



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



День 1 - кай

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Ккал	С	Уборки рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,36	9,85	29,49	229,05	0,86	ТТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеничная		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дети 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	400			10,50	16,76	55,33	415,31	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, закваска, напиток биофильный)	180/3			5,31	4,58	8,00	91,50	1,26	№420 СВ доик 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
Итого:	183			5,31	4,58	8,00	91,50	1,26	
ОБЕД									
Нард кабачковая	50			0,45	2,35	2,97	34,80	2,77	№54 СВ доик 2016
нрд кабачковая		51,00	50,00						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10			4,93	3,80	12,68	114,56	6,18	№88 сб доик 2016
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,4						
нрд фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль иодированная		0,6	0,6						
Масса полуфабриката			14,3						
масса готовых фрикаделек			10						
Картофель		79,80	60,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
вермишель		8,00	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
Вода		132,00	132,00						
Котлеты рубленные из говядины	70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СВ дошкольн. №299, 2016
говядина (котлетное мясо)		51,16	49						
нрд фарш говяжий		51,16	49						
Лук репчатый		15,1	12,6						
масло растительное		1,5	1,5						
Хлеб пшеничный		11	11						
вода питьевая		14,00	14,00						
сухари панарочные		7	7						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса полуфабриката			84						
масло растительное		0,8	0,8						
Каши гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			3,80	2,37	26,43	141,96	1,36	№180, сб доик 2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль иодированная		0,33	0,33						
масса яйца			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масса яйца с овощами			130,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СВ доик 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дети + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети + 2012
Итого:	693			26,44	22,43	100,54	721,84	11,80	
УПОТРЕБЛЕННЫЙ ВОЛДНИК									
Пудинг рыбный	60/20			11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СВ доик 2016
рыба (минтай с/м БГ)		68,74	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						

								0,00	
								10,26	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Взвешивание творожная с ну	Творог							0,54	
		130120	121,55	119,20	24,20	20,06	3378		№251, сбдошк 2016
	Крупа МАНМ		7,80	7,80					
			6,50	5,42					
	Сметана		10,40	10,40					
	Мве.во свивочное Су-ори		5,20	5,20					
	пшеничные соль		5,20	5,20					
	иодированнаямолоко		5,20	5,20					
	стуженное		0,65	0,65					
			20,40	20,00					
	чай весовой Свар								
	вода		0,45	0,45					
			6,00	6,00					
	Мука тоенННДЯ			7,00					
	мука твеничим На подвыл			180,00					
	САПР		30,50						
	Масло сливочное		1,00	30,00					
	соль иодированная		6,00	1,00					
	дрожжи сухие		6,50	6,00					
	вода		0,30	0,30		0,03			№412 Дель2016
Чай саиром и линовоч	масса полуфабриката Мя	180/6/7	0,20	0,20			6,23	26,48	
	крошки:		15,30	15,30					
	мука пшеничн			57,30					
	масло сливочное		1,20						
Бупочка дорожная	масса крошки		1,00	1,20	3,39	6,98	26,07	181,00	сб дошк2016
	масло растительн		1,00	1,00					
	изделий		125	1,00					
				125					
Сок в Инд упаковке		125							
Итого :		518			0,60	0,00	12,63	53,00	250
ВСЫ		98,0			28,32	27,07	77,71	668,68	№418 Дели2016
					64,11	65,0	240,71	1830,42	

День 3 - Ий									
Наименование бндз и продуктов	Месе порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	
		брутто	нетто	Кол - во (В Гр)	белку	жиры			
							Кудл		
ЗАВТРАК									
Каша ячневая с маслом сливочным									
Крупа ячном									
Модоко									
Вода		22,50				6,99	228,00		ПК №10Д
Сахар		90,00	22,50						
соль иодированная		69,00	90,00						
Масло сливочное	180/5	2,50	63,00	6,06		30,07			№ 413 сб дошк2016
Чай с молоком.сидром чай псовой Свар		0,50	2,50			2,40	75,76		
		5,00	0,50						
Молоко вода			5,00						
Бутерброд сливочным	180/6	6	0,45		3,03	4,50	10,43	111,68	№1 деде2010
		92							
Батон нарезноб	30/5	0,45	90		2,29		15,49		
Масло сливочное Итого:	406	30,00	5,00	11,38			66,04		1,38
2 - ой ЗАВТРАК									
«пичное (мозо«е)	180	189	180		5,22	4,50	8,64	96,30	2,34
Итого:								96,3	№419 СБдошк 2016

МЫКАронные изделия		45,50	45,50								
СЛифАчНеЗМ макаронные изделия	ВОВ	275,00	275,00								
вода		0,50	0,50								
соль иодированная		3,00	3,00								
Масло сливочное Кисель	180	21,00	21,00	-4,91	3,13	27,60	158,16				
Кисель-концентрат		6,00	6,00								
Стор вода	20	20,00	20,00								
Хлеб пшеничный	45			1,52	0,16	9,85	47,05		0,99	№219 Сб	2016 тж
Хлеб ржаной	693			2,97	0,54	17,84	89,19		0,00	6 стр 134,Депи +	2012 табл 6 стр
Итого:						90,04	0,60		9.	144,Дели + 20 [2	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			60,00								
рыба (минтай им БГ) или фарш рыбный		82,20	210 1,20								
крупА МАННАЯ яйцо		2,10	11,20								
Лук репчатый		18,00	0,65								
вода		11,20	0,16								
соль иодированная			2,00								
сахар		0,65	94,40	9,76	6,21	11,74	1434		0,25		ТТК Узз
сухари панировочные		0,16									
Масло растительное		8,00									
Масса полуфабриката		2,00	130,00								
в			5,00								
Картофель		173,00	10,00								
масло растительное		5,00	0,40								
Лук репчатый Морковь соль	140	8,40	25,00	3,05	11,75	21,15	201,60		36,09	№144 сток	2016
иодированная		12,50	6,25								
МухА пшеничная		0,40	1,88								
водрованная			18,75								
шиповник		18,75	0,20								
сахар		0,20	18	0,61	0,25	6,68	31,38		43,92	№399 сб дошк	2016
вода		18,4	180								
Кондитерское изделие	20	180									
Хлеб пшеничный	30	20,00	20,00	1,50	1,96	14,яя	83,40			табл 6 стр 136,Ддетн	
Фрукты свежие апельсин, банан, или я	100	30,00	30,00	0,40	0,24	14,77	70,57		10,00	табл 6 стр 134,Депи + 200	№3ВБ СБ дошк,2016
Итого:		356		17,60	10,81	79,02	576,35		90,26		
ОБЕД	180	1835		52,20	54,36	-5,42	1668,69		03,81		
Смаг из свечей каусты с морковью				0,84	3,05	-5,42	5444		2,79	сб дошк	2016
капуста масса прогретой капусты морковь											
Свор											
Масло растительное				1,42	1,95	8,72	61,74		5,94	сб дошк	20
соль иодированная											
Суп картофельный с поенной крупой на кураном бульоне.											
крупА пшенкАя											
картофель											
Морковь		70,00		5,79	6,24	4,43			0,11	пк 748 от оз.!	0:2022
Лук репчатый		7,50	55,50								
Масло растительное			50,00								
соль иодированная		3,90	6,00								
Бульон		0,30	1,00								
Ежики куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе											
цыплята - бройлеры с/м или фарш вурекный		12,00	0,30								
крупА гречневая		80,00									
отварной гречневое		10,00	12,00 60,00								
Лук репчатый		9, 52	в,00 2,00								
Масло растительное		2,00	1,30								
Васса приттушенного лука		1,30	120,00								
соль иодированная											
мука пшеничная		49,30	37,00								
масса полуфабриката		33,60	32,00								
соус сметанно- томатный;		5,00	5,00								
мука пшеничная		5,90	5,90								
вода			12,50								
томатная паста		18,00	15,00								
соль иодированная		2,50	250								
		0,25	7,50								
		3,50	0,25								
			3,50								
		6,25	60,00								
		1,88	25,00								
		18,75	6,25								
		1,00	18,75 1,00								
		0,20	0,20								

ВСЕ]

День 4 - ый

Наименование и ороду.гов	Мве.са порции	Коп - во брутто	Кол - во непо	Пщевые			Энергетическая ценность Кум	С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			

Кана Геркулесо•Ая молочня с Сливочным	ЗАВТРАК											
кофейный напиток с молоком	Крупа геркулесо•хя молоко Сахар соль иодированная		22,50	22,50								ПК
Бутерброд с маслом соввочным	Кофейный напиток		158,00	158,00	7,46		33,83	251,91	0,36			№414 дели
	Батон нарезной Масло сливочное		2,50 0,50 5,00	2,50 0,50 5,00								
			350 6,00	2,50 6,00	2,85		10,35	74,58	1,17			№1 Дели2016
		30/5	108,00	108,00	2,29	241		111,68				
		406	30,00 5,00	30,00 5,00	12,60	4,50	59,6	438,	1,03			
того:	2 - ой ЗАВТРАК											
Кисломопочный напиток кефир, ряженка, сметан, напиток вондофильный)		180		180,00	2,67	498	12,55	88,91	1,44			№420 СБ 2016
Ито[о:		18				2,98	12,55					
Сават из кукурузы	ОБЕД	50		Д6.50	1,44	3,09	402	132,94	4,65			СБ 2016
Суп горочове.(й с картофелем, с фрикафе.пкдми	кукурузи кус сахар масло растительное	180jЮ	77,66 1,00 3,00	3,00 40 10,00 8,00	6,29		11,94		4,43			№87, сб дошк2016
	Каруофеть горох морковь Лук репчатый Масло растительное соль иодированная вода питьевая Говони• бук (котлетное мясо) или фарш говяжий Лук репчатый Яйцо куриное		53,2 16,2 12,8 4 0,7	4 0,7 16 140 11,4 1								
	Вода питьевая Соль йодированная полуфабриката											
	говядина (котлетное укс.о) фарш Лук редчвгий масло растительное Хлеб пшеничный вода питьевая сахари пазировочные соль иодированная Хлеб пшеничный Укса полуфабриката уведо растительное			14,3 49 49 12,6 1,5 11 14,00								
Котлеты рубленые из говядины	капуста свежая масло расткельное морковь лук репчатый гов•тная паста мука пшеничная сахар соль йодированная урюк	70	14,00 7 0,7	7 84 149 4,55	11,79	13,09	11,51	211,06	0,84			СБ дошкодн. №299, 2016
Капуста Бшен•я		130	186,3 4,55 3,25 6,19 3,12 1,56	5,2 3,12 1,56 1 0,5	2,65	4,78	10,26	100,10	22,20			№ зоз сбшк2017
из урвз•а			0,5	18,0	0,40		0,02	16,60	68,20	2,44		№394 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный		25	18,4	6,0	1,90	одо				0,00		
Хлеб тг•о:		45	183	25,00	2,97	0,54	ДЗО 17,84	58,75 89, 19				табл 6 стр 134.Дели + 2012 табл 6 стр
		690	25,00	45,00	27,45	27,37	84,4	709,89	34,			144,Дели + 2012
Омлет с сыром	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК яйцо молоко сыр масло сливочное соль иодированная масса готового рми чай весовой сахар Вода крекер	150	120 57 15,3 з	100 57 15 з	П, 12	13,08	25,64	237,07	05			№229, сб дошк2016
Чай с		180/6	0,45 6,00 180,00	150 0,45 6,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03			№ 392 дели 2010
Кондитерское изделие		20	20,00	180,00	1,80	3,59	14,76	89,74	0,00			
Хлеб П(венчней		30	зоро	20,00	2,28	0,63	12,63	70,50	2,50			табл 6 сар 134.Депч + 2012
Сок в инд уодовке		511	125	30,00	15,89	16,93	71,82	474,41	2,88			№418 Дели2ГЛБ
Ито' о:												
ВСЕГО:		1787			\$8,61	63,71	228,51	1711,38	40,91			

Наименов.ние блюда	Масса	Кол - во	Код - во (в	Пищевые вещества		Энергетичеспя	Вит•чнин	Сборник
		брутто			жиры			

День 5 - ЫЙ								
-------------	--	--	--	--	--	--	--	--

	МАСЛО сливочное готового фарша	180/6/7	190,70	143,45	0,13	0,03	34,77	26,48	2,83	№412 Де.и.2016
	Картофель	60	12,72	136,60						
	масло отварного картофеля протертого		1,80	10,60	3,50	3,75		187,00	0,03	№437 сб 2016
	Лук репчатый		1,90	1,80						
	МАСЛО растит.пное припушенного		0,60	1,80			14,77			
	ЛУКЕ		3,20	0,60			9,80			
	Масло сливочное	30		3,20		0,24	91,25	70,57	0,00	табл 6 стр 134.Дени + 2012,
	водворзня сух*ри		7,50	175,00	2,28	0,40		47,00	10,00	
	п*нирочные псуф.бри*дта		2,00	30,00	0,40	26,27		695,44	21,31	
	выход готовойзалеканки		22,50	2,00						
	Соус сметанный :		0,45	2250						
			8,00	0,45						
			180,00	6,00						
	Мука [гоуенчная		30	7,00						
			1,32	180,00						
	чай весовой		1,32	30						
			2,04	1,32						
	вода			1,32						
	Мука пшеничная в/с		14,04	204						
	Мука твенчн*я		27,6	1,5						
	Мас*о сливочное		0,19	0,36						
	СИАрный песок		1,44	14,04						
	Яйцо »р*ное		30,00	27						
	Соль йодированная Дрожжн сухие		100	0,19						
	ведя литьевая понимо									
	Масло растительное			30,00						
	Яйцо куриное			100						
	мандарин)									
Чай с и ливонОм										
Пиро*ок еченный с,по*ндпом										
Хлеб пшеничный										№386 СБ до.»
Фрукты (яблокн,иди впельемН, И.пи										к.20 6
Ито, о: ВСЕГО:		613	1902		24,90	63,12		1801,46	40,12	

2 неделя

День 6 - ый

		брутто	непо	белки	жиры	угл-ды	Ккал	с	
кАииа гноенная молочни с маслом сливочным	ЗАВТРАК	22,50	22,30						
		68,00	90,00						
		2,50	68,00						
Чай с молоком,сахаром	крупн 0,,оеННДЯ Мод*о»	0,50	2,50	5,19					
	Вода	5	0,50						
	Сахар	0,45	0,45	6,78	24,95		197,44		ТТК№6Д
	соль йодированная	6							
	Масло сливочное	92	90	3,03					
Бугерброд с сливочным	чай весовой Сапр	90	90		2,40	10,48	75,76		413 сбл*шк 2016
	Вода	30,00	30,00	2,29					
	Батон н*реуной	5	5,00	4,50	15,49		111,68	1,38	Дени2016
	Мвс.до с*ввочное			10,51	13,	.9	384,88	1,38	
Ито\ о:									
1 Кисломолочный напиток (кефир, к. «урт)	2 - ой ЗАВТРАК кмс.ячолочный			2,58	3,10	13,60	9139	0,54	К420СБдо,цк 2016
Ито го:		180			3,10	13,60	91,	0,54	
Салат из моркови	ОБЕД	72,00	57,60	0,79	0,06		21,80	1,56	ТТК
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне ,со сметаной	Узе.во растительное	3,00	3,00						
				1,48	4,59		85,97	371	№63,сбл*шк2016
	Капуста	60	20,00			4,55			
	К*рт*эфель		21,28						
	Морковь	180/7	12,50			8,12			
	Лук репчатый Лук		9,52						
	Свекла с		41,00	32,00					
	Томат-п.ста		0,90	0,90					
	Мде.ло растительное соду		1,00	1,00					
Бефстроганов из отварной говядины	йодированнаяБульон		4,00	4,00	11,55	9,80	144,80	счзо	№294,374СБ 2016
	Сметана		140,00	0,60					
		40/40	7,00	140,00					
	Гов*дина лопатка Ук		7,00	7,00			3,02		
	Соль йодированная								
Верчиюельотварная	Сметана		6,4,00	64,00	3,72	1,26	141,76		№219, сб доив-2016
	Мука птеничная Мс вода		0,40	0,40					
	питьевая Сод»		9,00	9,00				0,65	

Наименование продуктов / блюдо и	М*сса порции	Кол - во (р Гр)	Кол- во	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Сборник

Напиток из сухофруктов	Лук репчатый МзеноСливочное вермишель	ВО	2,70 27,00 0,32	270 27,00 0,32	0,60	0,08	27,67	72	№394 Сб 2016
Хлеб ржаной	соль подвровчнная Вода сливочное сухофрукты	45	0,80 45,50 0,35 275,00 2,00 6,00 183,00 45	8,00 0,80 45,50 0,35 275,00 2,00 15,00 6,00 183,00 45	2,97	0,54	17,84	89,19	табл 6 стр Г44,Дели + 2012
Итого о:		682			21,11	16,33	7,97	10,	

	УШОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		10,70 21,0 10,7	10,7 21,0 10,7					
	посылка Низ: Масло сливочное		78,50 15,00 18,0	78,5 15,0 15,0					
	Мука пшеничная Сахарный песок творожная начинка: творог Стхрный Песок Яйцо куриное посылка низ: сливочное		4,25 7,80 4,25	4,25 7,80 4,25		1,96 0,00			ТТК №810 от 15.02.2023
Вйтрупп Еоролевсия	Мука пшеничная Сирный песок		18,4 6 180	18 6 180					
	шиповник сахар вода		20 125	20 125					№399 сб дошк 2016
Найпиток из шиповника							31,38		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
Кондитерское издаеae Сок в унд упаковке		125			0,63	13,1	14, 12,63	\$ 3,00 2,50	№418
Итого: ВСЕ1 О: День 7- ой		75			21,18	13,1		571,78 03,59	46,42

Новенование блюд и проду.гОв	Кол - во	Коп - во	Пищевые вещества			Энергетичесм	Витамин с	
			бел «и	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК								
КААВа ячном водочная с	180/5		6,06	499	30,07			ПК МОД

	Крупа ячневая Модoko вода		90,00	6Я.oo									
	иодироcаннм Масво сливочное		6Я.oo	0,50									
	Кофейный НыПкГОК		2,50	5,00									
	Мовo•o		0,50	2,50									
			5,00	«00									
			2,50	90,00									
	Батон наречной Мведo сливочное сыр		6,00	90,00	30,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016		
	Кофейный напиток с МеАОКоч		108,00	10,00									
		30/5	30,00	10,20		2,29	4,50	15,49	111,68		дели2016		
	угерброд с сливочным		10			2,63	2,66		34,33				
	Сыр порционно Итог о:		416			13,83	16,56	55	448,59	1,17	сбшк2017		
	Кисломолочный напиток (Кефир, ря. снкцштк, ацидофильный)	2 - ой ЗАВТРАК	180[3			5,31	4,58			1,26	№420 СБ довгк2016		
		напиток кисломолочный						8,00	91,50				
			185,00	180,00									
			3,00	3,00				8,00	91,50				
										279			
			70,00										
	ОБЕД												
	капуста мдол прогретой		7,50										
	капусты		3,00										
	морковь												
	Сахар		0,30								4,14		
	Масло растительно												
	соль иодированная												
	картофель		8,6										
	Морковь		0,3	55,50									
	лчатый Л		135	50,00									
	растительное у			6,00									
	иодированная к		0,6	1,00									
	репчатый Масло соль во		1,9	3,00							2,39		
	бульон		8,8										
			0,1	5,5									
	мука пшенично Масло			7,20									
	сливочное			7,20									
	яйцо		48,80										
	вода ,соль		31,70	0,3									
	иодированная масса		4,20	135									
	теста			18									
	масса готовых клецек			5,5									
				0,6									
	ЦБНтпязтз - бройлеры Бм фрцл		1,50	0,6		0,84							
	куркный	60	0,30	1,6				5,42	52,44		сб додж 2016		
			3,50	0,16									
	рис			16,20									
	массотварного рсыпчатого рвеа		6,25	18,00		3,77							
	на Лук репчатый	180	1,90				4,26	13,55	117,36		№91,128 сб дожк 2016		
	Масло ромтепное		18,80	31,70									
	масса припушенного		1,00	31,70									
	соль иодированная		0,20	5,00									
	мука пшеничная		159,60 ц 12	4,20									
	масса полуфабриката		5,00										
	соус сметанно- томтгный:			12,50									
	свежана мука пшеничная		0,52	9,00									
				1,50		8,37							
	пакта соль	5V25	31,92	7,50			6,70	18,22					
	иодированная		6,00	0,30									
	Картофель		183,00	3,50									
	Молоо			60,00									
	Масло спичочное сову			25,00									
	иодированная ябвоки све.не			6,25									
				1,90									
				1830									
				1,00									
				0,20		386							
	Пюре Картофельное	140		115,70			4,48	19,08	128,10		339 СБ 2016		
				21,00									
				5,00 0,52									
	Компот из яб.ок	180		23,00			0,14	25,09	103,14		342 сбшк2017		
				6,00									
				183,00									
	Хлеб	45				2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012		
	того:	680		4<.oo		18,	19,18	99,20	661419				
	УПЛОТНЕННЫЙ ВОЛДНИК	70				8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ПК		
	Бкуочкм рубленые из рыбы												
	рыба (минтай с.м БГ) или												
	фарш рыбный крупа манная												
	Лук репчатый		71,4	1,05									
	вода		55,1	13,0									
	соль иодированная			10,0									
	сахар		1,26	0,5									
	сахари ванировочн		15,5	0,2									
	Масло растительно			7,0									
		ВОД	10,0	1,8		3,80	2,37	26,43	141,96	1,36	сб дошв2016		
			0,5										
			0,2										
			7,0										
			1,8										
	крупа гречнец вода			54,70									
	питьевая			82,00 сизз									
	соль иодированная			115,oo									
	масса каши			17,00									
	морковь лук репчатый		54,70	2,00									
				82,0									
				0									
				0,33									
			22,00										
				2,40									

Чай с мармеладом чай	масса: какао с маслом сливочное	мармелад	весовой	- 3,00	130,00	3,00					
вода			питьевая		0,45	0,45					
Фрукты свежие (яблоки, лимоны, апельсины, и др.)	банан, или мандарин				160	160		19,32			
					10	10		0		0,02	№ 41 Г сб 2016
					100	100		9,80			
Хлеб				30	30	30		0,40	47,00	10,00	№386 СБ
Итого:							2,28	0,24	14,77	0,00	2012
ВСЕГ				1782			\$3,12	48,76	243,71	11,60	
									1658,30	41,12	

Наименование блюд и продуктов		Меся порции	Коды во (В Гр) РУПО	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	
					без «жмуры»			Килл		
ЗАВТРАК								1,05		
КАШЕ МАННАЯ молочная с маслом сливочным										
Крупа м.нн.я							29,13			
Молоко Сир										
Масло сливочное								178,49		
К с медоком										
КакА0-порошок свар Молоко вода			22,50							
Масло сливочное			158,00	22,50						
Масло сливочное		180/5	2,50	158,00	5,17	4,31			ТТК №4Д	
Масло сливочное			0,50	2,50 0,50			15,49			
Масло сливочное			5,00							
Масло сливочное		180	2,00	300 6,00	3,67	3,19		111,68	№397 депи2010	
Масло сливочное			6,00							
Масло сливочное			110,00	80,00						
Масло сливочное		30/5	30,00	36,00	2,29	4,50				
Масло сливочное			5,00	5,00					Дели2010	
Итого:		400	5,00	5,00	11,13	12,00				
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое		180		180,00	5,22	4,50	8,64	380,	2,	№419 СБ дошк 2016
Моноко								96,30	2,34	
Итого:		180			5,	4,50	8,	96		
ОБЕД									2,34	
Салат из отварной свеклы									5,70	
Масло растительное										
Щи с свеклой х.пуктой с картофелем на курином бульоне со сметаной									8,00	
Капуста свежая Картофель Морковь										
Лук репчатый Масло растительное соль			72,96	57,00						
Лук репчатый Масло растительное соль			3,60	3,60					0,72	
Жареное из филе птицы цыплята - бройлеры Им масса: говядины										
ГОНЦЫ										
картофель										
лук репчатый морковь		60	50,00	40,00		3,66	5,01			2,44
Масло сливочное соль модифицированная вода			31,92	24,00						
Масло сливочное соль модифицированная вода			12,50	10,00				56,34		
Масло сливочное соль модифицированная вода			9,52 4,00	8,00 4,00						
Компот Из урюка			0,70	0,70						
Урюк		180/7	7,00	7,00	1,36	4,59	4,77		16,86	№73, сб дошк 2016
вода										
Хлеб ржаной								70,02		
			107,3	101,2						
		200	193	145,1	15,67	10,64	19,60			ПК лот 24062020
			15	12,5				236,20		
			79	<<3						
		180	0,8	25,1	0,40	0,02	16,60			№394 сб дошк2016
			18,40	8,00						
			6,00	6,00						
		45	183,00	10,00	2,97	0,54	17,84			табл 6 стр 144, Дели + 2012
		672	00	45,00	1,26	19,45	63,82	89,19		
ПОЛДНИК		150			П, 12	3,08	25,64	237,07	0,28	дошагнь
Омлет натуральный										
яйцо		180/6			0,06	6,02		24,10		№ 392 дош 2010
молоко										
масса омлетной см				80						
масло сливочное		50	96	75	4,22		29,22			блюдо и купленные сту 150 СБ
соль модифицированная			75	155						
масса готового см				2,5						
			35	150						
Чай с сидром чай Усовой										
			0,45	0,45						
Слойка			180,00	180,00						
Мука пшеничная										
Мука пшеничная			31,00	33,00						
дрожжи сухие			1,00	1,00						
соль модифицированная			0,40	0,40						
Сахар			0,40	0,40						
Масло сливочное			0,40	0,40						
Яйцо			1,00	1,00						
молоко			2,50	2,50						
масса теста			3,00	2,50						
Сахар			12,50	12,50						
Масло сливочное			5,00	5,00						
			2,50	2,50						

чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						
лимон		8,00	7,00						
Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие		100	100						
(яблоки, или апельсин, или бананы мандарины)									
того:	100			0,40	0,40	9,яо	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
ВСЕГО:				10,35	4,	62,56		1324	
				58, 1	49,54	211,37	1534,		

День 10 - ый

Наименование и продуктов	Мкс;	Кол - во брутто	Код - во нетто	жиры			Энергетически Вечность	танин	Сборник рецептов
				угл-ды					
ЗАТАК КАНАГеркулесовая МОЛОЧнц С ма.сдс.М сливочным Крупа геркулесовая						33,83	251,91	036	
Сагр соль иодированная			22,50 158,00		9,52		74,58	1,17	
Медсо с..ввочное Кофейный напиток с молоком			22,50 158,00			10,35			
Кофейный	180/5		350 0,50	5,00	7,46	2,41	15,49	111,68	
Вода			5,00	2,50					ТТК №5Д
Бутерброд С удс.ВОМСливочным	180/6		2,50 6,00 90,00	6,00 90,00	2,85	4,50			
Батон нарезной			2,50 6,00 90,00	6,00 90,00					МЗ95 делил Н)
Масло итогов:	30/5		30,00 5,00	30,00 5,00	2,29				Иде.,иОЮ
2 - ой ЗАВТРАК	40				11,60				
Молоко кипяченое (молоко) молоко	180				5,22	16,43 4,50		2,03	
Итого:	180						8,64 96,30	2,34	№419 СБ 2016
ОБЕД	180				5,22			2,34	
Сапат из свежей капу©ты кдтгуба Сагр иодированная, Мае.оо растительное соль Рассольник картофель бульоне, сс					0,84		8, 6	6	2,79
Крупа перловая Морковь Лук репчатый					2,99				6,11
Маево растительное 01урцы соленые водровчндя Будьон			70,00 7,50	55,50 50,00	10,69	3,05	5,42	52,44	0,74
Гудяш из отварной говьяны говядина 6/К Соль иодированная УЕ:саотврной говядны Морковь лук репчатый ВОДЕ питьевая томатная паста мука пшеничная Ме растительное			1,00 3,00	6,00 1,00 3,00 0,30					
Макаронные из.дел«я отврныр мак*ронные издезяня вола соль иодированная			79,80 8,00 4,76 3,00	8,00 8,00 4,00 3,00	3,92	8,01	25,60	198,54	
МАСЛО сливочное и яблок сване	60		21,84 0,70	12,00 0,70	0,35		2,62	131,20	1,44
Кокоетт из отварных сухофруктов Вода			132,00 7,00	132,00 7,00		- 11,26			
Хлеб роной	ПОП		64,00 0,40 17,50 8,50 30,00 1,20 2,00 270	64,00 0,40 40,00 14,00 7,10 зоро 1,20 2,00 470		2,97			
	40/40		45,50 275,00 0,50 2,00	45,50 275,00 0,50 2,00		0,54	17,84	89,19	
	ВО		14,30 9,20 183,00	14,50 9,00 14,40 183,00					№219 СБ 2016
	45		6,00	6,00					ПК
	682		45,00	45,00					табл 6 стр 144Деди + 2012
УПЛОТНЕННЫЙ ИОЛДНИК	70		63,30	46,2	21,7	26,34	7,82	724,43	

Котлеты рыбные рыба (минтай сл БГ) соль чодвров•нная	13Q12	0,7	0,7	8,99	4,26	31,72			
хлеб пшеничный		12,6	12,6						
молоко		18,20	7,0						
булочки панированные ирисовые макае полуфабрикга		7,0	81,0						
Узе.по растительное ис отирной рассыпчатый с	18046	3,0	3,0	3,13	2,48	6,68	101,72	0,46	№234 сб иж 2017
узевоч									
Крупа рисовая соль		0,60	46,60						
Вода иодированная		281,70	0,60						
Масло сливочное питьевая		2,00	281,70		0,25		161,79		№304 сб 2017
Молоток из шиповника		18,4	2,00						
Шиповник			18				31,38	43,92	№399 сб . 2016
Вода питьевая		180	180						
Кондитерское изделие	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	156,80		табл 6 стр 134, Дели + 20 [2
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00		0,24	14,77	70,57	0,00	стр 134, Дели + 20 [2
Сок в вил	125	125	125	0,63	0,00	- 12,63	53,00	2,50	№418
ВСТ	1851			18,64	11,14	103,38		46,	
ИТОГ за дне	18030,00			58,23	58,42	277,01	1844,16	62,33	
ИТОГО за 1 день в с мнем на 1 воспнт•нвка	1803 00			81,51	362,2	23 0,32	887,3		
ИТОГО за 1 день в с мнем на 1 воспнт•нвка	1803 00					236 03	168 74	47	

- 1.Предусмотренные среднесуточные нормы,
- 2.,При отсутствии каких-либо продуктов, в целях на равнОценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белом и углеводам
3. При разработке меню лги пошкольных учре.ле«иб (ДОУ) были использованы следующие
 - 1.Сборник рецептур б«в.д и кулинару«ых изделий для учреждений, Тугельян В.А., МогильныйМ.П. Моек— Дети т•рвкг 201 Ог.
 - 1.2 Сборник рецепт бу«од и кулинарных изделий мя предприятия общественно!» школах, Тугельян В.А. 2004 г.
 - 1.3 Таблица химичес(ого и калорийной«ти российских продуктов питания Тугельян В.А., Мое«ва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептур б«ольдиза детей г. Моеквы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологичес.их рене;пур блюд кулин•рных для детского питания», «Пвр•гнер 2010
 - 1.6 Сборник рецептур на продукци«в) для детей в довзкозгных Тугельгн В.А., МогильныйМ.П. Дели плюс 201 Бг. 3. В меню претуемотрено сырь: говядина 1 коесторц« упитанности ; птица охлажд«нная потрошено рыба моро—енм крупная средняя потрооеннм без головы куриные условно при массе брутто 48г- массой непо 40г картофель рассчитан по закладке продуктов с!. отходы) морковь, свекла Рвссчитаныс 1.09 (207' отходу) масло СЛАВОЧНОе с массовой долей огурцы соленые в бан«ах без уксуса, с лимонной кислотой сметана с уксов0Й долей кисломолочные продукты, молоко с ужсовой долей жира