

Утверждено
Директор ООО "ФУДСЕРВИС"
Харламова Э.Р.



Согласовано
Руководитель организации
организация



Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8-10.5 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

Лист 1 из 2										
Наименование блюда и продукты	Порций	Масса порции	Кол-во (в г)		Паштеты, вещества			Энергетическая ценность	Итого	Средняя суточная норма
			брутто	нетто	белки	жиры	углебы			
1-ый ЗАВТРАК										
Легкий перекус: молоко с маслом сливочным	140/3				5,79	6,28	36,29	185,66	0,67	ТТК №3Д
крупа геркулесовая		18,00	18,00							
молоко		121,00	121,00							
сахар		2,00	2,00							
соль йодированная		0,40	0,40							
масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток: напиток с мялкой	180/6				2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дам 2016
кофейный напиток		2,50	2,50							
сахар		6,00	6,00							
молоко		30,00	30,00							
вода		108,00	108,00							
Булочки с сыром, маслом сливочным	25/5/3				2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб доник 2016
белок вареный		25,00	25,00							
сыр		5,10	5,10							
масло сливочное		3,00	3,00							
Итого:	364				11,17	14,38	49,56	375,91	1,97	
2-ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир, ацидофилин, ряженка)	150				4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб доник 2016
кисломолочный напиток		155,00	150,00							
Итого:	150				4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из кукурузы и картофеля	30				0,86	1,85	2,41	29,79	3,79	№10, сб доник 2016
кукуруза и/о		46,60	27,90							
сахар		0,60	0,60							
масло растительное		1,80	1,80							
Суп картофельный с картофелем и курицей, зеленью, маслом сливочным	150/10				4,92	4,72	11,30	115,56	3,69	№9 сб доник 2016
картофель-фризеры пор. с/м		24,30	23,00							
масло сливочное			10,00							
пшеница		66,60	50,00							
морковь		7,50	6,50							
лук репчатый		7,20	6,00							
масло растительное		1,50	1,50							
соль йодированная		0,50	0,50							
бульон		112,50	112,50							
зелень			15,00							
масло сливочное		4,60	4,60							
масло сливочное		0,50	0,50							
яйца		1,60	1,32							
вода		7,30	7,30							
соль йодированная		0,10	0,10							
масло сливочное			13,50							
масло сливочное			15,00							
Пудинг рыбный	45/15				8,98	2,99	4,40	80,00	0,32	№286 СБ доник
рыба (минтай с/м НТ)		51,44	37,50							
масло сливочное			20,00							
картофель		6,20	6,20							
яйца		4,80	4,00							
молоко		9,00	9,00							
масло сливочное		1,70	1,70							
соль йодированная		0,30	0,30							
масло сливочное		0,80	0,80							
масло сливочное			45,00							
масло сливочное		7,50	7,50							
масло сливочное		0,80	0,80							
масло сливочное		0,80	0,80							
вода		7,50	7,50							
сахар		0,15	0,15							
соль йодированная		0,09	0,09							
масло сливочное			15,00							
Пюре картофельное	120				2,45	3,84	16,35	109,80	14,33	№339 СБ доник
картофель		136,80	102,60							
молоко		18,96	18,00							
масло сливочное		4,20	4,20							
соль йодированная		0,45	0,45							
Компот из свежих яблок	150				0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб дон 2017
яблоки свежие		28,50	25,00							
сахар		5,00	5,00							
вода		152,00	152,00							
Напиток сливочный	20				1,52	0,16	0,85	47,05	0,09	№40 с/м доник
сливки		20,00	20,00							

Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	570			20,83	13,98	77,09	527,49	24,18	
ПОЛДНИК									
Вак балиш с рисом и мясом	75			5,85	8,63	23,85	195,53		Согласно сборника рецептов б/д и
мука пшеничная в/с		24,80	24,80						
мука пшеничная в/с		0,80	0,80						
яйцо куриное		2,52	2,10						
масло сливочное		2,10	2,10						
сахарный песок		0,80	0,80						
молоко		10,00	10,00						
дрожжи сухие		0,24	0,24						
соль йодированная		0,32	0,32						
масса теста			40,00						
говядина (котлетное мясо с/с)		23,50	22,50						
или фарш говяжий		23,50	22,50						
крупа рисовая		4,80	4,80						
масса сваренного риса до приготовления			12,00						
лук репчатый		6,24	5,20						
масло сливочное		6,00	6,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
выход фарша			40,00						
яйцо куриное		0,96	0,80						
масло сливочное		0,80	0,80						
масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром	150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
сахар		5,00	5,00						
вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (блоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	330			6,31	9,05	38,66	262,48	10,03	
ВСЕГО:	1414			42,66	41,16	171,61	1241,88	36,57	

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная с маслом сливочным	140/3				3,83	2,34	19,46	117,34	0,00	ТТК №6Д
крупа пшено		17,70	17,70							
молоко		70,00	70,00							
вода		53,00	53,00							
сахар		2,00	2,00							
соль йодированная		0,40	0,40							
масло сливочное		3,00	3,00							
Какао с молоком	180/6				3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
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	25/5				1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
батон нарезной		25,00	25,00							
масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	359				9,42	9,88	43,25	306,62	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд.упаковке	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50		№418 Дели 2016
Итого:	125				0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	40				0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, СБ дошк. 2016
морковь		48,00	38,40							
сахар		2,00	2,00							
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/5				1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сБ дошк. 2016
капуста свежая		15,00	12,00							
картофель		15,96	12,00							
морковь		9,38	7,50							
лук репчатый		7,14	6,00							
свекла		30,72	24,00							
сахар		3,00	3,00							
томат-паста		0,15	0,15							
масло растительное		1,50	1,50							
соль йодированная		0,50	0,50							
бульон		120,00	120,00							
сметана		5,00	5,00							
Гуляш из отварной говядины	30/30	48,00	48,00	8,73	10,07	1,73	132,60	0,56		№293 сБ рецептов 2017
говядина лопатка б/к		48,00	48,00							
соль йодированная		0,30	0,30							

Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	масса отварной говядины										
	морковь	13,13	30,00								
Напиток из сухофруктов	лук репчатый	6,36	10,50								
	вода питьевая	22,50	5,30								
Хлеб ржаной	томатная паста	0,90	0,90								
	мука пшеничная в/с	1,50	1,50								
Итого:	масло растительное	2,00	2,00								
	соль йодированная	0,15	0,15								
Омлет натуральный	гречневая крупа	52,40	52,40	6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016		
	вода питьевая	78,10	78,10								
Фрукты свежие	соль йодированная	0,30	0,30								
	масло сливочное	2,00	2,00								
Итого:	сухофрукты	12,75	12,50	0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк		
	сахар	5,00	5,00								
ВСЕГО:	вода	152,00	152,00								
		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
ПОЛДНИК											
Хлеб пшеничный	яйцо	96,00	80,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229 сб дошк 2016		
	молоко	55,00	55,00								
Чай с сахаром и лимоном	масса омлетной смеси	2,00	135,00								
	масло сливочное	0,30	2,00								
Итого:	соль йодированная	0,30	0,30								
	масса готового омлета	20	130,00								
Фрукты свежие	чай весовой	150/5/5	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012		
	сахар		0,40	0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016		
ВСЕГО:	лимон		5,00								
	вода		5,55								
Итого:	яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины	100	150,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 180, Дели +, 2012		
			100,00								
ВСЕГО:											
		1441			45,21	49,45	162,33	415,86	12,49		
								1288,79	25,87		

День 3 - пп

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			4,17	4,69	30,01	179,40	0,67	ТТК № 12Д
			крупя рисовая	17,70	17,70					
			молоко	70,00	70,00					
			вода	53,00	53,00					
			сахар	2,00	2,00					
			соль иодированная	0,40	0,40					
Чай с молоком,сахаром		180/6	масло сливочное	3,00	3,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38
			чай весовой	0,45	0,45					№413 сб дошк
			сахар	6,00	6,00					
			молоко	92,00	90,00					
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5	Вода	90,00	90,00					
			батон нарезной	25,00	25,00	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07
			сыр	5,10	5,00					№3 сб дошк 2016
			масло сливочное	5,00	5,00					
Итого:		364				9,73	12,78	53,41	370,83	2,12
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	2 - ой ЗАВТРАК	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			кисломолочный напиток	155,00	150,00					
Кондитерское изделие		20		20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
			печенье	20,00	20,00					
Итого:		170				5,85	5,71	21,18	159,40	0,45
Салат из свежей капусты с морковью	ОБЕД	40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№21 сб дошк Дели2016
			капуста свежая б/к	41,60	33,30					
			масса прогретой капусты		30,00					
			морковь	8,75	7,00					
			соль иодированная	0,40	0,40					
			сахарный песок	2,00	2,00					
			масло растительное	2,00	2,00					
Суп картофельный с куриными фрикадельками		150/10			2,83	2,96	10,92	88,60	7,41	№83 сб дошк 2016
			картофель	90,00	67,50					
			морковь	7,50	6,00					

	лук репчатый		7,14	6,00								
	масло растительное		1,50	1,50								
	бульон		105,00	105,00								
	соль иодированная		0,50	0,50								
	фрикадельки куриные:											
	цыплята-бройлеры потр с/м		17,56	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								
	фрикаделек			14,30								
	масса готовых фрикаделек			10,00								
Птица тушеная с овощами по-татарски		30/30			7,72	9,04	3,92	128,16	1,97	ТТК №753 от 20.08.2022		
	цыплята-бройлеры потр с/м		72,90	69,00								
	соль иодированная		0,30	0,30								
	масса отварной мякоти			30,00								
	лук репчатый		26,40	22,00								
	морковь		12,50	12,00								
	масло сливочное		2,50	2,50								
	бульон		10,00	10,00								
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017		
	макаронные изделия		38,50	38,50								
	вода питьевая		231,00	231,00								
	соль йодированная		0,45	0,45								
	масло сливочное		2,00	2,00								
Компот из цитрусов "Витаминка"		150			0,27	0,06	3,19	15,88	17,50	№392 Сб дошк 2016		
	апельсин		37,25	25,00								
	лимон		4,44	4,00								
	цедра		3,75	3,75								
	вода		128,00	128,00								
	сахар		10,00	10,00								
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 144, делени		
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, делени		
Итого:		572			18,93	19,37	62,78	510,72	39,86	Дели + 2012		
ПОЛДНИК												
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	26,07	181,00		№453 сб дошк 2016		
	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								
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк		
	шиповник		15,30	15,00								
	сахар		5,00	5,00								
	вода		150,00	150,00								
Итого:		205			3,90	7,19	31,64	207,15	36,60			
ВСЕГО:		1311			38,41	45,04	169,01	1248,10	79,03			

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	крупа ячневая		17,50	17,50						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	кофейный напиток		2,50	2,50						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						

Итого:		359			9,47	11,57	46,52	344,55	1,17	
Сок в индивидуальной упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		125			0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		40			0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
	свекла		41,00	32,00						
	яблоки свежие		8,00	7,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		150/10			3,99	2,00	7,32	66,28	5,00	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупка пшенная		9,00	9,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
Котлеты рыбные		50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	молоко		13,00	13,00						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			58,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Пюре картофельное с маслом сливочным		120/3			2,47	6,01	16,39	129,60	14,53	№339 СБ дошк 2016
	картофель		136,80	102,60						
	молоко		18,96	18,00						
	масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20			1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		30			1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		573			17,16	15,06	66,90	462,36	22,44	
ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
	творог		103,20	101,20						
	крупка манная		6,60	6,60						
	яйцо		5,28	4,40						
	сахар		8,80	8,80						
	сметана		4,40	4,40						
	масло сливочное		4,40	4,40						
	сухари панировочные		4,40	4,40						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром		150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		285			20,79	17,00	34,50	373,35	0,52	
ВСЕГО:		1342			48,04	43,62	160,54	1233,26	26,63	

Дели 5 - май

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша манная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	крупка манная		18,00	18,00						
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
Чай без сахара, с мармеладом	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное	170/10	3,00	3,00						
	чай весовой		0,40	0,40	0,07	0,02	11,93	48,15	0,02	ТТК
	вода питьевая		170,00	170,00						

Бутерброд с сыром, маслом сливочным	мармелад	25/5/5	15,00	15,00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
-------------------------------------	----------	--------	-------	-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Сметанник	ПОЛДНИК	75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник ппц, олад и кулинарных изделий с/р
	мука пшеничная		22,5	22,5						
	мука пшеничная на подпыл		2,25	2,25						
	яйцо куриное		3,6	3						
	масло сливочное		2	2						
	молоко		7,5	7,5						
	сахарный песок		0,75	0,75						
	дрожжи		0,23	0,23						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	сметана		37,5	37,5						
	сахарный песок		6	6						
	яйцо куриное		14,4	12						
	яйцо куриное		1,8	1,5						
	масло растительное		0,25	0,25						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		335			4,49	8,76	34,83	240,06	12,39	
ВСЕГО:		1413			32,95	45,57	147,82	1152,59	39,72	

2 неделя										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г) брутто	Кол - во (в г) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	крупя рисовая	140/3	10,00	10,00	4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
	крупя пшеничная		7,50	7,50						
	молоко		75,00	75,00						
	вода		48,00	48,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	чай весовой	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,17	11,67	46,78	329,82	1,98	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок в инд упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		125			0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с	кукуруза к/с	30	46,60	27,90	0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	сахар		0,60	0,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	капуста свежая	150/5	15,00	12,00	1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		0,15	0,15						
	томатная паста		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы	цыплята - бройлеры с/м	150	80,50	76,00	11,75	7,98	14,70	177,15	0,54	ТТК 580/а от 24.06.2020
	масса готовой мякоти птицы			33,00						
	картофель		144,70	108,80						
	лук репчатый		11,30	9,40						
	морковь		5,90	4,70						
	масло сливочное		3,80	3,80						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая		18,80	18,80						

Напиток из сухофруктов	сухофрукты	150		0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 СБ дошк
	сахар		12,75						
	вода		5,00	12,50					
Хлеб пшеничный		20	152,00	152,00					
Хлеб ржаной		30	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
			30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	Дели +, 2012
Итого:		535			18,42	14,12	59,55	443,59	
Пудинг творожный с повидлом	ПОЛДНИК	110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	№249 СБдошк
	творог		94,82	93,50					
	манная крупа		8,80	8,80					
	сахар		5,28	4,40					
	яйцо куриное		8,80	8,80					
	масло сливочное		0,40	0,40					
	соль йодированная		4,40	4,40					
	сухари панировочные		4,40	4,40					
	сметана		4,40	4,40					
	повидло		20,40	20,00					
Чай с сахаром, с яблоками		150/5/10			0,09	0,06	5,99	24,70	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40					
	сахар		5,00	5,00					
	яблоки свежие		11,40	10,00					
	вода		150,00	150,00					
Итого:		295			16,82	11,90	45,75	355,20	
ВСЕГО:		1314			45,03	37,68	164,71	1181,61	
День 7 - ой									

Наименование блюд и продуктов		Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал		
ЗАВТРАК											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным			140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
		крупа ячневая		17,50	17,50						
		молоко		70,00	70,00						
		вода		53,00	53,00						
		сахар		2,00	2,00						
		соль иодированная		0,40	0,40						
		масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком			180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		кофейный напиток		2,50	2,50						
		сахар		6,00	6,00						
		молоко		90,00	90,00						
		вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным			25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
		батон нарезной		25,00	25,00						
		масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:			359			4,77	6,77	23,27	173,08	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК											
Кисломолочный напиток			150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 С6 дошк 2016
(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие		вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:			170			5,10	9,85	18,80	184,50	0,45	
ОБЕД											
Салат из квашенной капусты			30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
		капуста квашенная		34,30	24,00						
		лук репчатый		3,60	3,00						
		масло растительное		1,50	1,50						
		сахар		1,50	1,50						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с мясом говядины			150/10			3,99	2,00	7,32	66,28	5,00	№86 сб дошк 2016
		говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
		масса отварной говядины			10,00						
		крупа рисовая		5,00	5,00						
		картофель		60,00	45,00						
		морковь		7,50	6,00						
		лук репчатый		7,14	6,00						
		масло растительное		1,50	1,50						
		томатная паста		1,80	1,80						
		соль иодированная		0,5	0,5						
		бульон или вода		105,00	105,00						
Биточки рубленые из рыбы			50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
		рыба (минтай с/м БГ)		51,00	37,50						
		или фарш рыбный		39,40	37,50						
		крупа манная		1,30	1,25						
		яйцо		0,90	0,75						
		лук репчатый		11,10	9,30						

вода	7,00	7,00								
соль иодированная	0,35	0,35								
сахар	0,14	0,14								
сухари панировочные	5,00	5,00								
масло растительное	1,25	1,25								
масса полуфабриката		59,00								
Пюре картофельное с маслом сливочным	120/3			2,47	6,01	16,39	129,60	14,53	№339 СБ дошк 2016	
картофель		136,80	102,60							
молоко		18,96	18,00							
масло сливочное		4,20	4,20							
соль иодированная		0,45	0,45							
масло сливочное		3,00	3,00							
Компот из свежих яблок	150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017	
яблоки свежие		28,50	24,00							
сахар		5,00	5,00							
вода		153,00	153,00							
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, дел 1, 2016	
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:	563			16,68	14,03	76,21	502,88	26,32		
ПОЛДНИК										
Королевская ватрушка	130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №10 от 15.02.2023	
посыпка низ:										
масло сливочное		9,00	9,00							
мука пшеничная		17,00	17,00							
сахарный песок		9,00	9,00							
творожная начинка:										
творог		68,00	68,00							
сахарный песок		13,50	13,50							
яйцо куриное		16,20	13,50							
посыпка верх:										
масло сливочное		3,50	3,50							
мука пшеничная		7,20	7,20							
сахарный песок		3,50	3,50							
Напиток из шиповника	150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016	
шиповник		15,30	15,00							
сахар		5,00	5,00							
вода		150,00	150,00							
Итого:	305			16,49	9,71	56,15	376,28	75,00		
ВСЕГО:	1397			43,04	40,36	174,43	1236,74	102,94		

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	крупка геркулесовая	140/3	18,00	18,00	5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	какао-порошок	180/6	2,00	2,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		110,00	110,00						
	вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			11,38	13,82	50,08	374,94	2,10	
Сок в нед.упаковке	2 - ой ЗАВТРАК	125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		125			0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	морковь	40	48,00	38,40	0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, СБ дошк
	сахар		2,00	2,00						
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	капуста свежая	150/10/5	37,50	30,00	3,18	4,89	5,00	81,56	9,54	№73, сб дошк 2016
	картофель		23,94	18,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая		120,00	120,00						
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	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						

Тефтели мясные в томатном соусе	масса полуфабриката			14,30							
	масса готовых фрикаделек сметана			10,00							
		45/15	5,00	5,00	5,39	5,32	6,26	94,39	0,40	СБ дошк. №303, 366, 2016	
	говядина (котлетное мясо б/к)		29,93	28,50							
	или фарш говяжий		29,93	28,50							
	лук репчатый		18,00	15,00							
	масло растительное		1,50	1,50							
	масса пассерованного лука		6,00	7,50							
	хлеб пшеничный		9,00	9,00							
	вода питьевая		0,45	0,45							
	соль иодированная		3,00	3,00							
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50							
	масса полуфабриката			54,00							
	масло растительное			45,00							
	масса готовых тефтелей										
	соус томатный:										
	вода питьевая		15,00	15,00							
	масло сливочное		0,68	0,68							
	мука пшеничная в/с		0,68	0,68							
	морковь		1,13	0,90							
	лук репчатый		0,54	0,45							
	томатная паста		0,95	0,95							
	масло растительное		0,20	0,20							
	соль иодированная		0,15	0,15							
	сахар		0,15	0,15							
	масса готового соуса			15,00							
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	гречневая крупа	110/2	52,40	52,40	6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016	
	вода питьевая		78,10	78,10							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	масло сливочное		2,00	2,00							
Компот из урюка	урюк	150	15,30	15,00	0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№304 сб дошк 2016	
	масса отварных сухофруктов			24,00							
	вода питьевая		152,00	152,00							
	сахар		5,00	5,00							
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		557			17,85	13,76	70,76	483,18	11,86		
ПОЛДНИК											
Макаронные изделия отварные с сыром	макаронные изделия	130	43,00	43,00	9,00	7,70	18,45	178,82	0,15	№204 сб дошк 2016	
	вода		258,00	258,00							
	соль иодированная		0,40	0,40							
	сыр голландский		10,20	10,00							
	Масло сливочное		2,00	2,00							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Чай с сахаром	чай весовой	150/5	0,40	0,40	0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели	
	Сахар		5,00	5,00							
	Вода		150,00	150,00							
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012	
(яблоко, или апельсин, или банан, или мандарин)											
Итого:		405			12,07	8,38	54,31	341,90	10,17		
ВСЕГО:		1446			41,92	35,96	187,78	1253,02	26,63		

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	ценность		
			брутто	нетто						
ЗАВТРАК										
Суп молочный с пшеном		180			2,67	3,21	5,52	64,08	0,59	№101, сб дошк 2016
	крупка пшено									
	сахар		14,00	14,00						
	молоко		1,44	1,44						
	вода		126,00	126,00						
	масло сливочное		54,00	54,00						
Чай с молоком, сахаром	соль иодированная	180/6	1,80	1,80	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
			0,90	0,90						
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	молоко	25/5/5	92,00	90,00	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	вода		90,00	90,00						
	батон нарезной		25,00	25,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			8,23	11,30	28,92	255,51	2,04	

2 - ой ЗАВТРАК		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136,
Итого:		185			6,42	5,40	32,55	204,10	0,45	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками	свекла	40	41,00	32,00	0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
	яблоки свежие		8,00	7,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	мука пшеничная	150	11,30	11,30	1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016
	яйцо		3,60	3,00						
	вода		2,10	2,10						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масса подсушенной лапши			12,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	бульон		143,00	143,00						
	соль иодированная		0,65	0,65						
Биточки "Домашние"	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный	50	60,68	39,40	7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018
	морковь		41,37	39,40						
	лук репчатый		11,85	9,40						
	масло растительное		14,40	12,00						
	масса припущенного лука		1,00	1,00						
	соль иодированная			6,00						
	яйцо		0,40	0,40						
	мука пшеничная		0,60	0,50						
	масса полуфабриката		3,75	3,75						
	масло растительное			59,00						
Картофель запеченный	картофель	120	2,00	2,00						
	картофель		231,60	174,00	3,26	7,07	25,31	182,4	17,4	№147 сб шк 2017
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	150	12,75	12,50	0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 СБ дошк 2016
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144,
Итого:		540			15,13	19,72	70,90	512,41	20,87	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный	яйцо	130	96,00	80,00	12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, дел 7, 10, 11
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	150/5/5	0,40	0,40	0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или бананы или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		410			14,10	22,10	27,11	366,81	12,49	
ВСЕГО:		1 499			43,88	58,51	159,48	1338,83	35,85	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г.)	Кол - во (в г.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
	крупа пшеничная		18,00	18,00						
	молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с сахаром, с яблоком	масло сливочное	170/6/10	3,00	3,00	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016

[illegible]

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 (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
- 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.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 Плюс 2012 г.
- 1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
- 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
- 1.6. Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
- говядина 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 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%
- кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%