

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

День	Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
1-ый	<b>ЗАВТРАК</b>									
	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3	5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
	Крупы рисовая Крупы пшеничная Молоко Вода Сахар соль иодированная Масло сливочное									
	Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток Сахар Молоко Вода									
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной Сыр Масло сливочное									
<b>Итого:</b>		<b>409</b>			<b>11,80</b>	<b>16,64</b>	<b>55,30</b>	<b>419,20</b>	<b>2,10</b>	
	<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
	Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	102,90	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток сахар									
<b>Итого:</b>		<b>183</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>10,19</b>	<b>102,00</b>	<b>1,26</b>	
	<b>ОБЕД</b>									
	Салат из моркови с сахаром	60	75,00 0,60	60,00 0,60	0,79	0,06	4,55	21,80	2,94	№42 сб дошк 2016
	морковь сахар									
	Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	11,97 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 14,30 10,00 79,80 10,00 9,52 8,00 4,00 0,70 140,00	11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30 10,00 60,00 8,00 8,00 8,00 4,00 0,70 140,00	4,93	3,80	12,68	114,56	6,18	№88, сб дошк2016
	говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий Лук репчатый Яйцо Вода для фарша соль иодированная Масса полуфабриката масса готовых фрикаделек Картофель Морковь Лук репчатый вермишель Масло растительное соль иодированная Вода									
	Котлеты рубленые из говядины	70	51,16 51,16 14,64 11,00 14,70 4,00 0,70 0,80	49,00 49,00 12,30 11,00 14,70 4,00 0,70 0,80	11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СБ дошкольн. №299, 2016
	говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий Лук репчатый Хлеб пшеничный вода питьевая сухари панировочные соль иодированная масса полуфабриката масло растительное									
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	54,70 82,00 0,33 115,00 22,00 2,40 130,00 3,00	54,70 82,00 0,33 115,00 17,00 2,00 130,00 3,00	4,09	5,97	20,33	142,30	1,36	№180, сб дошк2016
	крупы гречневая вода питьевая соль иодированная масса каши морковь лук репчатый масса каши с овощами масло сливочное									
	Напиток из сухофруктов	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты Сахар вода									
	Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
	Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>703</b>			<b>27,07</b>	<b>23,74</b>	<b>96,02</b>	<b>709,18</b>	<b>11,97</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
	Пудинг рыбный	60/20			11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016



	рыба (минтай с/м БГ)		68,34	50,25							
	масса отварной рыбы			39,75							
	Хлеб пшеничный		8,25	8,25							
	яйцо		6,3	5,25							
	молоко		12	12							
	масло сливочное		2,25	2,25							
	соль иодированная		0,4	0,4							
	Масло растительное		1	1							
	масса пудинга			60							
	Соус молочный										
	молоко		10	10							
	масло сливочное		1,1	1,1							
	Мука пшеничная		1,1	1,1							
	Вода		10	10							
	Сахар		0,2	0,2							
	соль иодированная		0,13	0,13							
	масса соуса			20							
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016	
	Картофель		159,60	119,70							
	Молоко		22,12	21,00							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
	соль иодированная		0,52	0,52							
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410,411 Дели2016	
	чай весовой		0,45	0,45							
	сахар		6,00	6,00							
	Вода		180,00	180,00							
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		таол б стр 136, Дели +2012 таол б стр 134, Дели +2012	
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	№386 СБ дошк.2016	
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )										
<b>Итого:</b>		<b>556</b>			<b>18,32</b>	<b>15,15</b>	<b>68,02</b>	<b>484,71</b>	<b>27,45</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1851</b>			<b>62,42</b>	<b>60,03</b>	<b>229,54</b>	<b>1715,09</b>	<b>42,78</b>		

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>	<b>2,29</b>	
<b>2- ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток	180	185	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	60			1,18	3,15	5,87	56,52	1,04	№26, сб дошк 2016
		44,70	33,60						
		11,25	9,00						
		15,00	9,00						
		7,20	6,00						
		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне , со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
		20,00	16,00						
		21,28	16,00						
		12,50	10,00						
		9,52	8,00						
		41,00	32,00						
		0,20	0,20						
		2,00	2,00						
		4,00	4,00						
		0,70	0,70						
		140,00	140,00						
		7,00	7,00						
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сб дошк 2016
		78,00	73,6						
			32,0						
		8,0	8,0						
		11,9	10,00						
		16,3	13,00						
		55,0	55,0						
		86,0	86,0						
		0,8	0,8						
			168,0						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	342 сб шк 2017
		34,00	30,00						
		6,00	6,00						

вода		183,00	183,00							табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19			
<b>Итого:</b>	<b>697</b>			<b>18,86</b>	<b>19,55</b>	<b>101,02</b>	<b>676,12</b>	<b>9,74</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54		№251, сблоск 2016
Творог		121,55	119,20							
Крупа манная		7,80	7,80							
Яйцо		6,50	5,42							
Сахар		10,40	10,40							
Сметана		5,20	5,20							
Масло сливочное		5,20	5,20							
Сухари панировочные		5,20	5,20							
соль иодированная		0,65	0,65							
молоко сгущенное		20,40	20,00							
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83		№412 Дели2016
чай весовой		0,45	0,45							
Сахар		6,00	6,00							
лимон		8,00	7,00							
Вода		180,00	180,00							
Булочка дорожная	50			3,39	6,98	26,07	181,00			№453 сб дошк2016
Мука пшеничная		30,50	30,00							
мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
Сахар		6,00	6,00							
Масло сливочное		6,50	6,50							
соль иодированная		0,30	0,30							
дрожжи сухие		0,20	0,20							
вода		15,30	15,30							
масса полуфабриката для крошки:			57,00							
мука пшеничная		1,20	1,20							
масло сливочное		1,00	1,00							
масса крошки			2,00							
масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
Сок (нектар) разливной	180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60		№418 Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>573</b>			<b>28,52</b>	<b>27,07</b>	<b>83,26</b>	<b>691,68</b>	<b>6,97</b>		
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1854</b>			<b>63,36</b>	<b>66,66</b>	<b>247,58</b>	<b>1869,58</b>	<b>19,45</b>		

**День 3 - ий**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов	
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды				
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3			6,04	5,54	30,04	214,80			ТТК №10Д
Крупа ячневая		22,50	22,50							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		68,00	68,00							
Сахар		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Масло сливочное		3,00	3,00							
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38		№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45							
Сахар		6	6							
Молоко		92	90							
Вода		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68			№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>11,36</b>	<b>12,44</b>	<b>56,01</b>	<b>402,24</b>	<b>1,38</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45		№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток	180	185	180							
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79		№21 сб дошк 2016
капуста свежая		69,38	55,50							
соль иодированная		0,30	0,30							
масса прогретой капусты			50,00							
морковь		7,50	6,00							
Сахар		1,00	1,00							
Масло растительное		3,00	3,00							
Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне из индейки	180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94		№86 сб дошк 2016
крупа пшеничная		12,00	12,00							
картофель		80,00	60,00							
Морковь		10,00	8,00							
Лук репчатый		9,52	8,00							
Масло растительное		2,00	2,00							
соль иодированная		0,70	0,70							
Бульон		120,00	120,00							
Гуляш из отварной индейки	40/40			13,55	8,08	2,72	136,31	0,74		№260 сб рецептов 2017
филе индейки		56,00	56,00							
Соль йодированная		0,40	0,40							
масса отварной говядины			40,00							
Морковь		17,50	14,00							
лук репчатый		8,50	7,10							
Вода питьевая		30,00	30,00							
томатная паста		1,20	1,20							

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	мука пшеничная в/с масло растительное Соль йодированная	130/3	2,00 2,70 0,20	2,00 2,70 0,20	4,91	3,13	27,60	158,16		№219 Сб дошк 2016
Кисель	макаронные изделия вода соль йодированная Масло сливочное	180	45,50 275,00 0,50 3,00	45,50 275,00 0,50 3,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
Хлеб пшеничный	Кисель-концентрат Сахар вода	20	21,00 6,00 180,00	21,00 6,00 180,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012 табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
<b>Итого:</b>		<b>698</b>			<b>25,75</b>	<b>17,00</b>	<b>88,33</b>	<b>620,13</b>	<b>10,46</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	рыба (мятай с/м БГ) или фарш рыбный хлеб пшеничный вода питьевая Лук репчатый масло растительное масса приушенного лука яйцо куриное соль йодированная сухари панировочные Масса полуфабриката Масло растительное масса готовых котлет	50/25	51,50 39,40 5,00 8,10 11,40 0,75 0,90 0,42 5,00 1,00	37,5 37,5 5,00 8,10 9,50 0,75 0,75 0,42 5,00 1,00	6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	ТТК №784 от 17.11.2023
соус томатный с овощами	лук репчатый морковь масло растительное бульон или вода Масло сливочное мука пшеничная морковь лук репчатый томатная паста Масло сливочное сахар соль йодированная масса готового томатного соуса масса томатного соуса с овощами	140	3,0 6,25 0,75 25,0 1,125 1,125 1,875 0,90 1,50 0,40 0,25 0,25 22,50 25,00	2,50 5,00 0,75 25,0 1,125 1,125 1,5 0,75 1,50 0,40 0,25 0,25 22,50 25,00	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017
Картофель запеченный	картофель масло растительное соль йодированная	180/6	270 5 0,35	203 5 0,35	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
Напиток из шиповника	шиповник сахар вода	20	18,4 6 180	18 6 180	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Ддели +2012 табл 6 стр 134,Дели + 2012
Кондитерское изделие	печенье	30	20,00	20,00	2,28	0,24	14,77	70,50	0,00	№386 СБ дошк.2016
Хлеб пшеничный		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан, или мандарин)		551			15,42	16,98	86,73	570,06	75,15	
<b>Итого:</b>		<b>1833</b>			<b>57,76</b>	<b>50,92</b>	<b>238,63</b>	<b>1684,43</b>	<b>87,44</b>	
<b>ВСЕГО:</b>										

**День 4 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк.2016
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>13,90</b>	<b>16,31</b>	<b>59,64</b>	<b>442,06</b>	<b>2,10</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016



Какао с молоком	Молоко	140,00	140,00	3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010	
	Вода	60,00	60,00							
	Масло сливочное	2,00	2,00							
	соль иодированная	1,00	1,00							
Бутерброд с маслом сливочным	Какао-порошок	2,00	2,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
	Сахар	6,00	6,00							
	Молоко	110,00	110,00							
	Вода	80,00	80,00							
	Батон нарезной	30,00	30,00							
	Масло сливочное	5,00	5,00							
<b>Итого:</b>		<b>421</b>		<b>11,71</b>	<b>12,90</b>	<b>48,14</b>	<b>350,82</b>	<b>2,19</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	сахар		3,00	3,00						
<b>Итого:</b>		<b>183</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>10,19</b>	<b>102,00</b>	<b>1,26</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	свекла	60	72,96	57,00	0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
	масло растительное		3,60	3,60						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками и со сметаной	Картофель	180/10/5	71,82	54,00	3,63	5,59	9,39	110,15	9,52	№81 сб дошк 2016
	капуста свежая		18,00	14,40						
	Морковь		9,00	7,20						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	огурцы соленые		19,66	10,80						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		126,00	126,00						
	Сметана		5,00	5,00						
	Говядина (лопатка 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							
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	говядина (котлетное мясо)	150/30	39,00	37,50	17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 2016
	или фарш говяжий		39,40	37,50						
	Масло растительное		2,80	2,80						
	масса готового мясного фарша			30,00						
	Картофель		190,70	143,45						
	масса отварного протертого картофеля			136,60						
	Лук репчатый		12,72	10,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
	масса припущенного лука			7,70						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	сухари панировочные		3,20	3,20						
	масса полуфабриката			175,00						
	выход готовой запеканки			150,00						
	Соус сметанный :			30,00						
	Сметана		7,50	7,50						
	Мука пшеничная		2,00	2,00						
вода		22,50	22,50							
Компот из изюма и яблок	яблоки свежие	180	16,53	14,50	0,35	0,12	26,2	108	1,44	ТТК
	изюм		9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	20,09	табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>660</b>			<b>25,70</b>	<b>28,75</b>	<b>79,98</b>	<b>681,67</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Омлет натуральный	яйцо	150	114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели2016
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>		<b>473</b>			<b>16,75</b>	<b>25,50</b>	<b>33,44</b>	<b>433,71</b>	<b>13,11</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1737</b>			<b>59,38</b>	<b>71,65</b>	<b>171,75</b>	<b>1568,20</b>	<b>36,65</b>	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )	Кол - во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеница молочная с маслом сливочным	180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>11,81</b>	<b>13,56</b>	<b>50,89</b>	<b>388,77</b>	<b>1,45</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	60			1,18	3,15	5,87	56,52	1,04	№26,сбдошк2016
		44,70	33,60						
		11,25	9,00						
		15,00	9,00						
		7,20	6,00						
		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63,сбдошк2016
		20,00	16,00						
		21,28	16,00						
		12,50	10,00						
		9,52	8,00						
		41,00	32,00						
		0,20	0,20						
		2,00	2,00						
		4,00	4,00						
		0,70	0,70						
		140,00	140,00						
		7,00	7,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25			6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024
		50,00	32,50						
		34,20	32,50						
		7,50	7,50						
		10,00	10,00						
		12,00	10,00						
		2,00	2,00						
			7,50						
		3,50	3,50						
			60,00						
		2,00	2,00						
			50,00						
			25,00						
		6,25	6,25						
		1,88	1,88						
		18,75	18,75						
		1,25	1,25						
		0,20	0,20						
Вермишель отварная	130			3,72	1,26	27,63	141,76		№219, сб дошк2016
		45,50	45,50						
		0,35	0,35						
		275,00	275,00						
		2,00	2,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
		15,30	15,00						
		6,00	6,00						
		183,00	183,00						
		45	45						
Хлеб ржаной	45			2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>677</b>			<b>16,17</b>	<b>16,08</b>	<b>83,63</b>	<b>557,46</b>	<b>9,78</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Биточки рубленые из рыбы	80			9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
		82,20	60,00						
		63,00	60,00						
		2,10	2,10						
		1,44	1,20						
		18,00	15,00						
		11,20	11,20						
		0,65	0,65						
		0,16	0,16						
		8,00	8,00						
		2,00	2,00						
			94,40						
Рис отварной рассыпчатый с	130/3			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
		46,80	46,80						

	соль иодированная		0,60	0,60							
	Вода питьевая		98,00	98,00							
	Масло сливочное		3,00	3,00							
Чай с мармеладом		160/10			0	0	19,32	72,89	0,02	№ 411 сб дошк 2016	
	чай весовой		0,45	0,45							
	вода питьевая		160	160							
	мармелад		10	10						табл 6 стр 136,Ддели +,2012	
Кондитерское изделие	печенье	20	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 134,Дели + 2012	
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	№418 Дели2016	
Сок (нектар) разливной		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60		
<b>Итого:</b>		<b>613</b>			<b>17,48</b>	<b>13,87</b>	<b>111,45</b>	<b>637,27</b>	<b>3,87</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1879</b>			<b>50,68</b>	<b>48,01</b>	<b>253,53</b>	<b>1675,50</b>	<b>15,55</b>		

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2016
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (кефир,риженка,катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
		185	180						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79	№21 сб дошк 2016
		69,38	55,50						
		0,30	0,30						
			50,00						
		7,50	6,00						
		1,00	1,00						
		3,00	3,00						
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	180/10			4,56	4,48	13,61	123,47	4,19	№91,128 сб дошк 2016
		79,80	60,00						
		9,00	7,20						
		8,60	7,20						
		1,80	1,80						
		0,60	0,60						
		135,00	135,00						
			18,00						
		5,50	5,50						
		0,60	0,60						
		1,92	1,60						
		8,80	8,80						
		0,16	0,16						
			16,20						
			18,00						
		11,97	11,40						
		11,97	11,40						
		1,19	1,00						
		0,96	0,80						
		1,00	1,00						
		0,10	0,10						
			14,30						
			10,00						
Котлеты рубленые из говядины	70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	Сб дошкольн. №299, 2016
		51,16	49,00						
		51,16	49,00						
		14,64	12,30						
		11,00	11,00						
		14,70	14,70						
		4,00	4,00						
		0,70	0,70						
			84,00						
		0,80	0,80						
Пюре Картофельное	140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
		159,60	119,70						
		22,12	21,00						
		5,00	5,00						
		0,52	0,52						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	342 сб шк 2017
		34,00	28,00						
		6,00	6,00						
		183,00	183,00						



	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной									
<b>Итого:</b>	<b>685</b>			<b>23,17</b>	<b>25,78</b>	<b>92,55</b>	<b>707,40</b>	<b>25,59</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20			16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 СБ дошк 2016
Творог		121,20	120,00						
Манная крупа		10,40	10,40						
Сахар		10,40	10,40						
Яйцо куриное		6,24	5,20						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Соль йодированная		0,50	0,50						
Сухари панировочные		5,20	5,20						
Сметана		5,20	5,20						
Повидло	180/6	20,40	20,00	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
Напиток из шиповника									
шиповник		18,40	18,00						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>486</b>			<b>20,00</b>	<b>16,40</b>	<b>70,32</b>	<b>509,15</b>	<b>100,34</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1755</b>			<b>59,57</b>	<b>59,13</b>	<b>226,32</b>	<b>1709,61</b>	<b>127,55</b>	

**День 8 - ой**

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
Крупа манная		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>11,41</b>	<b>12,99</b>	<b>55,44</b>	<b>388,76</b>	<b>2,48</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
<b>Итого:</b>	<b>183</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>10,19</b>	<b>102,00</b>	<b>1,26</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свеклы с яблоками	60			0,65	3,10	3,86	46,02	3,86	№36 СБ дошк. 2016
свекла		61,50	48,00						
яблоки свежие		11,40	10,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,36	4,59	4,77	70,02	8,00	№73, сб дошк 2016
Капуста свежая		45,00	36,00						
Картофель		28,73	21,60						
Морковь		9,00	7,20						
Лук репчатый		8,57	7,20						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Вода		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Биточки "Домашние"	70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9	55,13						
морковь		57,89	55,13						
лук репчатый		16,53	13,12						
Масло растительное		18	15						
масса припущенного лука		1,5	1,5						
соль йодированная		0,57	0,57						
яйцо		0,84	0,7						
Мука пшеничная		5,25	5,25						
масса полуфабриката			82,6						
масло растительное		2,6	2,6						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль йодированная		0,33	0,33						
масса каши			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масса каши с овощами			130,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урожая	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
урюк		18,40	18,00						

	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>675</b>			<b>19,85</b>	<b>22,32</b>	<b>78,35</b>	<b>600,48</b>	<b>15,73</b>	
Омлет натуральный	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229,сб дошк2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Булочка сладкая		50			4,22	4,81	25,22	151,00		Сборник индивидуальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997
	Мука пшеничная		31,00	31,00						
	Мука пшеничная		1,00	1,00						
	дрожжи сухие		0,40	0,40						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Сахар		1,00	1,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	Яйцо		3,00	2,50						
	молоко		12,50	12,50						
	масса теста			50,00						
	Сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масса пф			57,50						
	яйцо		0,90	0,75						
	Масло растительное		0,13	0,13						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Сок (нектар) разливной		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	№418 Дели2016
<b>Итого:</b>		<b>596</b>			<b>21,31</b>	<b>29,90</b>	<b>66,83</b>	<b>611,33</b>	<b>3,91</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1858</b>			<b>57,79</b>	<b>69,71</b>	<b>210,81</b>	<b>1702,57</b>	<b>23,38</b>	

**День 9- ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		(в гр ) брутто	(в гр ) нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>14,37</b>	<b>13,83</b>	<b>65,78</b>	<b>445,69</b>	<b>2,28</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,48</b>	<b>4,88</b>	<b>9,07</b>	<b>102,00</b>	<b>2,34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с сахаром	60	75	60	0,80	0,06	4,55	21,80	2,88	№42,сб дошк2016
		0,6	0,6						
Рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной	180/7			2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сбдошк 2016
		79,80	60,00						
		8,00	8,00						
		10,00	8,00						
		4,76	4,00						
		3,00	3,00						
		21,84	12,00						
		0,70	0,70						
		132,00	132,00						
		7,00	7,00						
Индейка тушеная с овощами по-татарски	40/30			10,76	10,11	4,01	150,93	5,03	ТТК №753 от 20.08.2012
		56	56,0						
		0,4	0,40						
			40,0						
		26,40	22,00						
		12,50	12,00						
		2,50	2,50						

Макаронные изделия отварные	бульон	130	10,00	10,00	3,92	3,36	27,64	145,06		№219 Сб дошк 2016							
	макаронные изделия		45,50	45,50													
	вода		275,00	275,00													
	соль иодированная		0,50	0,50													
Кисель	Масло сливочное	180	2,00	2,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК							
	Кисель-концентрат		21,00	21,00													
	Сахар		6,00	6,00													
	вода		180,00	180,00													
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012							
<b>Итого:</b>		<b>672</b>			<b>21,98</b>	<b>22,17</b>	<b>95,82</b>	<b>680,76</b>	<b>15,01</b>								
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>																	
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016							
	Творог		121,55	119,20													
	Крупа манная		7,80	7,80													
	Яйцо		6,50	5,42													
	Сахар		10,40	10,40													
	Сметана		5,20	5,20													
	Масло сливочное		5,20	5,20													
	Сухари панировочные		5,20	5,20													
	соль иодированная		0,65	0,65													
	молоко сгущенное		20,40	20,00													
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010							
	чай весовой		0,45	0,45													
	Сахар		6,00	6,00													
	лимон		8,00	7,00													
Фрукты свежие		120	120	120	0,48	0,48	11,76	56,40	10,00	№386 СБ							
	(яблоки или апельсин, или банан или мандарин)																
	<b>Итого:</b>		<b>463</b>									<b>24,81</b>	<b>20,57</b>	<b>50,77</b>	<b>491,08</b>	<b>13,37</b>	
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>1724</b>									<b>66,64</b>	<b>61,45</b>	<b>221,44</b>	<b>1719,53</b>	<b>33,00</b>	

День 10 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,44	8,07	33,81	238,71	0,86	ТТК №5Д	
		Крупа геркулесовая	22,50	22,50						
		Молоко	158,00	158,00						
		Сахар	2,50	2,50						
		соль иодированная	0,50	0,50						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№395 Дели2010	
		Кофейный напиток	2,50	2,50						
		Сахар	6,00	6,00						
		Молоко	90,00	90,00						
		Вода	108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
		Батон нарезной	30,00	30,00						
		Масло сливочное	5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>12,58</b>	<b>14,98</b>	<b>59,65</b>	<b>424,97</b>	<b>2,03</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016	
		кисломолочный напиток	185	180						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,45</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свежей капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,42	52,44	2,79	№21 сб дошк 2016	
		капуста свежая	69,38	55,50						
		масса пропаренной капусты		50,00						
		морковь	7,50	6,00						
		Сахар	1,00	1,00						
		Масло растительное	3,00	3,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180			1,95	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк2016	
		соль иодированная	0,30	0,30						
		Мука пшеничная	15,00	15,00						
		Яйцо	4,80	4,00						
		вода	2,80	2,80						
		соль иодированная	0,20	0,20						
		Масса лапши		16,00						
		Морковь	10,00	8,00						
		Лук репчатый	9,52	8,00						
		Масло растительное	4,00	4,00						
Жаркое из филе птицы	200			15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	24.06.2020	
		бульон	170,00	170,00						
		соль иодированная	0,80	0,80						
		цыплята - бройлеры с/м	107,3	101,2						
		масса готовой мякоти птицы		44						
		картофель	193	145,1						
Компот из изюма и яблок	180			0,35	0,12	26,2	108,00	1,44	ТТК	
		лук репчатый	15	12,5						
		морковь	7,9	6,3						
		Масло сливочное	5,1	5,1						
		соль иодированная	0,8	0,8						
		вода питьевая	25,1	25,1						
		яблоки свежие	16,53	14,50						
		изюм	9,18	9,00						

	масла отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>665</b>			<b>21,78</b>	<b>18,34</b>	<b>77,43</b>	<b>569,17</b>	<b>5,31</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
Котлеты рыбные		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,2						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	хлеб пшеничный		12,6	12,6						
	молоко		18,20	18,2						
	сухари панировочные		7,0	7,0						
	масса полуфабриката			81,0						
	масло растительное		3,0	3,0						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,13	2,48	31,72	161,79		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	Шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	Вода питьевая		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дели +,2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Сок (нектар) разливной		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	№418 Дели2016
<b>Итого:</b>		<b>638</b>			<b>18,81</b>	<b>11,14</b>	<b>108,93</b>	<b>608,26</b>	<b>47,98</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1887</b>			<b>58,39</b>	<b>48,97</b>	<b>253,57</b>	<b>1694,40</b>	<b>55,77</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>18153</b>			<b>591,00</b>	<b>597,94</b>	<b>2264,87</b>	<b>16987,76</b>	<b>472,57</b>	
<b>ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день</b>		<b>1815</b>			<b>59,10</b>	<b>59,79</b>	<b>226,49</b>	<b>1698,78</b>	<b>47,26</b>	

**Примечание:**

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
  - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.
  - 1.2 Сборник рецептов 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 Пакоз 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., МогильныйМ.П. Москва Дели пакоз 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
  - говядина 1 категории упитанности;
  - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
  - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
  - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
  - картофель рассчитан по закладке продуктов 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%