20,0						
	лук репчатый		2,4	2,00						
	морковь		5,0	4,00						
	масло растительное		0,6	0,60						
	бульон или вода		20,0	20,0						
	Масло сливочное		0,9	0,9						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	морковь		1,5	1,2						
	лук репчатый		0,72	0,6						
	томатная паста		1,2	1,2						
	Масло сливочное		0,3	0,3						
	сахар		0,2	0,2						
	соль йодированная		0,2	0,2						
	масса готового томатного соуса			18,0						
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным		110/2			4,72	3,54	24,33	148,50	0,53	ТТК №9Д
	Крупа пшеничная		22,00	22,00						
	Вода питьевая		88,00	88,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с яблоками, с сахаром		150/10/5			0,08	0,05	5,99	24,65		№410 сб дошк 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
	яблоки свежие		11,4	10						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,46	2,50	8,80	63,60		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>477</b>			<b>13,64</b>	<b>11,35</b>	<b>67,61</b>	<b>430,73</b>	<b>11,27</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1511</b>			<b>42,20</b>	<b>58,04</b>	<b>180,79</b>	<b>1435,43</b>	<b>19,35</b>	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
		18	18						
		123	123						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2010
		25	25						
		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>359</b>			<b>10,56</b>	<b>13,05</b>	<b>49,56</b>	<b>358,74</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	1,08	№420 СБ дошк 2016
		152,00	150,00						
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>1,08</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с сахаром	40			0,49	0,04	4,59	32,68	1,92	№42, сб дошк 2016
		47,5	38						
		2	2						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5			3,38	4,98	7,87	96,41	7,95	№95,105 сб дошк 2016
		59,85	45,00						
		15,00	12,00						
		7,50	6,00						
		7,20	6,00						
		3,00	3,00						
		16,38	9,00						
		0,50	0,50						
		105,00	105,00						
		5,00	5,00						
		11,97	11,40						
		11,97	11,40						
		1,20	1,00						
		0,96	0,80						
		1,00	1,00						

	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек			13,40						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Тефтели мясные		50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		33,3	31,7						
	или фарш говяжий		33,3	31,7						
	Лук репчатый		12	10						
	масло растительное		1,5	1,5						
	Хлеб пшеничный		6,7	6,7						
	вода питьевая		10,0	10,0						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Мука пшеничная в/с		3,4	3,4						
	масса полуфабриката			60						
	масло растительное		1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные с маслом		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	вода		231,00	231,00						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из изюма и яблок		150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
	яблоки свежие		13,68	12,0						
	изюм		7,65	7,5						
	масса отварных сухофруктов			12,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>553</b>			<b>16,43</b>	<b>13,41</b>	<b>77,14</b>	<b>515,12</b>	<b>11,11</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Соки в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Омлет натуральный с сыром		130			9,67	11,37	22,22	250,46	0,30	№229,сб дошк2016
	яйцо		102	85						
	молоко		51	51						
	сыр		13,26	13						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,02	5,02	20,08	0,02	№411 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Пирожок печеный с повидлом		50			2,92	3,13	28,98	155,83	0,03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		25,00	25,00						
	Мука пшеничная в/с		1,20	1,20						
	Масло сливочное		1,13	1,13						
	Сахарный песок		1,33	1,33						
	Яйцо куриное		1,60	1,33						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	Повидло		16,80	16,70						
	Масло растительное		0,17	0,17						
	Яйцо куриное		1,20	1,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>485</b>			<b>15,17</b>	<b>14,72</b>	<b>81,15</b>	<b>538,12</b>	<b>2,85</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1547</b>			<b>46,51</b>	<b>44,92</b>	<b>214,14</b>	<b>1487,98</b>	<b>16,88</b>	

**День 5 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
		брутто	нетто				Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100, сб дошк 2016
		14,40	14,40						
		1,40	1,40						
		126,00	126,00						
		54,00	54,00						
		1,80	1,80						
		0,80	0,80						
Какао с молоком	150/5			3,06	2,66	5,99	88,95	1,43	№416 Дели 2016
		1,7	1,7						
		5	5						
		90	90						
		67	67						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3,сб дошк 2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>370</b>			<b>10,77</b>	<b>13,04</b>	<b>34,06</b>	<b>323,78</b>	<b>2,15</b>	



	Сметана		5,00	5,00							
	Мука пшеничная		1,30	1,30							
	вода		15,00	15,00							
	Соус сметанный			20,00							
Чай с сахаром и лимоном		150/3/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,24	№412 Дели2016	
	чай весовой		0,8	0,8							
	Сахар		5	5							
	лимон		5,55	5							
	Вода		150,0	150,0							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>430</b>			<b>11,95</b>	<b>8,72</b>	<b>48,12</b>	<b>322,35</b>	<b>17,87</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1495</b>			<b>43,16</b>	<b>48,89</b>	<b>149,84</b>	<b>1244,20</b>	<b>22,65</b>		

2 неделя

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 пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,40	0,00	ТТК №6Д
		17,7	17,7						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№412 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
		25	25						
		5	5						
<b>Итого:</b>	<b>350</b>			<b>8,60</b>	<b>14,08</b>	<b>45,32</b>	<b>342,31</b>	<b>1,25</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	1,86	№21 сб дошк 2016
		46,25	37,00						
			33,4						
		5,00	4,00						
		0,70	0,70						
		2,00	2,00						
		0,20	0,20						
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016
		12	12						
		59,85	45						
		7,5	6						
		7,14	6						
		1,5	1,5						
		0,65	0,65						
		105,0	105,0						
Гуляш из отварной говядины	30/30			8,02	8,45	1,96	98,40	0,55	№293 сб рецептур 2016
		42,00	42,00						
		0,30	0,30						
			30,00						
		13,13	10,50						
		6,36	5,30						
		22,50	22,50						
		0,90	0,90						
		1,50	1,50						
		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные	110			3,12	3,27	23,42	101,42		№219 сб шк 2016
		38,50	38,50						
		231,00	231,00						
		1,50	1,50						
		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016
		12,75	12,50						
		5,00	5,00						
		152,00	152,00						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>545</b>			<b>15,69</b>	<b>15,87</b>	<b>64,10</b>	<b>415,46</b>	<b>7,90</b>	



**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**

Сок в инд упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Вареники ленивые с маслом сливочным	110/5			16,74	11,58	16,84	236,50	0,49	№243,244 сб дошк 2016
творог		87,89	86,1						
Мука пшеничная в/с		12,0	12,0						
яйцо куриное		7,56	6,3						
сахарный песок		6,30	6,3						
соль иодированная		0,25	0,3						
масса полуфабриката			105,0						
масло сливочное		5,0	5,0						
Чай с яблоками, с сахаром	150/10/5			0,06	0,02	6,00	23,94		№393 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		5	5						
вода		150	150						
яблоки свежие		11,4	10						
<b>Итого:</b>	<b>405</b>			<b>17,43</b>	<b>11,60</b>	<b>35,47</b>	<b>313,44</b>	<b>2,99</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1450</b>			<b>46,07</b>	<b>45,29</b>	<b>151,19</b>	<b>1147,21</b>	<b>12,59</b>	

**День 7 - ой**

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 ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			4,70	4,80	23,37	171,47		ТТК №3Д
Крупа ячневая		17,50	17,50						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Сыр порционно	10	10,20	10,00	2,63	2,66		34,33		№15 сб шк 2017
<b>Итого:</b>	<b>369</b>			<b>12,10</b>	<b>14,23</b>	<b>46,64</b>	<b>378,88</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (Кефир, ржженка, матык, напиток ацидофильный)	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
сахар		2	2						
<b>Итого:</b>	<b>152</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>8,00</b>	<b>83,00</b>	<b>1,05</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Огурцы соленые порционно	30			0,24	0,03	0,51	3,00		№21 сб шк. 2017
огурцы соленые		54,6	30,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,21	3,70	6,74	70,34	6,42	№63, сб дошк 2016
Капуста свежая		15,0	12,0						
Картофель		15,96	12,0						
Морковь		7,5	6,0						
Лук репчатый		7,14	6,0						
Свекла		30,72	24,0						
Сахар		0,8	0,8						
Масло растительное		3,0	3,0						
соль иодированная		0,5	0,5						
Бульон		120	120,0						
Томатная паста		0,8	0,8						
Сметана		5,0	5,0						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	40/20			6,19	5,36	14,58	136,77	1,91	ТТК 698 от 09.04.2021
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		39,10	25,40						
вода		25,40	25,40						
рис		4,00	4,00						
масса отварного рассыпчатого риса		3,40	3,40						
Лук репчатый			10,00						
Масло растительное		8,64	7,20						
масса припущенного лука		1,20	1,20						
соль иодированная		6,00	6,00						
мука пшеничная		0,20	0,20						
масса полуфабриката		2,80	2,80						
			48,00						

	соус сметанно- томатный:			20,00							
	сметана		5,00	5,00							
	мука пшеничная		1,50	1,50							
	вода		15,00	15,00							
	томатная паста		0,80	0,80							
	соль иодированная		0,16	0,16							
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016	
	Картофель		136,80	102,60							
	Молоко		18,96	18,00							
	Масло сливочное		4,20	4,20							
	соль иодированная		0,45	0,45							
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№390 сб дошк 2016	
	яблоки свежие		28,50	25,00							
	сахар		5,00	5,00							
	вода		152,00	152,00							
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>550</b>			<b>12,52</b>	<b>13,47</b>	<b>72,93</b>	<b>475,09</b>	<b>23,54</b>		
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ	
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )		150/20			5,39	4,04	10,27	107,62	7,34	дошк 2016 №104,105 сб шк 2017	
Суп картофельный с мясными фрикадельками											
	картофель		79,8	60							
	морковь		7,5	6							
	лук репчатый		7,2	6							
	томатная паста		0,6	0,6							
	масло растительное		1,5	1,5							
	Бульон		105	105							
	соль иодированная		0,5	0,5							
	фрикадельки мясные:			20							
	говядина (котлетное мясо б/к)		24	22,8							
	фарш говяжий		24	22,8							
	яйцо куриное		1,92	1,60							
	лук репчатый		2,40	2,00							
	соль иодированная		0,16	0,16							
	вода питьевая		2,00	2,00							
	масса полуфабриката фрикаделек			26,8							
	масса готовых фрикаделек			20							
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,020	5,020	20,080	0,030	№411 Дели 2016	
	чай весовой		0,4	0,4							
	Сахар		5	5							
	Вода		150	150							
Сметанник		75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник нац. б/кол и кулинарных изделий стр 165 Казань 1997	
	мука пшеничная		22,5	22,5							
	мука пшеничная на подпыл		2,25	2,25							
	яйцо куриное		3,6	3							
	масло сливочное		2	2							
	молоко		7,5	7,5							
	сахарный песок		0,75	0,75							
	дрожжи		0,23	0,23							
	соль иодированная		0,3	0,3							
	сметана		37,5	37,5							
	сахарный песок		6	6							
	яйцо куриное		14,4	12							
	яйцо куриное		1,8	1,5							
	масло растительное		0,25	0,25							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>525</b>			<b>11,74</b>	<b>13,00</b>	<b>57,24</b>	<b>404,73</b>	<b>17,52</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1596</b>			<b>40,71</b>	<b>44,45</b>	<b>184,81</b>	<b>1341,70</b>	<b>43,28</b>		

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
		18,00	18,00						
		123,00	123,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						

Молоко		110,00	110,00							
Вода		80,00	80,00							
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дети 2016	
Батон нарезной		25	25							
Масло сливочное		5	5							
<b>Итого:</b>	<b>359</b>			<b>9,82</b>	<b>12,14</b>	<b>46,40</b>	<b>338,54</b>	<b>2,25</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016	
(молоко)	молоко		158	150						
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>4,58</b>	<b>4,08</b>	<b>7,58</b>	<b>85,00</b>	<b>1,95</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Икра морковная	30			0,60	0,03	6,17	27,36		№ 35 сб дошк 2016	
		31,30	25,00							
		морковь	6,00	5,00						
		лук репчатый	4,00	4,00						
		томатная паста	1,50	1,50						
		масло растительное	0,30	0,30						
		сахарный песок	0,30	0,30						
		соль йодированная	0,30	0,30						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150			2,13	2,75	11,28	86,55	3,45	№91,128 сб дошк 2016	
		картофель	66,6	50						
		Морковь	7,5	6,00						
		Лук репчатый	7,2	6,00						
		Масло растительное	1,5	1,5						
		соль йодированная	0,5	0,5						
		бульон	112,5	112,5						
		клецки:		25						
		мука пшеничная	7,6	7,6						
		Масло сливочное	0,8	0,8						
		яйцо	2,64	2,2						
		вода	12,00	12						
		соль йодированная	0,17	0,17						
		масса теста		22,50						
		масса готовых клецек		25,00						
Птица, тушеная в соусе с овощами	150			13,34	10,37	12,90	198,00	24,36	№319,372 Сб дошк 2016	
		цыплята - бройлеры с/м	73	69,0						
		масса отварной мякоти птицы		30,0					2016	
		соус сметанный :								
		Вода или отвар	15,0	15,0						
		сметана	5,0	5,0						
		мука пшеничная	1,5	1,5						
		соль йодированная	0,16	0,16						
		масса соуса		20,0						
		Картофель	87,2	65,6						
		морковь	32,0	25,6						
		Лук репчатый	17,6	14,4						
		масло растительные	1,2	1,20						
		соль йодированная	0,6	0,6						
		масса овощей с соусом		120,0						
Компот из урожая	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016	
		урюк	15,30	15,00						
		масса отварных сухофруктов		24,00						
		Вода	152,00	152,00						
		сахар	5,0	5,0						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дети + 2012	
<b>Итого:</b>	<b>515</b>			<b>18,73</b>	<b>13,58</b>	<b>58,03</b>	<b>437,97</b>	<b>27,81</b>		
<b>УЩЛОНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Сок в инд упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дети 2016	
Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	110/20			8,88	9,20	18,73	179,14	0,50	№314 сб дошк 2016	
		капуста свежая	83,4	66						
		говядина б/к (котлетное мясо)	43,85	42						
		или фарш говяжий	42	42						
		крупа рисовая	5,5	5,5						
		масса отварного риса		15,6						
		лук репчатый	10,71	9						
		масло растительное	2,75	2,75						
		масса припущенного лука		9						
		яйцо	5,40	4,50						
		соль йодированная	0,55	0,55						
		масса полуфабриката		127,00						
		Масло растительное	0,90	0,90						
		соус сметанно-томатный		20,00						
		Мука пшеничная	1,50	1,50						
		вода	15,00	15,00						
		сметана	5,00	5,00						
		томатная паста	0,80	0,80						

	соль иодированная		0,20	0,20							
	томатного			20,00							
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,24	№410,412 Дели 2016	
	чай весовой		0,8	0,8							
	Сахар		5	5							
	лимон		5,55	5							
	Вода		150,0	150,0							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		440			11,51	9,42	48,83	312,67	5,24		
<b>ВСЕГО:</b>		1464			44,64	39,23	160,84	1174,18	37,25		

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
		брутто	нетто				Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3, сб дошк 2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
<b>Итого:</b>	354			11,29	12,68	53,89	378,04	1,96	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		152,00	150,00						
<b>Итого:</b>	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	1,86	№21 сб дошк 2016
		46,25	37,00						
			33,4						
		5,00	4,00						
		0,70	0,70						
		2,00	2,00						
		0,20	0,20						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	150/10/6			2,51	6,73	21,51	166,84	5,13	№82 сб дошк 2016
		66,50	50,00						
		6,00	6,00						
		7,50	6,00						
		3,57	3,00						
		2,00	2,00						
		18,20	10,00						
		0,50	0,50						
		114,00	114,00						
		17,56	11,40						
		11,97	11,40						
		1,20	1,00						
		0,96	0,80						
		1,00	1,00						
		0,10	0,10						
			14,30						
			10,00						
		6,00	6,00						
Суфле рыбное	60			9,70	4,63	2,44	90,00	0,19	№284,371 сб дошк 2016
		76,86	53,75						
			43						
		15	15						
		2,6	2,6						
		2,6	2,6						

	вода		3	3																	
	соль иодированная		0,16	0,16																	
	масса густого молочного соуса			20																	
	яйцо куриное		9,6	8																	
	масло растительное		2	2																	
	масса полуфабриката			69																	
	масса готового суфле			60																	
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным		120/3					7,43	3,56	22,43		150,6									№ 200 сб дошк 2017	
	горох		35,7	35																	
	картофель		51,1	38,4																	
	молоко		19,2	18																	
	соль иодированная		0,3	0,3																	
	масло сливочное		3	3																	
Кисель		150					0,45	0,08	13,5		63		0,83							ТТК	
	Кисель-концентрат		17,50	17,50																	
	Сахар		5,00	5,00																	
	вода		150,00	150,00																	
Хлеб ржаной		35	35	35			2,31	0,42	13,85		69,23									табл 6 стр 144, Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>574</b>					<b>22,96</b>	<b>17,45</b>	<b>77,34</b>		<b>574,33</b>		<b>8,01</b>								
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>																					
Фрукты свежие		100	100	100			0,40	0,40	9,80		47,00		10,00							№386 СБ дошк.2016	
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)																					
Пудинг творожный с молоком сгущенным		110/20					18,13	15,55	37,43		362,20		0,44							№249 СБ дошк 2016	
	Творог		94,82	93,50																	
	Манная крупа		8,80	8,80																	
	Яйцо		6,60	5,50																	
	Сахарный песок		8,80	8,80																	
	соль иодированная		0,40	0,40																	
	Масло сливочное		4,40	4,40																	
	Сулари панировочные		4,40	4,40																	
	Сметана		4,40	4,40																	
	молоко сгущенное		20,40	20,00																	
Слойка сладкая		35					2,95	3,36	14,64		123,78									Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Калень 1997	
	Мука пшеничная		21,70	21,70																	
	Мука пшеничная		0,70	0,70																	
	дрожжи сухие		0,28	0,28																	
	соль иодированная		0,28	0,28																	
	Сахар		0,70	0,70																	
	Масло сливочное		1,75	1,75																	
	Яйцо		2,10	1,75																	
	молоко		8,75	8,75																	
	масса теста			35,00																	
	Сахар		3,50	3,50																	
	Масло сливочное		1,75	1,75																	
	масса пф		0,60	0,50																	
	яйцо		0,10	0,10																	
	Масло растительное																				
Чай с яблоками, с сахаром		150/10/5					0,06	0,02	6,00		23,94									№393 сб дошк 2016	
	чай весовой		0,45	0,45																	
	сахар		5	5																	
	вода		150	150																	
	Яблоки свежие		11,4	10																	
<b>Итого:</b>		<b>430</b>					<b>21,55</b>	<b>19,33</b>	<b>67,87</b>		<b>556,92</b>		<b>10,44</b>								
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1508</b>					<b>60,15</b>	<b>53,21</b>	<b>205,40</b>		<b>1585,29</b>		<b>20,86</b>								

**День 10 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
		18	18						
		123	123						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
		25	25						
		5	5						

Итого:		359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
Молоко кипяченое (молоко)	2 - ой ЗАВТРАК молоко	150	158	150	4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
Итого:		150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	
Салат из зеленого горошка к/с	ОБЕД	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 сб 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Щи со свежей капустой с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,11	3,70	3,94	57,00	9,59	№73, сб дошк 2016
	Капуста свежая		37,5	30						
	Картофель		23,94	18						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		3	3						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон		120	120						
	Сметана		5	5						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		150			14,09	15,73	14,42	256,52	5,88	Акт проработки от 25.12.2022
	Говядина (лопатка б/к)		48	48						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса отварной говядины			30						
	Картофель		133	100						
	томатная паста		4	4						
	Лук репчатый		18	15						
	Огурцы соленые		36,4	20						
	Бульон мясной		30	30						
	Масло растительное		8	8						
	Масса овощей			120						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№390 сб дошк 2016
	яблоки свежие		28,50	25,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		520			18,52	21,52	55,00	493,78	16,15	
Сок в инд упаковке	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйцо		96	80						
	молоко		55	55						
	масса омлетной смеси			135						
	масло сливочное		2	2						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,020	5,020	20,080	0,030	№411 Дели 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
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		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		490			17,78	25,45	64,55	558,11	2,81	
ВСЕГО:		1519			51,44	64,10	176,69	1495,63	22,75	
ИТОГО за 10 дней		15130,00			475,17	494,58	1822,66	13781,81	250,12	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1513,00			47,52	49,46	182,27	1378,18	25,01	

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 предприятий 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 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 Деся плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
- говядина 1 категории упитанности ;
  - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
  - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
  - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
  - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) моркови, 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%