



**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 порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	витамины	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4			5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
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:	360			10,09	12,37	58,78	387,08	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		155	150						
		2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	30			0,21	0,03	0,57	3,60	1,47	№71 СБ шк 2017 Дели
		30,60	30,00						
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
		40,05	30						
		12,15	12						
		7,2	6						
		9,6	7,5						
		0,5	0,5						
		3	3						
		105	105						
			10						
		18,75	15,75						
Плов из отварной птицы	150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321 сб дошк 2016
		58,50	55,2						
			24,0						
		5,0	5,0						
		8,9	7,5						
		12,5	10,0						
		32,0	32,0						
		65,0	65,0						
		0,5	0,5						
			126,0						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
		15,3	15,0						
			24,0						
		152	152,0						
		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:	525			20,12	11,63	72,57	484,43	9,49	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки или апельсины, или бананы, или мандарины)									дошк. 2016
Котлеты рыбные	50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
		45,22	33,0						
		0,5	0,5						
		9,0	9,0						
		13,00	13,0						
		5,0	5,0						

Пюре Картофельное	масса полуфабриката			58,0						№ 339 СБ дошк 2016
	масло растительное		2,0	2,0						
		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
Чай с сахаром	Масло сливочное		4,20	4,20						№411 Дели2016
	соль иодированная		0,45	0,45						
		150/5			0,050	0,020	5,020	20,080	0,030	
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
Кондитерские изделия	Вода		150	150						табл 10 стр 202, Дели +, 2012
	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		465			11,58	13,93	59,09	405,01	24,89	
ВСЕГО:		1502			46,14	41,68	198,45	1359,52	37,27	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порция	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
Крупа полбяная			18	18						
Молоко			70	70						
вода			53	53						
Сахар			2	2						
соль иодированная			0,4	0,4						
Масло сливочное			3	3						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок			2,00	2,00						
Сахар			6,00	6,00						
Молоко			110,00	110,00						
Вода			80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3 сб дошк2016
Батон нарезной			25	25						
Сыр			5,1	5						
Масло сливочное			5	5						
Итого:		364			9,96	15,01	46,75	368,45	2,14	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, узтык, напиток ацидофильный)			155	150						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром (молодой урожай)		40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк 2016
морковь			48,00	38,40						
сахар			2,00	2,00						
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
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						
Сметана			7,0	7,0						
Томатная паста			0,8	0,8						
Биточки "Домашние"		50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м			60,68	39,4						
или фарш куриный			41,37	39,4						
морковь			11,85	9,4						
Лук репчатый			14,4	12						
Масло растительное			1	1						
масса припущенного лука				6						
соль иодированная			0,4	0,4						
яйцо			0,6	0,5						
Мука пшеничная			3,75	3,75						
масса полуфабриката				59						
масло растительное			2	2						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк2016
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	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Хлеб ржаной		35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		564		16,71	12,09	82,18	497,87	9,35		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Запеканка творожная с повидлом		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						
	Сухари 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	№412,419 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 для крошки:			39,90						
	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						
Итого:		450		22,79	21,90	57,98	519,28	5,23		
ВСЕГО:		1528		53,81	52,75	193,21	1462,10	17,17		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептур	
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	Ккал		С
		брутто	нетто							
ЗАВТРАК										
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	
		25	25							
		5	5							
Итого:	349			8,88	11,43	46,30	324,51	1,85		
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016	
(молоко)		158	150							

Итого:		150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	
ОБЕД										
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 из бульона 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 иодированная		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 иодированная		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 иодированная		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 иодированная		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 иодированная		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
Итого:		535			15,11	31,19	59,30	595,19	4,28	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие	100	100	100		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										дошк.2016
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)		41,10	30,0							
или фарш рыбный		31,50	30,0							
хлеб пшеничный		4,00	4,00							
вода питьевая		6,50	6,50							
Лук репчатый		9,00	7,50							
масло растительное		0,60	0,60							
масса припущенного лука			3,75							
яйцо куриное		0,72	0,60							
соль иодированная		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
Итого:		477			13,64	11,35	67,61	430,73	11,27	
ВСЕГО:		1511			42,20	58,04	180,79	1435,43	19,35	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
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 2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	1,08	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		152,00	150,00						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	1,08	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 сб дошк 2016
свекла		48,64	38,00						
масло растительное		2,40	2,40						
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
Картофель		59,85	45,00						
капуста свежая		15,00	12,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
огурцы соленые		16,38	9,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
вода		105,00	105,00						
Сметана		5,00	5,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,20	1,00						
Яйцо куриное		0,96	0,80						
Вода питьевая		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						

Макаронные изделия отварные с маслом	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							
		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 С6 дошк 2016
Компот из изюма и яблок	макаронные изделия	38,50	38,50							
	вода	231,00	231,00							
	соль иодированная	0,45	0,45							
	Масло сливочное	3,00	3,00							
		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							
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		553			16,51	15,81	75,89	520,00	11,86	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок 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 дошк 2016
	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 Дели 2016
	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
Итого:		485			15,17	14,72	81,15	538,12	2,85	
ВСЕГО:		1547			46,59	47,32	212,89	1492,86	17,63	

День 5 - ый

День 5 - ий									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100, сб дошк 2016
суповая заправка (звездочки)		14,40	14,40						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
соль иодированная		0,80	0,80						
Какао с молоком	150/5			3,06	2,66	5,99	88,95	1,43	№416 Дели 2016
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		5	5						
Молоко		90	90						
вода		67	67						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	13,92	115,67	0,04	№3, сб дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	370			10,77	13,04	34,06	323,78	2,15	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко	158	150						
Итого:	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром (молодой урожай)	40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк 2016
морковь		48,00	38,40						

Суп-лапша домашняя на курином бульоне	сахар	2,00	2,00						
		150		1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016
	Мука пшеничная	10,5	10,5						
	мука пшеничная на подпыл	0,72	0,72						
	Яйцо	3,6	3						
	вода	2,1	2,1						
	соль иодированная	0,3	0,3						
	Масса подсушенной лапши		12						
	Морковь	7,50	6,0						
	Лук репчатый	7,14	6,0						
Суфле куриное	Масло растительное	3	3						
	Бульон	143	143,00						
	соль иодированная	0,6	0,6						
		55		7,77	8,65	1,37	110,00	0,38	№ 327,371 сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры с/м	92,34	87,40						
	масса отварной мякоти птицы		38,00						
	яйцо	12,00	10,00						
	масло растительное	2,00	2,00						
	соус		15,00						
	молоко	11,25	11,25						
Каша ячневая рассыпчатая с луком	масло сливочное	2,00	2,00						
	мука пшеничная	2,00	2,00						
	вода питьевая	2,25	2,25						
	соль иодированная	0,10	0,10						
		110		3,00	6,56	19,15	147,55		№303 СБ 2017
	Крупа ячневая	30	30						
	соль иодированная	0,3	0,3						
	Вода	72	72						
	масло сливочное	5	5						
	Масса каши		90						
Компот из урюка	Лук репчатый	48	40						
	Масло растительное	5	5						
	Масса пассированного лука		20						
		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						
		40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Хлеб ржаной								
Итого:		545		15,80	19,07	61,81	483,95	2,60	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
	Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20		9,93	8,14	23,31	206,57	5,63	№308 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		35,50	34,00					
	или фарш говяжий		35,70	34,00					
	масло сливочное		2,40	2,40					
	масса готового мясного фарша			26,00					
	Картофель		165,60	124,5/120,4					
	масса отварного протертого картофеля			118,00					
	Лук репчатый		10,80	9,00					
	Масло растительное		1,60	1,60					
Чай с сахаром и лимоном	масса припущенного лука			6,50					
	Масло сливочное		1,60	1,60					
	соль иодированная		0,50	0,50					
	сухари панировочные		2,40	2,40					
	масса полуфабриката			153,00					
	Соус								
	Сметана		5,00	5,00					
	Мука пшеничная		1,30	1,30					
	вода		15,00	15,00					
	Соус сметанный			20,00					
Хлеб пшеничный		150/5/5		0,10	0,02	5,17	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,8	0,8					
	Сахар		5	5					
	лимон		5,55	5					
	Вода		150,0	150,0					
		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00
									табл 6 стр 134, Дел + 2012
Итого:		430		11,95	8,72	48,12	322,35	17,87	

ВСЕГО:	1495			43,10	44,91	151,57	1215,08	24,57	
--------	------	--	--	-------	-------	--------	---------	-------	--

2 недели

День 6 - ый

День 6 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,40	0,00	ТТК №6Д
Крупа пшено		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		4	4						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 412 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		82	80						
Вода		90	90						
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						
Итого:	350			8,60	14,08	45,32	342,31	1,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, йогурт, напиток анисовый)		155	150						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	1,86	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		46,25	37,00						
масса прогретой капусты			33,4						
морковь		5,00	4,00						
Сахар		0,70	0,70						
Масло растительное		2,00	2,00						
соль иодированная		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
крупка гречневая		12	12						
картофель		59,85	45						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль иодированная		0,65	0,65						
Бульон		105,0	105,0						
Гуляш из отварной говядины	30/30			6,54	7,23	1,88	98,70		ТТК
говядина (лопатка 5/к)		48,00	48,00						
масса отварной говядины			30,00						
Морковь		12,50	10,00						
лук репчатый		6,00	5,00						
масло растительное		1,00	1,00						
Вода питьевая		20,00	20,00						
мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
масло растительное		2,00	2,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
томатная паста		0,90	0,90						
Макаронные изделия отварные	110			3,12	3,27	23,42	101,42		№219 сб шк 2016
макаронные изделия		38,50	38,50						
Вода питьевая		231,00	231,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
соль иодированная		0,45	0,45						
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 ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дел + 2012
Итого:	545			14,21	14,65	64,02	415,76	7,35	
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						
Итого:	405			17,43	11,60	35,47	313,44	2,99	
ВСЕГО:	1450			44,59	44,07	151,11	1147,51	12,04	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша 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 парезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
Сыр порционно	сыр	10	10,20	10,00	2,63	2,66		34,33		№15 сб шк 2017
Итого:		369			12,10	14,23	46,64	378,88	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
Итого:		152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД										
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						
	мука пшеничная		0,20	0,20						
	масса полуфабриката		2,80	2,80						
	соус сметанно- томатный:			48,00						
	сметана			20,00						
	мука пшеничная		5,00	5,00						
	вода		1,50	1,50						
	томатная паста		15,00	15,00						
	соль иодированная		0,80	0,80						
			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	яблоки свежие	150	28,50	25,00	0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№390 сб дошк 2016
	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:		550			12,52	13,47	72,93	475,09	23,54	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										дошк. 2016
Суп картофельный с мясными фрикадельками		150/20			5,39	4,04	10,27	107,62	7,34	№104, 105 сб шк 2017
	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. бжол 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
Итого:		525			11,74	13,00	57,24	404,73	17,52	
ВСЕГО:		1596			40,71	44,45	184,81	1341,70	43,28	

День 8 - ой

День 8 - ой		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	Ккал	С	
	брутто		нетто							
ЗАВТРАК										
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							
		110,00	110,00							
		80,00	80,00							
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016	
		25	25							
		5	5							
Итого:		359		9,82	12,14	46,40	338,54	2,25		
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 С6 дошк 2016	
(молоко)	молоко	158	150							
Итого:		150		4,58	4,08	7,58	85,00	1,95		

ОБЕД										
Огурцы свежие порционно		30			0,21	0,03	0,57	3,60	1,47	№71 СБ шк 2017 Дели
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	огурцы свежие	150	30,60	30,00	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 иодированная		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 иодированная		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
	цыпленок - 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 иодированная		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 растительное		1,2	1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	масса овощей с соусом			120,0						
Компот из урюка		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 Дели + 2012
Итого:		515			18,34	13,58	52,43	414,21	29,28	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 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 иодированная		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, Дел + 2012
Итого:		440			11,51	9,42	48,83	312,67	5,24	
ВСЕГО:		1464			44,25	39,23	155,24	1150,42	38,72	

День 9- ый

Наименование блюд и	Масса	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества	Энергетическая	Витамин	Сборник
---------------------	-------	----------	----------	------------------	----------------	---------	---------

продуктов	порции	(в гр)					ценность		рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	170/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		82	80						
Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3,сб дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	354			11,29	12,68	53,89	378,04	1,96	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык, напиток анисовый)	кисломолочный напиток	152,00	150,00						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	40			0,56	2,03	3,61	34,96	1,86	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		46,25	37,00						
масса пропеченной капусты			33,4						
морковь		5,00	4,00						
Сахар		0,70	0,70						
Масло растительное		2,00	2,00						
соль иодированная		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
Картофель		66,50	50,00						
Крупа перловая		6,00	6,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		3,57	3,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
огурцы соленые		18,20	10,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
бульон		114,00	114,00						
цыплята-бройлеры с/м		17,56	11,40						
или фарш куриный		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,20	1,00						
Яйцо куриное		0,96	0,80						
Вода питьевая		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Сметана		6,00	6,00						
Суфле рыбное	60			9,70	4,63	2,44	90,00	0,19	№284,371 сб дошк 2016
минтай ПБГ с/м		76,86	53,75						
масса отварной рыбы			43						
соус молочный:									
молоко		15	15						
масло сливочное		2,6	2,6						
мука пшеничная в/с		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						

Кисель	масло сливочное	150	3	3	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
Итого:		574			22,96	17,45	77,34	574,33	8,01	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										дошк.2016
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						
	Сухари 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 Казань 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	35,00						
	Сахар		3,50	3,50						
	Масло сливочное		1,75	1,75						
	масса пф		40,25	40,25						
	яйцо		0,60	0,50						
	Масло растительное		0,10	0,10						
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						
Итого:		430			21,55	19,33	67,87	556,92	10,44	
ВСЕГО:		1508			60,15	53,21	205,40	1585,29	20,86	

День 10 - ый

День 10 -ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
Сахар		2	2						
соль водированная		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						
Итого:	359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
(молоко)		158	150						
Итого:	150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	
ОБЕД									
Томаты свежие порционно	30			0,33	0,06	1,14	6,6	5,25	№71, сб шк 2017
томаты свежие		30,6	30						
Щи со свежей капустой с картофелем на бульоне из индейки, 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						
Жафок из отварной индейки		150			14,55	16,34	14,21	263,53		Акт проработки от 24.06.2020 ТТК №560/а
	филе грудок индейки		42	42						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса отварной индейки			30						
	Картофель		143,54	108						
	Лук репчатый		11,9	10						
	Морковь		6,25	5						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	Томатная паста		1,5	1,5						
	соль		0,25	0,25						
	вода питьевая		20	20						
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			18,42	20,64	54,05	482,31	15,52	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд упаковке		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 иодированная		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			51,34	63,22	175,74	1484,16	22,12	
ИТОГО за 10 дней		15120,00			472,87	488,89	1809,21	13674,08	253,00	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1512,00			47,29	48,89	180,92	1367,41	25,30	

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

учреждений, 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 Дели плюс 2016г.

3 В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина I категории упитанности;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

яйца куриные - рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г

картофель рассчитан по закладке продуктов 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%