

Согласовано
Руководитель
организации

Согласовано

Руководитель структурной организационной единицы:

Анжелика Саидова

обобщающего вида»

Эксперт(ы) (подпись)

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «ИЗДАТЕЛЬСТВО "ПЕЧАТЪ"

Сборные проекты

УТВ-004

Таманбаев

[illegible]

Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	705			25,45	16,84	95,17	646,01	22,61	
ПОЛДНИК									
Вак балиш с рисом и мясом	90			7,02	10,35	28,62	234,63		с огласов с рецептур б/к и кулинарных
мука пшеничная в/с		31,00	31,00						
мука пшеничная в/с		1,00	1,00						
яйцо куриное		3,10	2,60						
масло сливочное		2,60	2,60						
сахарный песок		1,00	1,00						
молоко		12,50	12,50						
дрожжи сухие		0,30	0,30						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса теста			50,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		23,50	22,50						
или фарш говяжий		23,50	22,50						
крупа рисовая		6,00	6,00						
масса сваренного риса до полуготовности			15,00						
лук репчатый		7,80	6,50						
масло сливочное		7,50	7,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
выход фарша			50,00						
яйцо куриное		1,20	1,00						
масло сливочное		1,00	1,00						
масло растительное		0,25	0,25						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Л-чи 2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
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:	376			7,48	10,77	44,43	305,57	10,03	
ВСЕГО:	1670			52,06	48,42	206,81	1485,63	35,28	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур		
			(в г)	(в г)	белки	жиры	уг-лы					
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная с маслом сливочным	крупка пшено	180/3	22,50	22,50	5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д		
	молоко		90,00	90,00								
	вода		68,00	68,00								
	сахар		2,50	2,50								
	соль йодированная		0,50	0,50								
Какао с молоком	масло сливочное	180/6	3,00	3,00						№416 Дели 2016		
	какао-порошок		2,00	2,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43			
	сахар		6,00	6,00								
	молоко		110,00	110,00								
	вода		80,00	80,00								
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010		
	масло сливочное		5,00	5,00								
Итого:		404			11,13	13,02	51,28	386,70	1,43			
2 - ой ЗАВТРАК												
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016		
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60			
ОБЕД												
Салат из моркови с сахаром	морковь	60	72,00	57,60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб шк 201		
	сахар		3,00	3,00								
Борщ со свеклой капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной	капуста свежая	180/7	20,00	16,00	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016		
	картофель		21,28	16,00								
	морковь		12,50	10,00								
	лук репчатый		9,52	8,00								
	свекла		41,00	32,00								
	сахар		0,20	0,20								
	томат-паста		2,00	2,00								
	масло растительное		4,00	4,00								
	соль йодированная		0,70	0,70								
	бульон		140,00	140,00								
	сметана		7,00	7,00								
	Гуляш из отварной говядины	говядина лопатка б/к	40/40	64,00	64,00	11,64	13,43	2,31	176,80		0,74	№260 сб рецептур 2017
		соль йодированная		0,40	0,40							
		масса отварной говядины			40,00							

Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	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							
	соль йодированная		0,20	0,20							
	гречневая крупа	130/3	61,90	61,90	7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016	
Напиток из сухофруктов	вода питьевая		92,30	92,30							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масло сливочное		3,00	3,00							
	сухофрукты	180	15,30	15,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 Сб дошк 2016	
	сахар		6,00	6,00							
	вода		183,00	183,00							
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		710			24,73	22,80	84,53	650,21	11,98		
ПОЛДНИК											
Омлет натуральный	яйцо	150	114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016	
	молоко		60,00	60,00							
	масса омлетной смеси			155,00							
	масло сливочное		2,50	2,50							
	соль йодированная		0,40	0,40							
Хлеб пшеничный	масса готового омлета	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	134, Дели +, №412 Дели 2016	
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83		
	сахар		6,00	6,00							
	лимон		8,00	7,00							
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан или мандарины)	вода		180,00	180,00							
		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012	
Итого:		473			17,85	25,60	44,63	482,64	13,11		
ВСЕГО:		1767			54,61	61,43	198,62	1595,87	30,12		

День 3 - пн

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК № 12Д
	крупа рисовая		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
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 2016
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
	батон нарезной	30/5/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	сыр		5,10	5,00						
масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		409			11,99	13,63	64,54	429,53	2,31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		220			8,22	8,42	37,32	258,80	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		60			0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к		62,50	50,00						
	масса прогретой капусты			45,00						
	морковь		12,50	10,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	сахарный песок		3,00	3,00						
Суп картофельный с куриными фрикадельками	масло растительное	180/10	3,00	3,00	3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	№83 сб дошк 2016
	картофель		106,40	80,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,56	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	бульон		126,00	126,00						

Птица тушеная с овощами по-татарски	соль йодированная	0,70	0,70								
	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								
	масса полуфабриката фрикаделек		14,30								
	масса готовых фрикаделек		10,00								
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным	цыплята-бройлеры потр с/м	97,20	92,00	10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	ТТК №753 от 20.08.2022		
	соль йодированная	0,40	0,40								
	масса отварной мякоти птицы		40,00								
	лук репчатый	26,40	22,00								
	морковь	12,50	12,00								
	масло сливочное	2,50	2,50								
	бульон	10,00	10,00								
	макаронные изделия	45,50	45,50	4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016		
	вода	275,00	275,00								
	соль йодированная	0,50	0,50								
Компот из цитрусов "Витаминка"	масло сливочное	3,00	3,00								
	апельсин	44,70	30,00	0,32	0,07	3,83	19,05	21,00	№392 Сб дошк 2016		
	лимон	5,55	5,00								
	цедра	4,50	4,50								
	вода	152,00	152,00								
	сахар	10,00	10,00								
Хлеб пшеничный		30	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012		
Хлеб ржаной		35	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл о стр 144, Дели +, 2012		
Итого:		698		23,72	24,06	77,74	633,79	51,52			
ПОЛДНИК											
Булочка дорожная	мука пшеничная	50	30,50	30,00	3,39	6,98	26,07	181,00	№453 сб дошк 2016		
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	сахар		6,00	6,00							
	масло сливочное		6,50	6,50							
	соль йодированная		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							
Напиток из шиповника	масса крошки			2,00							
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
	шиповник	180/6	18,40	18,00	0,61	0,25	6,68	31,38	№399 сб дошк 2016		
	сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Итого:		236			4,00	7,23	32,75	212,38	43,92		
ВСЕГО:		1563			47,93	53,35	212,35	1534,50	98,20		

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
	крупка ячневая молоко вода сахар соль йодированная масло сливочное	180/3	22,50	22,50	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
			90,00	90,00						
			68,00	68,00						
			2,50	2,50						
			0,50	0,50						
3,00	3,00									
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016	
		6,00	6,00							
		90,00	90,00							
		108,00	108,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010	
		5,00	5,00							
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 20

Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	свекла		61,50	48,00							
	яблоки свежие		11,40	10,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016	
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00							
	масса отварной говядины			10,00							
	крупка пшенная		11,00	11,00							
	картофель		80,00	60,00							
	морковь		9,00	7,20							
	лук репчатый		8,60	7,20							
Котлеты рыбные	масло растительное		1,80	1,80							
	соль иодированная		0,60	0,60							
	бульон или вода		126,00	126,00							
		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017	
	рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,20							
	соль иодированная		0,70	0,70							
	хлеб пшеничный		12,60	12,60							
	молоко		18,20	18,20							
	сухари панировочные		7,00	7,00							
	масса полуфабриката			81,00							
Пюре картофельное с маслом сливочным	масло растительное		3,00	3,00							
		140/3			2,88	6,65	19,12	147,90	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							
	масло сливочное		3,00	3,00							
	Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
		урюк		18,40	18,00						
масса отварных сухофруктов			6,00	6,00							
Хлеб пшеничный	вода		183,00	183,00							
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Делн +, 2012	
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Делн +, 2012	
Итого:			713			22,06	17,08	86,79	590,19	25,85	
ПОЛДНИК											
Запеканка творожная с молоком стуженным		130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016	
	творог		121,55	119,20							
	крупка 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 стуженное		20,40	20,00							
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 Делн 2016	
	чай весовой		0,45	0,45							
	сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Итого:			336			24,26	20,08	38,80	432,30	0,57	
ВСЕГО:			1633			58,41	49,61	199,65	1499,87	31,19	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
	крупка манная		22,50	22,50						
	молоко		158,00	158,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Чай без сахара, с мармеладом	масло сливочное		3,00	3,00						ТТК
		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		180,00	180,00						
	мармелад		30,00	30,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		423			9,15	11,15	68,41	411,37	1,15	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	

ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб шк 2011
морковь		72,00	57,60						
сахар		3,00	3,00						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	180/10			5,95	4,97	11,98	126,35	4,24	№87, 128 сб дошк 2016
картофель		53,20	40,00						
горох колотый		16,20	16,00						
лук репчатый		12,80	10,00						
морковь		9,60	8,00						
соль йодированная		4,00	4,00						
масло растительное		0,70	0,70						
вода питьевая		140,00	140,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо куриное		0,96	0,80						
вода питьевая		1,00	1,00						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса полуфабриката фрикаделек			10,00						
Тофтели мясные	70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкolan. №303, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		46,20	44,40						
или фарш говяжий		46,20	44,40						
лук репчатый		16,80	14,00						
масло растительное		2,10	2,10						
хлеб пшеничный		9,40	9,40						
вода питьевая		14,00	14,00						
соль йодированная		0,70	0,70						
мука пшеничная в/с		4,80	4,80						
масса полуфабриката			84,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Рагу из овощей	150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	дошк 2016
картофель		66,50	50,00						
морковь		30,00	24,00						
масса запеченной моркови			22,00						
лук репчатый		24,00	20,00						
масса припущенного лука			16,00						
капуста свежая		41,00	32,75						
масса припущенной капусты			30,00						
соль йодированная		0,75	0,75						
масло растительное		5,00	5,00						
соус:									№366, сб дошк 2016
вода		40,00	40,00						
масло сливочное		1,80	1,80						
мука пшеничная		1,80	1,80						
морковь		3,00	2,40						
лук репчатый		1,44	1,20						
томатная паста		2,40	2,40						
масло сливочное		0,60	0,60						
сахар		0,40	0,40						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса соуса			40,00						
масса рагу			150,00						
Компот из свежих фруктов	180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
яблоки свежие		27,40	24,00						
апельсин		9,00	6,00						
лимон		6,66	6,00						
вода		183,00	183,00						
сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	715			22,12	28,79	76,67	669,37	32,45	
ПОЛДНИК									
Сметанник	75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник вып. блюд и кулинарных
мука пшеничная		22,50	22,50						
мука пшеничная на подпыл		2,25	2,25						
яйцо куриное		3,60	3,00						
масло сливочное		2,00	2,00						
молоко		7,50	7,50						
сахарный песок		0,75	0,75						
дрожжи		0,23	0,23						
соль йодированная		0,30	0,30						
сметана		37,50	37,50						
сахарный песок		6,00	6,00						
яйцо куриное		14,40	12,00						
яйцо куриное		1,80	1,50						
масло растительное		0,25	0,25						
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
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 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:	368			4,52	8,77	35,88	244,76	12,98		
ВСЕГО:	1686			41,01	53,21	188,51	1417,50	47,03		

День 6 - ый

2 неделя

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептур
			(в г.) брутто	(в г.) нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	крупа рисовая крупа пшеничная молоко вода сахар соль иодированная масло сливочное	180/3	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
Чай с молоком,сахаром	чай весовой сахар молоко вода	180/6	0,45 6,00 92,00 90,00	0,45 6,00 90,00 90,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
Итого:		404			10,66	15,30	55,43	403,29	2,24	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с	кукуруза к/с сахар масло растительное	50	77,60 1,00 3,00	46,50 1,00 3,00	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	10, сб дошк 2016
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной	капуста свежая картофель морковь лук репчатый свекла масло растительное сахар томатная паста соль иодированная бульон сметана	180/7	20,00 21,28 12,50 9,52 41,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	16,00 16,00 10,00 8,00 32,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
Жаркое по-домашнему из отварной птицы	цыплята - бройлеры с/м масса готовой мякоти птицы картофель лук репчатый морковь масло сливочное соль йодированная вода питьевая	200	107,30 21,28 193,00 15,00 7,90 5,10 0,80 25,10	101,20 44,00 145,10 12,50 6,30 5,10 0,80 25,10	15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
Напиток из сухофруктов	сухофрукты сахар вода	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		687			24,10	19,12	79,16	593,12	13,73	
ПОЛДНИК										
Пудинг творожный запеченный с повидлом	творог манная крупа сахар яйцо куриное масло сливочное соль йодированная сухари панировочные сметана повидло	130/20	112,06 10,40 10,40 6,24 5,00 0,50 5,20 5,20 20,40	110,50 10,40 10,40 5,20 5,00 0,50 5,20 5,20 20,00	16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 Сб дошк 2016
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016

чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
яблоки свежие		11,40	10,00						
вода		180,00	180,00						
Итого:	346			16,82	15,57	46,06	388,90	1,37	
ВСЕГО:	1617			52,49	49,99	198,83	1461,63	20,94	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды			
			брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	крупка ячневая молоко вода сахар соль иодированная масло сливочное	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	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток сахар молоко вода	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		200			5,97	10,60	20,06	206,50	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты	капуста квашенная лук репчатый масло растительное сахар	50	57,90 6,00 2,50 2,50	40,00 5,00 2,50 2,50	0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом а мясном бульоне, с мясом говядины	говядина (лопатка б/к) масса отварной говядины крупка рисовая картофель морковь лук репчатый масло растительное томатная паста соль иодированная бульон	180/10	16,00 10,00 6,00 80,00 9,00 9,52 1,80 2,20 0,60 120,00	16,00 10,00 6,00 60,00 7,20 8,00 1,80 2,20 0,60 120,00	4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
Биточки рубленные из рыбы	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный крупка манная яйцо лук репчатый вода соль иодированная сахар сухари панировочные масло растительное масса полуфабриката	80	82,20 63,00 2,10 1,44 18,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	60,00 60,00 2,10 1,20 15,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
Пюре картофельное с маслом сливочным	картофель молоко масло сливочное соль иодированная масло сливочное	140/3	159,60 22,12 5,00 0,52 3,00	119,70 21,00 5,00 0,52 3,00	2,88	6,65	19,12	147,90	16,96	№339 СБ дошк 2016
Компот из свежих яблок	яблоки свежие сахар вода	180	34,00 6,00 183,00	28,00 6,00 183,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		708			22,45	18,49	97,60	652,80	33,92	
ПОЛДНИК										
Королевская ватрушка		150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК

Напиток из шиповника	посыпка низ:									
	масло сливочное		10,70	10,70						
	мука пшеничная		21,00	21,00						
	сахарный песок		10,70	10,70						
	творожная начинка:									
	творог		78,50	78,50						
	сахарный песок		15,00	15,00						
	яйцо куриное		18,00	15,00						
	посыпка низ:									
	масло сливочное		4,25	4,25						
шповник сахар вода	мука пшеничная		7,80	7,80						
	сахарный песок		4,25	4,25						
		180/6	18,40	18,00	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
			6,00	6,00						
Итого:		336			19,05	11,21	65,04	435,38	90,00	
ВСЕГО:		1648			58,65	52,76	238,58	1689,74	125,54	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	крупка геркулесовая	180/3	22,50	22,50	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
	молоко		158,00	158,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Какао с молоком	масло сливочное	180/6	3,00	3,00	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						
Бутерброд с маслом сливочным	вода	30/5	80,00	80,00	2,29	4,50	15,49	111,68	№1 Дели 2010	
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Итого:		404							
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	морковь	60	72,00	57,60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, Сб дошк 2016
	сахар		3,00	3,00						
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
	капуста свежая		45,00	36,00						
	картофель		28,73	21,60						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,57	7,20						
	масло растительное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	вода питьевая		140,00	140,00						
	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 йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
	сметана		7,00	7,00						
Тефтели мясные в томатном соусе		60/20			7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,90	38,00						
	или фарш говяжий		39,90	38,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса пассерованного лука репчатого			10,00						
	хлеб пшеничный		8,00	8,00						
	вода питьевая		12,00	12,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	мука пшеничная в/с		4,00	4,00						
	масса полуфабриката			72,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			60,00						

Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	соус томатный									
	вода питьевая		20,00	20,00						
	масло сливочное		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		0,90	0,90						
	морковь		1,50	1,20						
	лук репчатый		0,72	0,60						
	томатная паста		1,25	1,25						
	масло растительное		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	сахар		0,20	0,20						
	масса готового соуса			20,00						
Итого:		690			21,83	17,01	87,30	594,78	15,39	
ПОЛДНИК										
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,38	8,89	21,29	206,33	0,18	№204 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		49,00	49,00						
	вода		294,00	294,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сыр голландский		25,50	25,00						
Хлеб пшеничный	масло сливочное		2,50	2,50						
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 Сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
Фрукты свежие	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		466			14,22	9,64	63,08	397,00	10,21	
ВСЕГО:		1740			50,36	42,41	228,72	1509,27	31,49	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			(в г.)	(в г.)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Суп молочный с пшеном		200			2,97	3,57	6,14	71,20	0,66	№101, сб дошк 2016
	крупа пшено		16,00	16,00						
	сахар		1,60	1,60						
	молоко		140,00	140,00						
	вода		60,00	60,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Чай с молоком,сахаром	соль иодированная		1,00	1,00						№413 сб дошк 2016
		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			11,99	13,63	64,54	429,53	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Кондитерское изделие	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		215			7,29	6,15	33,81	220,10	0,54	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк 2016
	свекла		61,50	48,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	масло растительное		3,00	3,00						№94 сб дошк 2016
		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	
	мука пшеничная		15,00	15,00						
	яйцо		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль иодированная		0,20	0,20						

Биточки "Домашние"	масса подсушенной лапши		10,00	16,00						Акт проработки от 25.12.2018 №569
	морковь		9,52	8,00						
	лук репчатый		4,00	4,00						
	масло растительное		170,00	170,00						
	бульон		0,80	0,80						
	соль йодированная									
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный	70	84,90	55,13	10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	
	морковь		57,89	55,13						
	лук репчатый		16,53	13,12						
	масло растительное		18,00	15,00						
	масса припущенного лука		1,50	1,50						
	соль йодированная			8,00						
	яйцо		0,57	0,57						
	мука пшеничная		0,84	0,70						
	масса полуфабриката		5,25	5,25						
	масло растительное		2,60	82,60						
Картофель запеченный	картофель	140	270,00	203,00	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,35	0,35						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	180	15,30	15,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл о стр 144, Дели +, 2012
Итого:		665			19,58	23,94	87,39	637,80	21,38	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный	яйцо	150	114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дели 2010
	сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		473			16,75	25,50	33,44	433,71	13,11	
ВСЕГО:		1762			55,62	69,22	219,18	1721,14	37,31	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК крупка пшеничная молоко вода сахар соль йодированная масло сливочное	180/3								
			22,50	22,50	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
			90,00	90,00						
			68,00	68,00						
			2,50	2,50						
			0,50	0,50						
3,00	3,00									
Чай с сахаром, с яблоком	180/6/10 чай весовой сахар яблоки вода		0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
			6,00	6,00						
			11,40	10,00						
			180,00	180,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5 батон нарезной масло сливочное		30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
			5,00	5,00						
Итого:		414			10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с	ОБЕД зеленый горошек к/с масло растительное	50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб дошк. 2016
			80,16	48,00						
Суп картофельный с перловой крупой, с куриными фрикадельками		180/10	2,50	2,50	4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%