

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



День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества					Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Витамин С		
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,36	9,85	29,49	229,05	0,86	ГТК №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 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	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2016
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, катык, напиток ацидофильный)	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						
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД									
Икра кабачковая	50			0,45	2,35	2,97	34,80	2,77	№54 СБ дошк 2016
икра 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 дошк2016
говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
Масса полуфабриката			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
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		140,00	140,00						
Котлеты рубленые из говядины	70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СБ дошкольн №299, 2016
говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий		51,16	49,00						
Лук репчатый		51,16	49,00						
Хлеб пшеничный		14,64	12,30						
вода питьевая		11,00	11,00						
сухари панировочные		14,70	14,70						
соль иодированная		4,00	4,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
масса полуфабриката			84,00						
масло растительное		0,80	0,80						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	142,30	1,36	№180 сб дошк2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль иодированная		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						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 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_Делм + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144_Делм + 2012
Итого:	693			26,73	26,03	94,44	722,18	11,80	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
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 6 стр 136,Ддели + 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	таол 6 стр 134,Ддели + 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
Итого:		556			18,32	15,15	68,02	484,71	27,45	
ВСЕГО:		1832,00			60,78	62,44	227,99	1724,20	42,54	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ГТК №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 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						
Итого:	403			12,09	16,87	55,74	426,87	2,36	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
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			1,50	4,77	8,12	87,64	7,71	№63,сбдошк2016
		18,75	15,00						
		19,95	15,00						
		12,50	10,00						
		9,60	8,00						
		38,40	30,00						
		1,80	1,80						
		1,00	1,00						
		3,60	3,60						
		0,80	0,80						
		140,00	140,00						
		7,00	7,00						
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сбдошк2016
		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

	яблоки свежие		34,00	30,00						
	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, Дели - 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели - 2012
Итого:		697			18,88	19,73	101,02	677,79	9,74	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сбдошк 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		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:		593			28,72	27,07	85,28	700,12	7,37	
ВСЕГО:		1873,00			64,90	68,17	249,60	1896,78	19,92	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов	
		(в гр.)	(в гр.)	белки	жиры	угл-ды				
		брутто	нетто				Ккал	С		
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ТТК №10Д	
		22,50	22,50							
		90,00	90,00							
		68,00	68,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		5,00	5,00							
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 маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
		30,00	30,00							
		5,00	5,00							
Итого:	406			11,38	13,89	56,04	415,44	1,38		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016	
кисломолочный напиток	185		180							
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45		
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016	
		72,96	57,00							
		3,60	3,60							
Суп картофельный с пшеничной крупой на курином бульоне	180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016	
		12,00	12,00							
		80,00	60,00							
		10,00	8,00							
		9,52	8,00							
		2,00	2,00							
		0,70	0,70							
		120,00	120,00							
Ежики куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе	50/25			5,79	6,24	4,43	96,78	0,11	ТТК 748 от 03.10.2022	
		49,30	32,00							
		33,60	32,00							
		5,00	5,00							
		5,90	5,90							
			12,50							

	Лук репчатый		18,00	15,00						
	Масло растительное		2,50	2,50						
	масса припущенного лука			7,50						
	соль иодированная		0,25	0,25						
	мука пшеничная		3,50	3,50						
	масса полуфабриката			60,00						
	соус сметанно- томатный			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	томатная паста		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150/3			4,91	3,13	27,60	158,16		№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		180			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 пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	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
Итого:		693			18,01	15,77	89,63	584,50	11,05	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Биточки рубленные из рыбы		80			9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		82,20	60,00						
	крупка манная		63,00	60,00						
	яйцо		2,10	2,10						
	Лук репчатый		1,44	1,20						
	вода		18,00	15,00						
	соль иодированная		11,20	11,20						
	сахар		0,65	0,65						
	сухари панировочные		0,16	0,16						
	Масло растительное		8,00	8,00						
	Масса полуфабриката		2,00	2,00						
				94,40						
Картофель тушёный с овощами в соусе		140			3,05	11,75	21,15	201,60	36,09	№144 сбшк 2016
	Картофель		173,00	130,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,40	7,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	соус			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	соль иодированная		0,20	0,20						
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		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136 Дели + 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,50	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	табл 9 стр 186 Дели + 2012
Итого:		556			18,70	20,91	90,22	624,28	90,26	
ВСЕГО:		1835			53,32	55,07	243,45	1716,22	103,14	

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			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
		22,50	22,50						
		158,00	158,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
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 Дели 2016
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	406			12,60	16,43	59,67	438,17	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ашдофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
		185,00	180,00						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									

Салат из кукурузы к/с	кукуруза к/с сахар масло растительное	50	77,66 1,00 3,00	46,50 1,00 3,00	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	№12 СБ дошк 2016
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	Картофель Горох Морковь Лук репчатый Масло растительное соль иодированная вода питьевая Говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий Лук репчатый Яйцо куриное Вода питьевая Соль иодированная масса полуфабриката	180/10	53,2 16,2 12,8 9,6 4 0,7 140 11,97 11,97 1,19 0,96 1 0,1	40 16 10,00 8,00 4 0,7 140 11,4 11,4 1 0,8 1 0,1 14,3	6,29	5,65	11,94	132,94	4,43	№87, сб дошк 2016
Котлеты рубленые из говядины	говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий Лук репчатый масло растительное Хлеб пшеничный вода питьевая сухари панировочные соль иодированная масса полуфабриката масло растительное	70	51,18 51,45 14,64 1,50 11,00 14,70 4,00 0,70 0,80	49,00 49,00 12,63 1,50 11,00 14,70 4,00 0,70 84,00 0,80	11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СБ дошк ольи №299, 2016
Капуста тушеная	капуста свежая масло растительное морковь лук репчатый томатная паста мука пшеничная сахар соль иодированная	130	186,3 5,25 3,25 6,24 3,12 1,56 1 0,5	149 5,25 2,6 5,2 3,12 1,56 1 0,5	2,65	4,78	10,26	100,10	22,20	№ 303 сб шк 2017
Компот из урюка	урюк Сахар вода	180	18,4 6 183	18,0 6,0 183,0	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	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		
Итого:		690			27,45	27,36	84,47	709,89	34,56	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Эч-почмак с курицей	Мука пшеничная мука пшеничная на подпыл яйцо куриное Масло сливочное Сахарный песок Молоко Дрожжи сухие соль иодированная масса теста цыплята - бройлеры с/м картофель Лук репчатый Масло сливочное соль иодированная масса фарша яйцо куриное масло растительное для смазки изделий масло растительное для смазки листа	100	31,00 1,00 3,12 2,60 1,00 12,50 0,30 0,40 50,00 35,42 37,50 10,38 4,50 0,53 1,92 0,30 1,00	31,00 1,00 2,60 2,60 1,00 12,50 0,30 0,40 50,00 23,00 30,00 8,65 4,50 0,53 1,60 0,30 1,00	11,20	6,35	37,90	268,00		ТТ по АП от 23 05 2022
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
Сок (нектар) разливной		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		486			12,26	6,37	64,12	376,54	4,03	
ВСЕГО:		1762			57,54	54,67	215,82	1616,60	41,07	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр.)	Кол - во (в гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	200	16,00 1,60 140,00 60,00 2,00 1,00	16,00 1,60 140,00 60,00 2,00 1,00	5,75	5,21	16,83	132,40	0,76	№100, сб дошк 2016
Каша с молоком	180	1,00	1,00	3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели 2010

	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		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		426			13,03	14,23	48,14	367,91	2,23	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)		180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток сахар		185,00	180,00						
			3,00	3,00						
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
	ОБЕД									
Икра кабачковая		50			0,45	2,35	2,97	34,80	2,77	№54 СБ дошк 2016
	икра кабачковая		51,00	50,00						
Рассольник домашний на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной		180/10/5			3,00	5,74	10,11	111,14	9,57	№81 сб дошк 2016
	Картофель		71,82	54,00						
	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						
	цыплята-бройлеры с/м		17,50	11,40						
	или фарш куриный		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		150/30			17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий		39,00	37,50						
	Масло растительное		39,40	37,50						
	масла готового мясного фарша		2,80	2,80						
	Картофель			30,00						
	картофель		190,70	143,45						
	картофель протертый			136,60						
	Лук репчатый		12,72	10,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
	масла припущенного лука			7,70						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	сухари панировочные		3,20	3,20						
	масла 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		180			0,35	0,12	26,2	108	1,44	ГПК
	яблоки свежие		16,53	14,50						
	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		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:		650			24,66	27,59	78,67	661,12	18,90	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Суфле рыбное		80			12,81	6,41	3,29	122,00	0,26	№ 284 сб дошк 2016
	минтай ПБГ с/м		103,68	72,5						
	масса отварной рыбы			58						
	соус молочный									
	молоко		20,3	20,3						
	масло сливочное		3,5	3,5						
	мука пшеничная в/с		3,5	3,5						
	вода		4	4						
	соль иодированная		0,22	0,22						
	масса густого молочного соуса			27						
	яйцо куриное		12	10						
	масло растительное		3	3						
	масса полуфабриката			92						
	масса готового суфле			80						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/3			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		98,00	98,00						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
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						

Пирожок печеный с повидлом	димон		8,00	7,00							
	Вода		180,00	180,00							
		60			3,50	3,75	34,77	187,00	0,03	№437 сб дошк 2016	
	Мука пшеничная в/с		30,00	30,00							
	Мука пшеничная в/с		1,50	1,50							
	Масло сливочное		1,36	1,36							
	Сахарный песок		1,60	1,60							
	Яйцо куриное		1,92	1,60							
	Соль йодированная		0,50	0,50							
	Дрожжи сухие		0,24	0,24							
	вода питьевая		12,00	12,00							
Повидло		20,4	20								
Масло растительное		0,20	0,20								
Яйцо куриное		1,44	1,2								
Хлеб пшеничный		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	
Итого:		596			22,26	16,29	101,42	645,06	13,12		
ВСЕГО:		1855			65,17	62,61	238,42	1776,09	35,51		

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5			5,19	6,78	24,95	197,44		ТТК № 6Д
крупа пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		5	5						
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 Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	406			10,51	13,68	50,92	384,88	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками	60			0,65	0,11	5,18	24,24	1,04	№39 сб дошк 2016
морковь		57,25	45,80						
яблоки свежие		17,10	15,00						
сахарный песок		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
Капуста свежая		20,00	16,00						
Картофель		21,28	16,00						
Морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Свекла		41,00	32,00						
Сахар		2,40	2,40						
Томат-паста		1,00	1,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,70	0,70						
Бульон		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Бефстроганов из отварной говядины	40/40			11,55	9,80	3,02	144,80	0,30	№294,574 СБ дошк 2016
Говядина лопатка б/к		64,00	64,00						
Соль йодированная		0,40	0,40						
Сметана		9,00	9,00						
Мука пшеничная в/с		2,70	2,70						
вода питьевая		27,00	27,00						
Соль йодированная		0,32	0,32						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло сливочное		0,80	0,80						
Вермишель отварная	130			3,72	1,26	27,63	141,76		№219, сб дошк 2016
вермишель		45,50	45,50						
соль йодированная		0,35	0,35						
Вода		275,00	275,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,10		табл 6 стр 144_Дели + 2012
Итого:	682			20,97	16,38	78,60	557,48	9,70	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Ватрушка королевская	150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК №810 от 15.02.2023

	посыпка низ:									
	Масло сливочное	10,70	10,7							
	Мука пшеничная	21,0	21,0							
	Сахарный песок	10,7	10,7							
	творожная начинка:									
	Творог	78,50	78,5							
	Сахарный песок	15,00	15,0							
	Яйцо куриное	18,0	15,0							
	посыпка низ:									
	Масло сливочное	4,25	4,25							
	Мука пшеничная	7,80	7,80							
	Сахарный песок	4,25	4,25							
Напиток из шиповника	шиповник	180	18,4	18	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	20	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Сок (нектар) разливной		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№118 Дели2016
Итого:		550			21,55	13,17	100,12	603,22	94,00	
ВСЕГО:		1818			58,25	47,73	237,20	1637,58	105,53	

День 7- ой

Наименование блюдо и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5			6,06	6,99	30,07	228,00		ГТК №10Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
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						
		10,20	10,00	2,63	2,66		34,33		№15 сб шк2017
Сыр порционно	10								
Итого:	416			13,83	16,56	55,91	448,59	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Капуста тушеная	50			1,03	1,62	4,71	37,55	3,10	№139 сб шк 2017
		71,25	57,00						
		2,00	2,00						
		3,75	3,00						
		4,80	4,00						
		1,20	1,20						
		0,50	0,50						
		1,50	1,50						
		0,30	0,30						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180			3,77	4,26	13,55	117,36	4,14	№91,128 сб дошк 2016
		79,8	60						
		9	7,20						
		8,6	7,20						
		1,8	1,8						
		0,6	0,6						
		135	135						
			18						
		5,5	5,5						
		0,6	0,6						
		1,92	1,6						
		8,8	8,8						
		0,16	0,16						
			16,20						
			18,00						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/25			8,37	6,70	18,22	170,97	2,39	ГТК 698 от 09 04 2021
		48,80	31,70						
		31,70	31,70						
		5,00	5,00						
		4,20	4,20						
			12,50						
		10,80	9,00						
		1,50	1,50						
			7,50						
		0,30	0,30						
		3,50	3,50						
			60,00						
			25,00						
		6,25	6,25						
		1,90	1,90						

Пюре Картофельное	вода		18,80	18,80								
	томатная паста		1,00	1,00								
	соль иодированная	140	0,20	0,20	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№ 339 СБ дошк 2016		
Компот из свежих яблок	Картофель		159,60	119,70								
	Молоко		22,12	21,00								
	Масло сливочное		5,00	5,00								
	соль иодированная	180	0,52	0,52	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	342 сб шк 2017		
Хлеб ржаной	яблоки свежие		34,00	28,00								
	сахар		6,00	6,00								
	вода	45	183,00	183,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144.Дели + 2012		
Итого:		670			19,14	17,75	98,49	646,30	27,40			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Биточки рубленые из рыбы	рыба (минтай с/м БГ)	70	71,4	52,5	8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3		
	или фарш рыбный		55,1	52,5								
	крупа манная		1,8	1,8								
	яйцо		1,26	1,05								
	Лук репчатый		15,5	13,0								
	вода		10,0	10,0								
	соль иодированная		0,5	0,5								
	сахар		0,2	0,2								
	сухари панировочные		7,0	7,0								
	Масло растительное		1,8	1,8								
	Масса полуфабриката			83,0								
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	крупа гречневая	130/3	54,70	54,70	4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк2016		
	вода питьевая		82,00	82,00								
	соль иодированная		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								
Чай с мармеладом	чай весовой	160/10	0,45	0,45	0	0	19,32	72,89	0,02	№ 411 сб дошк 2016		
	вода питьевая		160	160								
	мармелад		10	10								
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0,90	0,20	8,10	43,00	15,00	табл 9 стр 186.Дели + 2012		
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134.Дели + 2012		
Итого:		503			15,81	11,84	72,80	483,36	16,60			
ВСЕГО:		1769			54,01	50,65	234,76	1670,25	45,62			

День 8 - ой

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды					
ЗАВТРАК											
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д		
		Крупа манная	22,50	22,50							
		Молоко	158,00	158,00							
		Сахар	2,50	2,50							
		соль иодированная	0,50	0,50							
Какао с молоком	180	Масло сливочное	5,00	5,00	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							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Вода	80,00	80,00							
		Батон нарезной	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели2010	
		Масло сливочное	5,00	5,00							
Итого:	400			11,43	14,44	55,46	401,96	2,48			
2 - ой ЗАВТРАК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/3	ацидомолочный напиток	185,00	180,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016	
		сахар	3,00	3,00							
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26			
ОБЕД											
Салат из отварной свеклы	60	Свекла	72,96	57,00	0,86	3,66	5,01	56,34	5,70	№34, сб дошк 2016	
		Масло растительное	3,60	3,60							
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 иодированная	0,60	0,60							
		Вода	140,00	140,00							
		Сметана	7,00	7,00							

Жаркое из филе птицы	цыплята - бройлеры с/м масса готовой мякоти птицы картофель лук репчатый морковь Масло сливочное соль йодированная вода питьевая	200	107,3 193 15 7,9 5,1 0,8 25,1	101,2 44 145,1 12,5 6,3 5,1 0,8 25,1	15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ГТК 580 а от 24.06.2020
Компот из урюка	урюк Сахар вода	180	18,40 6,00 183,00	18,00 6,00 183,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144.Дели + 2012
Итого:		672			21,26	19,45	63,82	519,95	16,86	
Омлет натуральный	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК яйцо молоко масса омлетной смеси масло сливочное соль йодированная масса готового омлета	150	114,00 60,00 2,50 0,40	95,00 60,00 155,00 2,50 0,40 150,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229,сб дошк2016
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
Слойка сладкая	Мука пшеничная Мука пшеничная дрожжи сухие соль йодированная Сахар Масло сливочное Яйцо молоко масса теста Сахар Масло сливочное масса пф яйцо Масло растительное	50	31,00 1,00 0,40 0,40 1,00 2,50 3,00 12,50 5,00 2,50 0,90 0,13	31,00 1,00 0,40 0,40 1,00 2,50 2,50 12,50 50,00 5,00 2,50 57,50 0,75 0,13	4,22	4,81	25,22	151,00		Сборник национальных блюд и рецептурных изделий Стр. 150 СБ Кавказ 1997
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		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№18 Дели2016
Итого:		616			21,51	29,90	68,85	619,77	4,31	
ВСЕГО:		1871			59,42	68,29	198,32	1643,68	24,91	

День 9- ый

Наименование блюдо и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ГТК № 9Д
Чай с молоком,сахаром	180/6	0,45 6 92 90	0,45 6 90 90	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 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	0,04	№3 сб дошк2016
Итого:	409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из картофеля с соевыми огурцами	60	32,90 15,36 32,76 3,60 3,00	24,00 12,00 18,00 3,00 3,00	0,73	4,71	5,38	66,84	1,50	№23 сб дошк 2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	180/10	24,30	23,00	3,96	5,35	8,37	104,00	0,60	№94 сб дошк2016

	масса отварной мякоти птицы		10,00							
	Мука пшеничная		15,00							
	Яйцо		4,80							
	вода		2,80							
	соль иодированная		0,20							
	Масса лапши									
	Морковь		10,00							
	Лук репчатый		9,52							
	Масло растительное		4,00							
	бульон		170,00							
	соль иодированная		0,80							
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	табл. приложении №1 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9 57,89							
	морковь		16,53							
	Лук репчатый		18							
	Масло растительное		1,5							
	масса припущенного лука									
	соль иодированная		0,57							
	яйцо		0,84							
	Мука пшеничная		5,25							
	масса полуфабриката									
	масло растительное		2,6							
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным		140/3			7,43	3,56	22,43	150,60		№ 200 сб шк 2017
	горох		41,80							
	масса отварного гороха									
	картофель		59,60							
	масса отварного картофеля									
	молоко		22,40							
	соль иодированная		0,35							
	масло сливочное		3,00							
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ГТК
	Кисель-концентрат		21,00							
	Сахар		6,00							
	вода		180,00							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		688			26,01	22,35	85,15	640,62	3,16	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Пудинг творожный с повидлом		130/20			19,82	14,01	46,53	389,70	0,41	№249 СБ дошк 2016
	Творог		112,06	110,50						
	Манная крупа		10,40	10,40						
	Яйцо		7,80	6,50						
	Сахарный песок		10,40	10,40						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	Сметана		5,20	5,20						
	повидло		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						
	Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:		443			20,35	14,44	62,56	463,18	13,24	
ВСЕГО:		1720			65,96	55,12	221,04	1641,49	19,13	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		количество вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ГТК №5Д
		22,50	22,50						
		158,00	158,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№395 Дели2010
		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 Дели2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	406			12,60	16,43	59,67	438,17	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Салат овощной с яблоками и свеклой	60			0,69	3,11	4,32	48,06	9,32	№38 СБ дошк 2016
		19,20	15,00						
		11,25	9,00						
		22,50	18,00						

Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	яблоки свежие	17,10	15,00							№82 сбдошк 2016
	масло растительное	3,00	3,00							
	Картофель	79,80	60,00	2,99	8,01	25,60	198,54	6,11		
	Крупа перловая	8,00	8,00							
	Морковь	10,00	8,00							
	Лук репчатый	4,76	4,00							
	Масло растительное	3,00	3,00							
	огурцы соленые	21,84	12,00							
	соль иодированная	0,70	0,70							
	Бульон	132,00	132,00							
Гуляш из отварной говядины	Сметана	7,00	7,00	10,69	11,26	2,62	131,20	0,74	2016	
	говядина лопатка б/к	64,00	64,00							
	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							
	мука пшеничная в/с	2,00	2,00							
	масло растительное	2,70	2,70							
Макаронные изделия отварные	макаронные изделия	45,50	45,50	3,92	3,36	27,64	145,06		№219 Сб дошк 2016	
	вода	275,00	275,00							
	соль иодированная	0,50	0,50							
	Масло сливочное	2,00	2,00							
Компот из изюма и яблок	яблоки свежие	16,53	14,50	0,35	0,12	26,2	108,00	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	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144 Дели + 2012		
Итого:	682			21,61	26,40	104,22	720,05	17,61		
Котлеты рыбные	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
	рыба (минтай с/м БГ)	63,30	46,2	8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017	
	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	Крупа рисовая	46,80	46,80	3,13	2,48	31,72	161,79		№304 сб шк 2017
		соль иодированная	0,60	0,60						
Вода питьевая		281,70	281,70							
Масло сливочное		2,00	2,00							
Напиток из шиповника	Шиповник	18,4	18	0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016	
	сахар	6	6							
	Вода питьевая	180	180							
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 130 Дели + 2012	
Хлеб пшеничный	30	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012		
Сок (нектар) разливной	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016		
Итого:	658			19,01	11,14	110,95	616,70	48,38		
ВСЕГО:	1926			58,45	58,48	282,40	1866,92	68,47		
ИТОГО за 10 дней	18261			597,78	583,22	2348,99	17189,80	505,84		
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день	1826			59,78	58,32	234,90	1718,98	50,58		

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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. - Москва Дели принт 2010г
 - 1.2 Сборник рецептур 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 Паос 2012 г
 - 1.4 Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептур на производство 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 категория упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная;
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы;
 - яйца куриные - рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г;
 - картофель - рассчитан по закладке продуктов с 1 09(25% отходы); 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%
 - вискозные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%