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

День 1 - ый		1	Τ	Γ	ı				Г	1
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во (в г )	Кол - во (в г)	Пиш	евые вещ	ества	Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
r-v-	ЗАВТРАК	· F '	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Vонна горимпосорая молониая с	JADITAK									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар Соль йодированная		2,00 0,40	2,00 0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Caxap		6,00	6,00						
	Молоко Вода		90,00 108,00	90,00 108,00						
Бутерброд с сыром, маслом		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
СЛИВОЧНЫМ	Батон нарезной		25,00	25,00	_,_,	-,	,-	,		l a co Acama
	Сыр		5,10	5,00						
Итого:	Масло сливочное	364	5,00	5,00	11,17	14,38	49,56	375,91	1,91	
	2 - ой ЗАВТРАК	- JU-1		1	11,1/	17,00	77,50	313,71	1,71	<u> </u>
Кисломолочный напиток с сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(каты́к, <b>кефир,</b> напиток	кисломолочный напиток		155,00	150,00						2010
ацидофильный, ряженка)			2,00							
10	caxap	20	·	2,00	1.50	1.00	14.00	92.40		табл 6 стр 136,
Кондитерское изделие Итого:	печенье	20 <b>172</b>	20,00	20,00	1,50 <b>5,85</b>	1,96 <b>5,71</b>	14,88 <b>22,88</b>	83,40 <b>166,40</b>	1,05	Попи ± 2012
H1010.	ОБЕД	1/2			3,03	3,/1	22,00	100,40	1,03	
Икра морковная		30			0,60	0,03	6,17	27,36		№ 35 сб дошк 2016
•	морковь		31,30	25,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	томатная паста масло растительное		4,00 1,50	4,00 1,50						
	сахарный песок		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		150			2,58	2,86	11,27	89,36	3,45	№91сб дошк 2016
на курином бульонс	картофель		66,60	50,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый масло растительное		7,20 1,50	6,00 1,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон клецки:		112,50	112,50 15,00						
	мука пшеничная		4,60	4,60						
	масло сливочное яйцо		0,50 1,60	0,50 1,32						
	вода		7,30	7,30						
	соль йодированная масса теста		0,10	0,10 13,50						
П	масса готовых клецек	150		15,00	12.71	7.05	26.80	220.00	4.52	N-221 - 5
Плов из отварной птицы	цыплята-бройлеры с/м	150	58,50	55,20	12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321, сб дошк
	масса отварной птицы		30,30	24,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Пук пепцатый Морковь		8 93 12,50	7 50 10,00						
	Крупа рисовая		32,00	32,00						
	вода соль иодированная		65,00 0,50	65,00 0,50						
Напиток из сухофруктов	масса гарнира	150		126,00	0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
тапток по сулофруктов	сухофрукты	150	12,75	12,50	3,50	3,07	14,00		0,54	СО дошк
	Сахар вода		5,00 152,00	5,00 152,00						
Хлеб пшеничный	БОДИ	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:		545			20,98	11,47	86,86	545,52	8,51	Дели +, 2012
	УПЛОТНЕННЫЙ				.,	,	.,	-,-	-,	
	полдник		I		I					

Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,32	№286 СБ дошк
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,90						
	масса отварной рыбы			30,00						
	Хлеб пшеничный		6,20	6,20						
	яйцо		4,80	4,00						
	молоко		9,00	9,00						
	масло сливочное		1,70	1,70						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	Масло растительное		0,80	0,80						
	масса пудинга			45,00						
	Соус молочный									
	молоко		7,50	7,50						
	масло сливочное		0,80 0,80	0,80						
	Мука пшеничная		· ′	0,80						
	Вода		7,50	7,50						
	Caxap		0,15	0,15						
	соль иодированная		0,09	0,09						
	масса соуса			15,00						№339 СБ дошк
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СЬ ДОШК
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром		150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Caxap		5,00	5,00						
Фрукты свежие	Вода	100	150,00 100,00	150,00 100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, ил	и банан,или мандарин )	100	100,00	100,00	0,70	0,40	2,00	77,00	10,00	дошк. 2016
Итого:		465			14,18	7,43	50,33	327,32	24,88	
ВСЕГО:		1546			52,17	38,99	209,63	1415,15	36,35	

День 2- ой

	порши	(вг)	(вг)	Пищ	евые вещ	ества	ценность	Витамин	Сборник рецептур
	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
Крупа полбяная Молоко вода Сахар соль иодированная Масло сливочное		18,00 70,00 53,00 2,00 0,40 3,00	18,00 70,00 53,00 2,00 0,40 3,00						
Какао-порошок Сахар Молоко Вода	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
Батон нарезной	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
масло сливочнос	359	3,00	3,00	9,35	13.67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК							,		
	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
MODKOPL	40	48.00	38.40	0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк 2016
сахар		2,00	2,00						
	150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
капуста свежая картофель морковь лук репчатый свекла масло растительное сахар томатная паста соль иодированная бульон сметана	20.70	15,00 15,96 9,38 7,14 30,72 3,00 0,15 1,50 0,50 120,00 5,00	12,00 12,00 7,50 6,00 24,00 3,00 0,15 1,50 0,50 120,00 5,00	0.72	10.07	1.70	122.6	256	№293 cб рецептур 2017
	Молоко вода Сахар соль иодированная Масло сливочное Какао-порошок Сахар Молоко Вода  Батон нарезной Масло сливочное  2 - ой ЗАВТРАК  кисломолочный напиток  ОБЕД  морковь сахар капуста свежая картофель морковь лук репчатый свекла масло растительное сахар томатная паста соль иодированная бульон	Крупа полбяная Молоко вода Сахар Сахар Масло сливочное  180/6  Какао-порошок Сахар Молоко Вода  25/5  Батон нарезной Масло сливочное  359  2 - ой ЗАВТРАК  150  ОБЕД  Морковь сахар Морковь сахар  морковь лук репчатый свекла масло растительное сахар томатная паста соль иодированная бульон	Крупа полбяная Молоко вода 53,00 70,00 вода 53,00 2,00 0,40 3,00 180/6  Какао-порошок Сахар 6,00 110,00 80,00 25/5  Батон нарезной 25/5 Батон нарезной 5,00 359 2 - ой ЗАВТРАК 150 Кисломолочный напиток 155,00 150/5  Капуста свежая картофель морковь сахар 15,00 капуста свежая картофель морковь 9,38 лук репчатый свекла масло растительное сахар 0,15 томатная паста соль иодированная бульон сметана 120,00 сметана 120,00 сметана 120,00 сметана	Крупа полбяная Молоко вода 53,00 70,00 70,00 80да 53,00 2,00 2,00 2,00 2,00 3,00 3,00 80да 3,00 3,00 80да 53,00 53,00 2,00 2,00 2,00 6,00 3,00 80да 80,00 8	Крупа полбяная Молоко Вода 53,00 70,00 70,00 53,00 2,00 2,00 0,40 3,00 3,00 3,00 180/6 20,00 2,00 2,00 6,00 110,00 110,00 Вода 25/5 11,00 110,00 Вода 25/5 15,00 5,00 5,00 5,00 150/6 15,00 150/6 12,00 2,00 15,0	Крупа полбяная Молоко Вода 70,00 70,00 80да 53,00 53,00 2,00 2,00 2,00 2,00 3,00 Вода 3,00 3,00 Вода 53,00 Вода 5,00 Вода 6,00 Вод	Крупа полбяная Молоко Молоко Вода Сахар Сахар Сахар Сахар Сахар Молоко Вода Валон Разон Валон В	Круна полбяная Молоко вода Сахар 2,00 2,00 адоповонная молоко вода Сахар 6,00 6,00 вода Сахар 6,00 вода 25,00 2,00 вода Сахар 6,00 вода Сахар 6,00 вода 25,50 вода Сахар 6,00 вода 25,50 вода Сахар 6,00 вода 25,50 вода 25	Крупа полбяная Малоко рода 53,00 18,00 70,00 70,00 года 53,00 53,00 Сахар 2,00 2,00 года 0,40 0,40 0,40 года 180/6 года

ВСЕГО:		1501			55,14	49,66	191,87	1438,96	19,51	
Итого:		415			19,63	14,56	49,48	403,78	5,20	
Сок в инд.упаковке	Сахар лимон Вода	125	5,00 5,55 150,00 125,00	5,00 5,00 150,00 125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
Чай с сахаром и лимоном	повидло	150/5/5	30,00	30,00	0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	повидло		30,60	30,00						
	масса готовых сырников		2,00	100,00						
	масса полуфаориката масло растительное		2,00	2,00						
	масса полуфабриката		7,00	114,00						
	мука пшеничная <i>в</i> /с		4,80	4,00						
	мука пшеничная в/с		12,00	12,00						
омринки из творога с пови	творог	100/30	102,00	100,00	10,50	17,57	31,00	327,00	0,70	2016
Сырники из творога с пови,	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	100/30			18,90	14,54	31,68	329,00	0,46	№4245 СБ дошк
Итого:		577			21,82	17,68	89,33	607,90	11,76	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	яблоки свежие сахар вода		28,50 5,00 152,00	25,00 5,00 152,00						
Компот из свежих яблок	соль йодированная масло сливочное	150	0,30 2,00	0,30 2,00	0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017
маслом сливочным	гречневая крупа вода питьевая	110/2	52,40 78,10	52,40 78,10	6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
Каша гречневая рассыпчата	соль йодированная ая с		0,15	0,15						N 170 5 2016
	мука пшеничная в/с масло растительное		1,50 2,00	1,50 2,00						
	томатная паста		0,90	0,90						
	лук репчатый вода питьевая		6,36 22,50	5,30 22,50						
	морковь		13,13	10,50						
	масса отварной говядины		0,30	30,00						
	говядина лопатка б/к соль йодированная		48,00 0,30	48,00 0,30						

Наименование блюд и	11	Macca	Кол - во	Кол - во	Пиш	евые вещ	ества	Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
продуктов	Ингридиенты	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10,00	10,00						
	Крупа пшенная		7,50	7,50						
	Молоко		75,00	75,00						
	Вода		48,00	48,00						
	Caxap		2,00 0,40	2,00 0,40						
	соль иодированная Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком,сахаром	Macsio estado inoc	180/6	3,00	3,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	Caxap		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,78	13,01	46,78	346,99	2,05	
	2 - ой ЗАВТРАК									N: 420 C5
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели
Итого:		170			5,10	9,85	18,80	184,50	0,45	
	ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к		41,60	33,30						
	масса прогретой капусты			30,00						
	морковь		8,75	7,00						
	соль иодированная		0,40	0,40				1		

	сахарный песок масло растительное		2,00 2,00	2,00 2,00						
Суп картофельный на курином бульоне, с рыбными		150/20			4,76	2,40	10,41	90,40	7,53	№106,107 сб шк 2017
фпикалепьками	картофель		80,00	60,00						
	морковь лук репчатый		7,50 7,14	6,00 6,00						
	томатная паста масло растительное		0,60 1,50	0,60 1,50						
	Бульон		105,00	105,00						
	соль иодированная фрикадельки рыбные:		0,50	0,50 20,00						
	минтай ПБГ с/м		25,80	18,80						
	или фарш рыбный		19,00	18,80						
	яйцо куриное лук репчатый		2,88 3,60	2,40 3,00						
	соль иодированная		0,24	0,24						
	вода питьевая масса полуфабриката		3,00	3,00						
	фрикаделек			25,00						
Биточки "Домашние"	масса готовых фрикаделек	50		20,00	7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	A set unonofotsu ot
Биточки домашние	цыплята - бройлеры с/м	50	60,68	39,40	7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от
	или фарш куриный		41,37 11,85	39,40 9,40						
	морковь Лук репчатый		14,40	12,00						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса припущенного лука соль иодированная		0,40	6,00 0,40						
l	яйцо Мука пшеничная		0,60 3,75	0,50 3,75						
	масса полуфабриката			59,00						
l	масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	Вода питьевая		231,00	231,00						
	Соль йодированная Масло сливочное		0,45 2,00	0,45 2,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	TTK
	Кисель-концентрат Сахар		17,50 5,00	17,50 5,00						
v 6	вода	20	150,00	150,00	1.50	0.16	0.04	47.00	0.00	5 6 124
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной		20 35	20,00 35,00	20,00 35,00	1,52 2,31	0,16 0,42	9,84 13,85	47,00 69,23	0,00	табл 6 стр 134, табл 6 стр 144,
Итого:		577	35,00	25,00	21,07	15,65	81,30	551,56	21,39	Лели + 2012
1110101	УПЛОТНЕННЫЙ	377			21,07	10,00	01,50	221,20	21,09	
	полдник									
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
Омлет натуральный	одик	130	96,00	80,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	7
Омлет натуральный	молоко	130	96,00 55,00	55,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	7
Омлет натуральный	молоко масса омлетной смеси масло сливочное	130	55,00 2,00	55,00 135,00 2,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	,
Омлет натуральный	молоко масса омлетной смеси	130	55,00	55,00 135,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	7
Омлет натуральный  Хлеб пшеничный	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная	130	55,00 2,00	55,00 135,00 2,00 0,30	12,08	21,52	2,29	251,03 58,75	0,25	2016 табл 6 стр 134,
	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная		55,00 2,00 0,30	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная	25	55,00 2,00 0,30	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00	,	,				2016 табл 6 стр 134,
Хлеб пшеничный	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета шиповник сахар	25	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета шиповник	25 150/5	55,00 2,00 0,30 25,00	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета шиповник сахар вода	25	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета шиповник сахар вода Мука пшеничная в/с	25 150/5	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное	25 150/5	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок	25 150/5	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная	25 150/5	55,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие	25 150/5	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие вода питьевая Повидло	25 150/5	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20 10,00 16,80	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20 10,00 16,70	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие вода питьевая Повидло Масло растительное	25 150/5	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20 10,00 16,80 0,17	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20 10,00 16,70 0,17	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие вода питьевая Повидло	25 150/5	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20 10,00 16,80	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20 10,00 16,70	1,90 0,51	0,20 0,21	12,30 5,57	58,75 26,15	0,00 36,60	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк №437 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника Пирожок печеный с повидлом	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие вода питьевая Повидло Масло растительное Яйцо куриное	25 150/5 50	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20 10,00 16,80 0,17 1,20	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20 10,00 16,70 0,17 1,00	1,90 0,51 2,92	0,20 0,21 3,13	12,30 5,57 28,98	58,75 26,15 155,83	0,00 36,60 0,03	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк №437 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный Напиток из шиповника Пирожок печеный с повидлом Фрукты свежие	молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета  шиповник сахар вода  Мука пшеничная в/с Мука пшеничная в/с Масло сливочное Сахарный песок Яйцо куриное соль иодированная Дрожжи сухие вода питьевая Повидло Масло растительное Яйцо куриное	25 150/5 50	25,00 2,00 0,30 25,00 15,30 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,60 0,40 0,20 10,00 16,80 0,17 1,20	55,00 135,00 2,00 0,30 130,00 25,00 15,00 5,00 150,00 25,00 1,20 1,13 1,33 1,33 0,40 0,20 10,00 16,70 0,17 1,00	1,90 0,51 2,92	0,20 0,21 3,13	12,30 5,57 28,98	58,75 26,15 155,83	0,00 36,60 0,03	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк №437 сб дошк 2016

 День 4 - ый
 Наименование блюд и
 ...
 Масса
 Кол - во
 Кол - во
 Пищевые вещества
 Энергетическая
 Витамин
 Сборник рецептур

продуктов	Ингридиенты	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	I
	ЗАВТРАК		орутто	петто	ОСЛКИ	жиры	угл ды	TCRUST		<del> </del>
Каша ячневая молочная с маслом		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
сливочным	Крупа ячневая		17,50	17,50						
	Молоко		70,00	70,00						
	Вода		53,00	53,00						
	Сахар соль иодированная		2,00 0,40	2,00 0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Caxap		6,00	6,00						
	Молоко Вода		90,00 108,00	90,00 108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5	100,00	100,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Бутерород с маслом сливочным		23/3		•••	1,72	4,50	12,72	70,30		мат дели 2010
	Батон нарезной Масло сливочное		25,00 5,00	25,00 5,00						
Итого:	масло сливочное	359	3,00	3,00	9,47	11,57	46,52	344,55	1,17	
Кисломолочный напиток	2 - ой ЗАВТРАК	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк
(катык, кефир, <b>напиток</b>		130			4,33	3,73	0,30	70,00	0,43	№420 СБ ДОШК
ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		152,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
Салат из свеклы с яблоками	ОБЕД	40			0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
Салат из свеклы с жолоками	свекла	40	41,00	32,00	0,44	3,10	2,07	30,08	2,38	л⊻эо дошк. 2016
	яблоки свежие		8,00	7,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки		150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016
крупои на оульоне из индеики										
	крупа пшенная		9,00	9,00						
	картофель морковь		60,00 7,50	45,00 6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное соль иодированная		1,50 0,5	1,50 0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
Индейки тушеная с овощами по- татарски		30/30			10,03	8,30	17,97	101,63	16,41	TTK №753 от 20.08.2022
	филе индейки		42,00	42,00						
	соль иодированная масса отварного филе		0,30	0,30 30,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	Масло сливочное бульон		2,50 10,00	2,50 10,00						
	бульоп		10,00	10,00						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко Масло сливочное		18,96 4,20	18,00 4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Компот из урюка	_	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк
• •	урюк		15,30	15,00						2016
	масса отварных сухофруктов		15,50	24,00						
	Вода		152,00	152,00						
	caxap		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		дели +, 2012 табл 6 стр 144,
Итого:		575	33,00	33,00	18,28	17,46	81,17	466,62	38,47	Дели +. 2012
zz.UIU.	УПЛОТНЕННЫЙ	515			10,40	17,40	01,1/	700,02	JU,41/	
n.	полдник									N 251 5
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
7 11	Творог		103,20	101,20						
	крупа манная Яйцо		6,60 5,28	6,60 4,40						
	Сахар		8,80	8,80						
	Сметана		4,40	4,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	соль иодированная молоко сгущенное		0,55 20,40	0,55 20,00						
Чай с сахаром	• '	150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели
·			I	I	I '	I '	l ' !	· ·	I '	2016

чай весовой		0,40	0,40						
Сахар Вода Сок в инд.упаковке	200	5,00 150,00 200,00	5,00 150,00 200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	485			21,78	17,00	54,71	458,28	4,51	
всего:	1569			53,88	49,77	188,70	1345,45	44,60	

День 5 - ый

<u>День 5 - ый</u>		Ι.	1/.	T/.	7-7			D	D-	C5
Наименование блюд и	Ингридиенты	Macca	Кол - во	Кол - во		евые вещ		Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
продуктов	ЗАВТРАК	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	SABIPAK									
Каша манная молочная с		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
маслом сливочным										
	Крупа манная		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00 0,40	2,00 0,40						
	соль иодированная Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай без сахара, с мармеладом		170/10		,	0,07	0,02	11,93	48,15	0,02	TTK
	чай весовой		0,40	0,40						
	вода питьевая		170,00	170,00						
	мармелад		15,00	15,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Сливочным										
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
**	Масло сливочное	250	5,00	5,00	6.04	10.21	45.46	212.00	0.01	
Итого:	2 - ой ЗАВТРАК	358			6,84	10,31	47,46	313,08	0,91	
Кисломолочный напиток	- va santian	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		таол 6 стр 138, Дели +, 2012
Итого:		170			6,53	4,01	20,06	142,20	0,45	
	ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром		40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк
	морковь		48,00	38,40						
	caxan		2.00	2.00						
Суп гороховый с картофелем, с		150/10			5,29	4,33	10,00	108,56	3,55	№87 СБ дошк.
мясными фрикадельками					-, -	,		,	.,	2016
	картофель		40,05	30,00						
	горох колотый		12,15	12,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	морковь		9,60	7,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масло растительное		3,00	3,00						
	вода питьевая		105,00	105,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	фрикаделек			17,50						
	масса полуфабриката			10,00						
	фрикаделек									СБ дошкольн.
Тефтели мясные		50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	№303, 2016
	говядина (котлетное мясо		33,30	31,70						
	б/к)									
	или фарш говяжий		33,30	31,70						
	лук репчатый		12,00	10,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	хлеб пшеничный		6,70 10,00	6,70 10,00						
	вода питьевая		0,50	0,50						
	соль иодированная мука пшеничная в/с		3,40	3,40						
			3,40	60,00						
	масса полуфабриката		1.50							
Рагу из овощей	масло растительное	120	1,50	1,50	2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	2016
тату из овощеи	картофель	120	53,20	40,00	2,02	12,30	7,03	102,29	14,30	2010
	морковь		24,00	19,20						
	масса запеченной моркови			18,00						
	Лук репчатый		20,40	16,80						
	масса припущенного лука			13,20						
	капуста свежая	i .	32,75	26,20				1	Ī	

I	масса припущенной капусты		I	24,00	Ī		Ī i			1
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	coyc:		1,00	.,00						2016
	вода		35,00	35,00						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	caxap		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	TTK
	яблоки свежие		22,80	20,00						
	апельсин		7,50	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		152,00	152,00						
	caxap		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели
		40	40,00	40,00		0,48	15,84	79,20	.,	табл 6 стр 144, Дели
Хлеб ржаной			40,00	40,00	2,64				45.05	+, 2012
Итого:	<del>-</del>	585			18,31	22,91	65,67	555,06	25,97	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Рыба, тушеная с овощами	полдини	40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№229 школьн. 2017
т вой, туписния с овощами	минтай ПБГ	40/20	69,10	51,00	3,20	10,57	21,70	170,10		NEZZ) IIIKOJIBII. ZOT7
	вода питьевая		8,00	8,00						
	морковь		10,00	8,00						
	томатная паста		1,60	1,60						
	лук репчатый		4,80	4,00						
	масло растительное соль		2,00 0,16	2,00 0,16						
Рис отварной рассыпчатый с	COME		0,10	0,10						
маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели
		4.50/5/5			0.40	0.00	<b>7</b> 40	44.50		+, 2012
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40	I					
	Caxap		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		150,00	150,00						Сборник национальных
Булочка сладкая		35			2,95	3,36	14,64	123,90		блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная		21,70	21,70	I					сти тэй съ казанк 1997
	мука пшеничная		0,70	0,70						
	дрожжи сухие		0,28	0,28						
	соль иодированная		0,28	0,28						
	caxap		0,70	0,70						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	<b>о</b> рйк		2,10	1,75						
	молоко		8,75	8,75						
	масса теста		2.50	35,00						
	caxap		3,50	3,50						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	масса пф		0.60	40,25 0,50						
	яйцо куриное масло растительное		0,60 0,10	0,50						
Фрукты свежие	иоло ристительное	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или бан	нан,или мандарин )		,	,		- ,		·		дошк. 2016
Итого:		492			11,21	16,34	89,48	581,64	12,24	
ВСЕГО:		1605	I	<u> </u>	42,89	53,57	222,66	1591,98	39,57	

## 2 неделя

День 6 - ый			2 педели							
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Macca	Кол - во (в г )	Кол - во (в г )	Пиш	евые вещ	ества	Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
продуктов		порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			6,33	6,19	24,57	180,10	1,15	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		28,00	28,00						
	сахар молоко		3,00 98,00	3,00 98,00						

Чай с молоком, сахаром	вода питьевая масло сливочное соль иодированная	180/6	21,00 3,00 0,40	21,00 3,00 0,40	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой Сахар Молоко Вода		0,45 6,00 92,00 90,00	0,45 6,00 90,00 90,00						
Бутерброд с маслом сливочны	М	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной Масло сливочное		25,00 5,00	25,00 5,00						
Итого:	2 - ой ЗАВТРАК	359			11,28	12,94	47,97	354,36	2,53	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
	ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с	кукуруза к/с сахар Масло растительное	30	46,60 0,60 1,80	27,90 0,60 1,80	0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	Капуста свежая Картофель Морковь Лук репчатый Свекла Масло растительное Сахар Томатная паста соль иодированная Бульон Сметана		15,00 15,96 9,38 7,14 30,72 3,00 0,15 1,50 0,50 120,00 5,00	12,00 12,00 7,50 6,00 24,00 3,00 0,15 1,50 0,50 120,00 5,00						
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) соль иодированная масса отварной говядины Картофель томатная паста Лук репчатый Огурцы соленые Бульон мясной Масло растительное Масса овощей		48 0,3 133 4 18 36,4 30 8	48 0,3 30 100 4 15 20 30 8						
Напиток из сухофруктов	масса овощеи	150		120	0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
	сухофрукты Сахар вода		12,75 5,00 152,00	12,50 5,00 152,00						
Хлеб ржаной Итого:		35 <b>520</b>	35,00	35,00	2,31 <b>19,57</b>	0,42 <b>21,77</b>	13,85 <b>51,41</b>	69,23 <b>485,85</b>	15,64	табл 6 стр 144,
итого:	УПЛОТНЕННЫЙ	520			19,57	21,//	51,41	400,00	15,04	
Омлет натуральный	полдник  яйцо молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль иодированная масса готового омлета	130	96,00 55,00 2,00 0,30	80,00 55,00 135,00 2,00 0,30 130,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоками	чай весовой Сахар яблоки свежие Вода	150/5/10	0,40 5,00 11,40 150,00	0,40 5,00 10,00 150,00	0,09	0,06	5,99	24,70	1,02	№412 Дели 2016
Булочка дорожная	Мука пшеничная	35	21,35	21,00	2,73	4,90	18,25	126,70		№453 сб дошк 2016
	мука пшеничная на подпыл Сахар		0,70 4,20	0,70 4,20						
	Масло сливочное соль иодированная		4,55 0,21	4,55 0,21						
I	дрожжи сухие	ı	0,14	0,14		l	l .	I	I	

ВСЕГО:		1509			52.62	65.14	157.13	1430.39	22,39	
Итого:		480			17,43	26,68	51,45	514,18	3,77	
Сок в инд.упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
	масло растительное для смазки излелй		0,70	0,70						
	масса крошки			1,40						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	мука пшеничная		0,84	0,84						
	для крошки:									
	масса полуфабриката			39,90						
	вода		10,70	10,70						

BCEI O.										
<u>День 7 - ой</u>			l	7.0				I a		1
Наименование блюд и		Macca	Кол - во	Кол - во	Пищ	евые вещ	ества	Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
продуктов	Ингридиенты	порции	(в г)	(вг)			T	ценность		1 1 7
1 . 5		* '	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
СЛИВОЧНЫМ	70		45.50	45.50						
	Крупа ячневая		17,50	17,50						
	Молоко		70,00 53,00	70,00 53,00						
	Вода Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
кофеиный напиток с молоком		100/0			2,63	2,41	10,55	74,38	1,17	ж414 дели 2010
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Caxap		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
СЛИВОЧНЫМ					·					
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			5,38	8,10	23,27	190,25	1,24	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое		150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко		158,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье (или крекер)	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели
Итого:		170			6,08	6,04	22,46	168,40	2,05	
	ОБЕД	2.0			0,00	0,0.	-2,10	100,10	2,00	<del> </del>
	ОВЕД	20			0.54	4.50				
Салат из квашенной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
	капуста квашенная		34,30	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	caxap		1,50	1,50						
Суп-лапша домашняя на										
курином бульоне		150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк2016
31										
	Мука пшеничная		10,5	10,5						
	мука пшеничная на подпыл Яйцо		0,72 3,6	0,72 3						
	вода		2,1	2,1						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	Масса подсушенной лапши			12						
	Морковь		7,50	6,0						
	Лук репчатый Масло растительное		7.14 3	6.0 3						
	Бульон		143	143,00						
Птица, тушеная в соусе с	соль иодированная		0,6	0,6						№319,372 Co
овощами		150			13,34	10,37	12,90	198,00	24,36	дошк 2016
·	цыплята - бройлеры с/м		73	69,0		,	ĺ			
	масса отварной мякоти			30,0						
	соус сметанный :		15.0	15.0						№372 Сб дошк
	Вода или отвар сметана		15,0 5,0	15,0 5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5			Ī			
	соль иодированная		0,16	0,16			Ī			
	масса соуса			20,0						
	Картофель		87,2	65,6						
	морковь Пли подглатий		32,0	25,6			Ī			
	Лук репчатый масло растительные		17,6 1,2	14,4 1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	масса овощей с соусом		] ","	120,0						
Компот из свежих яблок		150		_=,,	0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	24,00						
	caxap		5,00	5,00						
								_		-
Хлеб ржаной	вода	35	153,00 35,00	153,00 35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,

Итого:		515			17,82	15,74	57,17	448,34	31,29	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Плов с сухофруктами		130			3,59	8,83	37,44	245,70	0,73	№195 СБ шк 2017
	крупа рисовая		34,00	34,00						
	вода питьевая		71,50	71,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		13,00	13,00						
	морковь		32,50	26,00						
	изюм		19,90	19,50						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	caxap		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки,или апельсин, или б	анан,или мандарин)									дошк. 2016
Итого:		405			6,02	9,60	62,65	365,85	85,73	
всего:		1454			35,30	39,47	165,55	1172,84	120,31	

День 8 - ой

Ингрилиенты	Macca	Кол - во (в г )	Кол - во (в г )	Пищ	евые вещ	ества	Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
тип ридиспты	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркупесовая		18.00	18.00						
** * *		·	· ·						
Caxap		2,00	2,00						
Соль йодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	3 67	3 19	10.87	90.78	1 43	№416 Дели 2016
Какао-порошок	100/0	2.00	2.00	3,07	3,17	10,07	70,76	1,43	женто дели 2010
•		·							
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Естон непозной		25.00	25.00						
•									
масло сливочнос	359	3,00	3,00	11,38	13,82	50,08	374,94	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК	1.50.20			4.05	2.77	0.00	02.00	105	
	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
caxap		2,00	2,00						
	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД	40			0.70	0.04		20.02	4.00	
Manyany	40	48.00	29.40	0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк
•									
силир		2,00	2,00						
	150/10/5			3,18	4,89	5,00	81,56	9,54	№73, сб дошк 2016
									2010
капуста свежая									
лук репчатый		7,14	6,00						
масло растительное		3,00	3,00						
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
вода для фарша		1,00	1,00						
		0,10							
сметана		5,00	5,00						
	45/15			5,39	5,32	6,26	94,39	0,40	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
говядина (котлетное мясо		20.02	20.50						312303, 300, 2010
б/к)									
масло растительное		1,50	1,50						
масса пассерованного лука			7,50						
		9,00 0,45	0,45						
	I								I
мука пшеничная в/с масса полуфабриката		3,00	3,00 54,00						
	Крупа геркулесовая Молоко Сахар Соль йодированная Масло сливочное  Какао-порошок Сахар Молоко Вода  Батон нарезной Масло сливочное  2 - ой ЗАВТРАК кисломолочный напиток сахар  ОБЕД  морковь сахар  капуста свежая картофель морковь лук репчатый масло растительное соль иодированная вода питьевая говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий лук репчатый яйцо вода для фарша соль иодированная масса полуфабриката масса готовых фрикаделек сметана  говядина (котлетное мясо б/к) илук репчатый масло растительное	ЗАВТРАК  Крупа геркулесовая  Молоко Сахар Соль йодированная Масло сливочное  Какао-порошок Сахар Молоко Вода  25/5  Батон нарезной Масло сливочное  359  2 - ой ЗАВТРАК  150/2  кисломолочный напиток сахар  Морковь сахар  152  ОБЕД  морковь сахар  150/10/5  капуста свежая картофель морковь лук репчатый масло растительное соль иодированная вода питьевая говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий лук репчатый яйцо вода для фарша соль иодированная масса полуфабриката масса готовых фрикаделек сметана  45/15  говядина (котлетное мясо б/к¹ или фарш говяжий лук репчатый яйцо вода для фарша соль иодированная масса полуфабриката масса полуфабриката масса полуфабриката масса готовых фрикаделек сметана  45/15	Масса порции	Масса порции	Мигридиенты	Митридиенты   Масса порции   Ка г   Ка г	Магридиенты   Масса порини   Бругто   Ветто   Белки   жиры   угл-ды   угл-ды   Крупа геркулесовая   140/3   18,00   18,00   123,00   123,00   2.00	Ингридиенты         Масса порнии         (в.г.)         (в.г.)         (в.г.)         ненто         белки         жиры         ута-лы         Ккаа           ЗАВТРАК         140/3         вето         5.79         6.28         26.29         185.66           Крупа геркулесовая         18,00         18,00         18,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         2,00         3,67         3,19         10,87         90,78         8,00         90,78         8,00         3,67         3,19         10,87         90,78         8,00         8,00         3,60	Интридиенты         Масса порини         (в г)         (в г)         нетто         белки         жиры         утлука         Какал         С           3ABTPAK         140/3         18,00         3,00         3,00         3,00         3,00         3,00         3,00         3,00         3,00         1,03         1,43

ВСЕГО:		1558			51,69	43,25	195,80	1386,39	19,24	
Итого:		485			17,78	11,86	64,98	435,38	4,23	
Сок в инд.упаковке	Вода	200	150,00 200,00	150,00 200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
	Caxap		5,00	5,00						
<del></del>	чай весовой		0,40	0,40	-,	-,	- ,~-	-,	- /	,
Чай с сахаром	повидло	150/5	20,40	20,00	0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели
			4,40 20,40	4,40						
	Сухари панировочные Сметана		4,40	4,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Сахарный песок		8,80	8,80						
	Яйцо		5,28	4,40						
	Манная крупа		8,80	8,80						
	Творог		94,82	93,50						
Пудинг творожный с повидлом		110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	0,21	2016
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	110/20			16.70	11.01	20.75	226.72	0.21	№249 СБдошк
Итого:	· ·	562			18,18	13,82	72,74	493,07	11,86	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		Дели +, 2012
	caxap		5,00	5,00						табл 6 стр 144,
	вода питьевая		152,00	152,00						
	масса отварных сухофруктов		,	24,00						
Компот из урюка	урюк	130	15,30	15,00	0,33	0,02	15,65	30,83	0,00	№394 СВ ДОШК
Volumen volumento	масло сливочное	150	2,00	2,00	0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк
	вода питьевая соль йодированная		78,10 0,30	78,10 0,30						
William Children	гречневая крупа	110,2	52,40	52,40	0,15	3,13	27,10	170,11	0,00	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
	масса готового соусо		0,15	15,00						
	соль иодированная сахар		0,15 0,15	0,15 0,15						
	масло растительное		0,20	0,20						
	лук репчатый томатная паста		0,54 0,95	0,45 0,95						
	морковь		1,13	0,90						
	масло сливочное мука пшеничная в/с		0,68 0,68	0,68 0,68						
	вода питьевая		15,00	15,00						
	масса готовых тефтелей соус томатный:			45,00						

День 9- ый										
Наименование блюд и	Ингридиенты	Macca	Кол - во (в г )	Кол - во (в г )	Пиш	евые вещ	ества	Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
продуктов	1	порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
Чай с молоком, сахаром	Крупа манная Молоко Сахар соль иодированная Масло сливочное чай весовой Сахар Молоко Вода	180/6	18,00 123,00 2,00 0,40 3,00 0,45 6,00 92,00 90,00	18,00 123,00 2,00 0,40 3,00 0,45 6,00 90,00 90,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
Бутерброд с маслом сливочнь		25/5	20,00	70,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной Масло сливочное		25,00 5,00	25,00 5,00						
Итого:		359			9,19	11,35	46,01	323,52	2,20	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток	2 - ой ЗАВТРАК  кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
ацидофильный, ряженка)		150	,	,	4,35	2.75	6 30	76.00	0.45	
Итого:	ОБЕД	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
	ОВЕД	I	I				I	I		1

Винегрет овощной		40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 сб дошк 2016
	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	капуста квашенная		11,50	8,00						
	лук репчатый		7,16	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп крестьянский с пшенной				, -						
крупой, с мясом индейки		150/10			3,43	5,06	3,69	75,15	6,24	№86 сб дошк 2016
	филе индейки (филе грудок		14,00	14,00						
	или бедра) масса отварной индейки			10.00						
	масса отварнои индеики капуста свежая		22,50	10,00 18,00						
	капуста свежая		19,95	15,00						
	крупа пшенная		3,00	3,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		120,00	120,00						
Котлеты рубленые из индейки с		50/2			8,37	11,13	8,25	167,20	0,09	СБ дошкольн.
маслом сливочным	филе индейки (филе грудок		37,00	37,00						№322, 2016
	или бедра) Хлеб пшеничный		10,00	10,00						
	Вода		13,00	13,00						i l
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сухари панировочные		3,50	3,50						
	масса полуфабриката			62,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Ī	масло сливочное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
с маслом сливо-шви			38,50	38,50						
	макаронные изделия Вода питьевая		231,00	231,00						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Кисель	TC.	150	17.50	17.50	0,45	0,08	13,5	63	0,83	TTK
	Кисель-концентрат Сахар		17,50 5,00	17,50 5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:		549			19,17	25,47	61,62	561,05	7,16	
	VIII TOTHERIUM IŬ									
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛЛНИК									
Karneth nuhule	полдник	50			6.41	3 41	5 58	72 63	0.33	№234 сб. нис 2017
Котлеты рыбные	полдник	50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК рыба (минтай с/м БГ)	50	45,22	33,00	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная	50	0,50	0,50	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный	50	0,50 9,00	0,50 9,00	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный  молоко	50	0,50 9,00 13,00	0,50 9,00 13,00	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный  молоко  сухари панировочные	50	0,50 9,00	0,50 9,00 13,00 5,00	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	полдник  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный  молоко  сухари панировочные масса полуфабриката	50	0,50 9,00 13,00	0,50 9,00 13,00	6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
Котлеты рыбные	ПОЛДНИК  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный  молоко  сухари панировочные	50	0,50 9,00 13,00 5,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00	6,41 2,45	3,41	5,58	72,63 109,80	0,33	№234 сб шк 2017 №239 СБ дошк 2016
	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное		0,50 9,00 13,00 5,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00						
	полдник  рыба (минтай с/м БГ)  соль иодированная  хлеб пшеничный  молоко  сухари панировочные  масса полуфабриката  масло растительное  Картофель		0,50 9,00 13,00 5,00 2,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00						
	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко		0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00						
	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное		0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20						
Пюре картофельное	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	
	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное		0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20						№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Пюре картофельное	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134,
Пюре картофельное	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00	2,45	3,84	16,35 9,84	109,80 47,00	14,53	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Пюре картофельное	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00	2,45	3,84	16,35 9,84	109,80 47,00	14,53	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Пюре картофельное	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00	2,45	3,84	16,35 9,84	109,80 47,00	14,53	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00	2,45	3,84	16,35 9,84	109,80 47,00	14,53	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель  Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,55 150,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода  мука пшеничная в/с дрожжи сухие соль йодированная сахарный песок	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода  мука пшеничная в/с дрожжи сухие соль йодированная сахарный песок масло сливочное	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,13	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,13	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Хлеб пшеничный	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода  мука пшеничная в/с дрожжи сухие соль йодированная сахарный песок	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода  мука пшеничная в/с дрожжи сухие соль йодированная сахарный песок масло сливочное вода питьевая мука пшеничная в/с	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,13 1,56 10,00 1,20	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,30 1,30 1,30 1,30 1,20	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016
Пюре картофельное Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном	полдник  рыба (минтай с/м БГ) соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката масло растительное  Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная  чай весовой сахар лимон вода  мука пшеничная в/с дрожжи сухие соль йодированная сахарный песок масло сливочное яйцо куриное вода питьевая	120 20 150/5/5	0,50 9,00 13,00 5,00 2,00 136,80 18,96 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,55 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,13 1,56 10,00	0,50 9,00 13,00 5,00 58,00 2,00 102,60 18,00 4,20 0,45 20,00 0,40 5,00 5,00 150,00 25,30 0,20 0,40 1,30 1,13 1,30 10,00	2,45 1,52 0,10	3,84 0,16 0,02	16,35 9,84 5,18	109,80 47,00 21,78	14,53 0,00 2,24	№339 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №412 Дели 2016

масло растительное		0,20	0,20						
Фрукты свежие	100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
(яблоки, или <b>апельсин</b> , или банан, или мандарин)									-
Итого:	500			14,36	9,61	66,25	415,54	77,10	
ВСЕГО:	1 558			47,07	50,18	180,19	1376,11	86,91	

. День 10 - ый

День 10 - ый	1		Кол - во	Кол - во	_			Энергетическая		T
Наименование блюд и	Ингридиенты	Macca	(вг)	(вг)	Пищ	евые вещ	ества	пенность	Витамин	Сборник рецептур
продуктов		порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
маслом сливочным	70		10.00	10.00	Í	,		,	,	
	Крупа пшеничная		18,00	18,00						
	Молоко Вода		70,00 53,00	70,00 53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Чай с сахаром, с яблоком		170/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Caxap		6,00	6,00						
	яблоки Вода		11,40 170,00	10,00 170,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Бода	25/5	170,00	170,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
-1kk	Батон нарезной		25,00	25,00	-,, -	,,,,,	,	2 4,5 5		, A
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	THEORY CHILDO HITCE	359	2,00	2,00	8,05	9,26	50,88	319,16	1,70	
	2 - ой ЗАВТРАК					c ==		7.05	0.4-	
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136,
Итого:	приники	185	33,00	33,00	6,42	5,40	32,55	204,10	0,45	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
111010.	ОБЕД	105			0,42	3,40	32,33	204,10	0,43	
Салат из зеленого горошка к/с	ОВЕД	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 Сб дошколь. 2016
Castar no sesienoro ropomika kie	зеленый горошек к/с		48,10	28,50	.,	,	,	-,		
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с рисовой										
крупой и томатом, с куриными					2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сб дошк 2016
фрикадельками		150/10	5.00	5.00						
	крупа рисовая картофель		5,00 60,00	5,00 45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	томатная паста		1,80	1,80						
	соль иодированная бульон или вода		0,5 105,00	0,5 105,00						
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо вода для фарша		0,96 1,00	0,80 1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката		,,,,,	14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Капуста тушеная с мясом		150			7,18	9,00	13,39	169,20	20,50	ТТК №647 от
	MOTIVATO ADOMAS		120 00	110.00	, -				, .	24.08.2022
	капуста свежая вода питьевая		138,00 24,00	110,00 24,00						
	масса тушеной капусты		2.,50	100,00						
	лук репчатый		10,80	9,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса пассерованного лука			4,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,50	37,50						
	или фарш говяжий		39,50	37,50						
	масса готового фарша			30,00						
	мука пшеничная в/с		3,00	3,00						
	масса соуса: вода питьевая		15,00	15,00 15,00						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	мука пшеничная в/с		0,70	0,70						
	морковь		1,25	1,00						
	лук репчатый		0,36	0,30						
	томатная паста масло растительное		0,90 0,20	0,90 0,20						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	caxap		0,15	0,15						
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
Try										
********	яблоки свежие апельсин		22,80 7,50	20,00 5,00						

лимон Вода сахар Хлеб ржаной	35	5,55 152,00 5,00 35,00	5,00 152,00 5,00 35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:	525			13,15	13,95	44,62	368,05	31,82	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный с сыром	130			9,67	11,37	22,22	250,46	0,30	№229, сб дошк 2016
яйцо молоко сыр масло сливочное соль иодированная масса готового омлета		102 51 13,26 2,6 0,3	85 51 13 2,6 0,3 130						2016
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника	150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
шиповник сахар вода		15,30 5.00 150,00	15,00 5.00 150,00						
Сок в инд. упаковке	125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:	430			12,32	11,74	50,26	376,61	77,80	
ВСЕГО: ИТОГО за 10 дней	1499 15365			39,93 485,55	40,34 494,43	178,30 1906,85	1267,92 14096,02	111,77 571,42	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника	1537			48,55	49.44	190,69	1409.60	57,14	

Применание

- 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

учреждений, Тутельян В.А., Могильный М.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 блюддля 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., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности;

сельскозозяйственная 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 с1.09(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%