





Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	№144, Делн 2012
<b>Итого:</b>	<b>705</b>			<b>25,45</b>	<b>16,84</b>	<b>95,17</b>	<b>646,01</b>	<b>22,61</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20			24,20	20,06	32,28	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016
творог									
крупа манная		121,55	119,20						
яйцо		7,80	7,80						
сахар		6,50	5,42						
сметана		10,40	10,40						
масло сливочное		5,20	5,20						
сахар пшеничный		5,20	5,20						
соль поваренная		5,20	3,20						
молоко сгущенное		0,65	0,65						
Чай с сахаром	180/6	20,40	20,00						№410, 411 Делн 2016
чай зеленый		0,45	0,45	0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	
сахар		6,00	6,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или малина)	100	180,00	180,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
вода		100,00	100,00						
<b>Итого:</b>	<b>436</b>			<b>24,66</b>	<b>20,48</b>	<b>48,60</b>	<b>479,14</b>	<b>10,57</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1736</b>			<b>69,24</b>	<b>58,13</b>	<b>210,97</b>	<b>1659,20</b>	<b>35,82</b>	

**День 2-ой**

Наименование блюда и продукта	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1/Д
крупа пшеничная			22,50	22,50						
молоко			90,00	90,00						
вода			68,00	68,00						
сахар			2,50	2,50						
соль поваренная масло сливочное			0,50 3,00	0,50 3,00						
Каша с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Делн 2016
какао-порошок			2,00	2,00						
сахар			6,00	6,00						
молоко вода			110,00 80,00	110,00 80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Делн 2010
батон нарезной масло сливочное			10,00 5,00	10,00 5,00						
<b>Итого:</b>		<b>404</b>			<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>	<b>2,29</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,52	3,60	№418 Делн 2016
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,52</b>	<b>3,60</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из моркови с сахаром		60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, сб мск 20
морковь сахар			72,00 3,00	57,60 3,00						
Борщ со свеклой капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№83 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			41,60	32,00						
сахар			0,20	0,20						
томатная паста			2,00	2,00						
масло растительное			4,00	4,00						
соль поваренная			0,70	0,70						
бульон			140,00	140,00						
сметана			7,00	7,00						
Гуляш из отварной говядины		40/40			11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептур 2017
говядина запеченная			64,00	64,00						
соль поваренная			0,40	0,40						
масло отварной говядины			17,50	14,00						
морковь			8,50	7,10						
лук репчатый			30,00	30,00						
вода питьевая			1,20	1,20						
томатная паста			2,00	2,00						
мука пшеничная в/с			2,70	2,70						
масло растительное			0,20	0,20						
соль поваренная										
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		130/3			7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016
гречневая крупа			61,90	61,90						
вода питьевая			92,30	92,30						
соль поваренная масло сливочное			0,40 3,00	0,40 3,00						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>0,60</b>	<b>0,08</b>	<b>16,81</b>	<b>72</b>	<b>0,65</b>	



		сухофрукты	сахар	вода	15,30	15,00						
					6,00	6,00						
					183,00	183,00						
Хлеб ржаной												
Итого:		40	40,00	40,00			2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Омлет натуральный		ПОЛДНИК										
Итого:		680					24,73	22,89	84,53	660,21	11,98	
айдо		150			114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
молоко					60,00	60,00						
масса омлетной смеси						155,00						
масло сливочное					2,50	2,50						
соль поваренная					0,40	0,40						
Хлеб пшеничный		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		180/6/7										
чай весовой					0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
сахар					6,00	6,00						
лимон					8,00	7,00						
вода					180,00	180,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
(яблоки, сливы, апельсины, изюм, бананы, лимон, малина)												
Итого:		473					17,85	15,60	44,63	482,64	13,11	
ВСЕГО:		1737					54,25	63,95	283,08	1618,95	30,98	

День 3 - пб

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур	
			брутто	нетто	белки	жиры	угле-ды				
ЗАВТРАК											
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	крупа рисовая	180/3	13,50	13,50	3,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТХ №7Д	
	крупа пшеничная		10,00	10,00							
	молоко		90,00	90,00							
	вода		68,00	68,00							
	сахар		2,50	2,50							
	соль поваренная		0,50	0,50							
	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 Дели 2016	
	сахар		6,00	6,00							
	молоко		92,00	90,00							
	вода		90,00	90,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарезный	30/5/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,40	128,77	0,07	№3 сб Дели 2016	
	сыр		5,10	5,00							
	масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,31		
2 - пб ЗАВТРАК											
Кисломолочный напиток (камыж, кефир, пахта, ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	Дели 2016	
	Кондитерское изделие	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 свежих овощей, с майонезом	капуста свежая б/к	60	62,50	50,00	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб Дели 2016	
	масса пропаренной капусты			45,00							
	морковь		12,50	10,00							
	соль поваренная		0,60	0,60							
	сахарный песок		3,00	3,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
	Суп картофельный с куринными фрикадельками	180/10									
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								
соль поваренная		0,70	0,70								
фрикадельки куриные:											
шпикета-бройлера 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 поваренная		0,10	0,10								
масса полуфабриката фрикаделек			14,30								
масса готовых фрикаделек			10,00								



Птица тушеная с овощами по-татарски		40/30			10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	ГТК №753 от 20.08.2022
	цыплята-бройлеры потр с/м		97,20	92,00						
	соль подпробанная		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 отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,06	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль подпробанная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ГТК
	кисель-концентрат		21,00	21,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Деш 4, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Деш 4, 2012
<b>Итого:</b>		<b>698</b>			<b>23,04</b>	<b>24,08</b>	<b>90,08</b>	<b>689,98</b>	<b>31,51</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Пудинг творожный запеченный с повидлом		130/20			10,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 Сб дошк 2016
	творог		112,06	110,50						
	манная крупа		10,40	10,40						
	сахар		10,40	10,40						
	яйцо куриное		6,24	5,20						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	соль подпробанная		0,50	0,50						
	сухари панировочные		5,20	5,20						
	сырчана		5,20	5,20						
	повидло		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
<b>Итого:</b>		<b>336</b>			<b>17,32</b>	<b>15,76</b>	<b>45,75</b>	<b>391,58</b>	<b>44,26</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1663</b>			<b>63,86</b>	<b>62,09</b>	<b>238,93</b>	<b>1786,05</b>	<b>78,53</b>	

День 4 - 1ай

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (кг)	Кол - во (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша овсяная молочная с маслом сливочным		180/3			0,04	5,54	30,04	214,80		ГТК №10Д
	крупа овсяная		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль подпробанная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Деш 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 Деш 2010
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>		<b>404</b>			<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Деш 2016
<b>Итого:</b>		<b>180</b>			<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>3,60</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,09	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупа пшенная		11,00	11,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	соль подпробанная		0,60	0,60						
	бульон или вода		126,00	126,00						
Котлеты рыбные		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб дошк 2017
	рыба (минтай с/м ПТ)		63,30	46,20						



Пюре картофельное с маслом сливочным	соль поваренная	0,70	0,70							№330 СБ дошк. 2016
	хлеб пшеничный	12,60	12,60							
	молоко	18,20	18,20							
	сахари панировочные	7,00	7,00							
	масса полуфабриката масло растительное	3,00	3,00							
140/3				2,88	6,65	19,12	147,90	16,96		
Компот из урожая	картофель	159,60	119,70							№394 СБ дошк. 2016
	молоко	22,12	21,00							
	масло сливочное	5,00	5,00							
	соль поваренная	0,52	0,52							
	масло сливочное	3,00	3,00							
180				0,40	0,02	16,60	68,20	2,44		
Хлеб пшеничный	урок	18,40	18,00							табл 6 стр 134, Дашк. 2012
	масса отварных сухофруктов	6,00	6,00							
	вода	183,00	183,00							
30				2,28	0,24	14,76	70,50	0,00		
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дашк. 2012
Итого:		713			22,06	17,08	86,79	590,17	25,85	
<b>ПО-ЦНИК</b>										
Шах бахши с рисом и мясом		90			7,02	10,35	28,62	234,03		табл 6 стр 134, Дашк. 2012
	мука пшеничная в/с	31,00	31,00							№376 Дашк. 2016
	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							
	мажоро	12,50	12,50							
	дрожжи сухие	0,30	0,30							
	соль поваренная	0,40	0,40							
	масса теста		50,00							
	говядина (котлетное мясо Б/х)	23,50	22,50							
	или фарш говяжий	23,50	22,50							
	крупа рисовая	6,00	6,00							
	мясо сваренного риса до подготовности		15,00							
	лук репчатый	7,80	6,50							
	масло сливочное	7,50	7,50							
	соль поваренная	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							
180/6					0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	
Чай с сахаром	чай весовой	0,45	0,45							№386 СБ дошк. 2016
	сахар	6,00	6,00							
	вода	180,00	180,00							
100				0,40	0,40	9,80	47,00	0,00		
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100			0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		376			7,48	10,77	44,44	305,73	10,03	
ВСЕГО:		1673			41,63	49,30	205,29	1373,30	46,65	

День 5 -ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кал - во (в г.) брутто	Кал - во (в г.) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-зат			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша манная молочная с маслом сливочным	крупа манная	180/3	22,50	22,50	5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
	молоко		158,00	158,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай без сахара, с мармеладом	чай весовой	180/20	0,45	0,45	0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	вода питьевая		180,00	180,00						
	мармелад		30,00	30,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	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:		423			9,15	11,15	68,41	411,37	1,15	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (кефир, 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
		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
Итого:		180								
<b>ОБЕД</b>										
Салат из моркови с сахаром		60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42 СБ дошк. 2016



	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							
Тесто мясное	масса полуфабриката фрикаделек	70		10,00	8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	сб дошк 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							
	вода питьевая		9,40	9,40							
	соль йодированная		14,00	14,00							
	соль йодированная		0,70	0,70							
	соль йодированная		4,80	4,80							
	масса полуфабриката			84,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
Рагу из овощей		150			2,53	19,70	12,20	202,86	17,87	дошк 2016	
	картофель		66,50	50,00							
	морковь		30,00	24,00							
	масса замоченной 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							
	соль									№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							
	яблечник		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, Делн 2012	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,21	0,42	11,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Делн 2012	
Итого:		718			22,12	28,79	76,67	669,37	32,45		
Элеи с птицы	ПОЛДНИК	100			10,90	14,00	22,30	245,00		сб дошк сборник	
	мука пшеничная		30,80	30,80							
	в том числе на подпыль		1,20	1,20							
	сезонный песок		0,80	0,80							
	масло сливочное		5,00	5,00							
	яйцо куриное		6,00	5,00							
	сметана		12,50	12,50							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масса теста			52,00							
	шпатель - бройлеры с/н		51,00	36,00							
	картофель		34,58	26,00							
	лук репчатый		7,20	6,00							
	масло сливочное		5,00	5,00							
	соль		0,80	0,80							
	масса фарша			75,00							
	яйцо куриное для смазки изделия		1,20	1,00							
	масло растительное		0,20	0,20							



Чай с сахаром и лимоном	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Делн 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
См. разливной										
Итого:		180	180,00	180,00	0,96	0,06	18,18	76,32	5,66	№414 Делн 2016
ВСЕГО:		1791			48,42	58,47	199,34	1520,54	40,48	

Наименование блюда 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	
<b>2 неделя</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каши пшеница молочная с маслом сливочным		крупя 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 поваренная			0,50	0,50						
		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 делн 2016
		сахар			6,00	6,00						
		молоко			92,00	90,00						
		вода			90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		батон нарезной		30/5	30,00	30,00	2,20	4,50	15,49	111,68		№1 Делн 2016
		масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		2 - ой ЗАВТРАК		404			10,49	12,33	50,89	371,68	1,38	
Сок разливной				180	180,00	180,00	0,96	0,06	18,18	76,32	3,60	№418 Делн 2016
Итого:				180			0,96	0,06	18,18	76,32	3,60	
<b>ОБЕД</b>												
Салат из кукурузы и/с		кукуруза и/с		50	77,60	46,50	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	№ сб делн 20
		сахар			1,00	1,00						
		масло растительное			3,00	3,00						
Борщ со свеклой капустой, с картофелем на курином бульоне со сметаной		капуста свежая		180/7	20,00	16,00	1,48	4,50	8,12	85,97	7,71	№63, сб делн 2016
		картофель			21,28	16,00						
		морковь			13,50	10,00						
		лук репчатый			9,52	8,00						
		свекла			41,00	32,00						
		масло растительное			0,20	0,20						
		сахар			2,00	2,00						
		томатная паста			4,00	4,00						
		соль поваренная			0,70	0,70						
		бульон			140,00	140,00						
		сметана			7,00	7,00						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы		шпикета - бройлеры с/я		200	107,30	101,20	15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/6 от 24.06.2020
		мясо готовой мякоти птицы				44,00						
		картофель			193,00	145,10						
		лук репчатый			15,00	12,50						
		морковь			7,00	6,30						
		масло сливочное			5,10	5,10						
		соль поваренная			0,80	0,80						
		вода питьевая			25,10	25,10						
Напиток из сухофруктов		сухофрукты		180	15,70	15,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№184 сб делн 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	ТТК 6 стр 144, Делн с 2012
Итого:		ПОЛДНИК		657			21,82	18,88	64,40	522,62	13,73	
Омлет натуральный		яйцо		150	114,00	95,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,38	№229, со делн 2016
		молоко			60,00	60,00						
		масло омлетной смеси			2,50	2,50						
		масло сливочное			0,40	0,40						
		соль поваренная				150,00						
		масса готового омлета				30,00						
Хлеб пшеничный				30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	№229, со делн 2016
Чай с сахаром, с яблоком		чай весовой		180/6/10	0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№413 сб делн 2016
		сахар			6,00	6,00						
		яблоки свежие			11,40	10,00						
		вода			180,00	180,00						



Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	82,40				
<b>Итого:</b>		396			17,83	27,09	39,27	472,26	1,31			табл 6 стр 136. Лист
<b>ВСЕГО:</b>		1637			51,05	58,20	172,74	1442,88	20,02			

День 7-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
			Брутто	нетто	белки	жиры	угл-лы			
								2 - ой ЗАВТРАК		
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каши ячневая молочная с маслом сливочным	крупя ячневая молоко вода сахар соль поваренная 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	2,83	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	3,29	4,50	15,49	111,66		№1 Дели 2016
<b>Итого:</b>		494			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб Лопик 2016
<b>Итого:</b>		180	185,00	180,00						
<b>ОБЕД</b>										
Салат из квашеной капусты	капуста квашеная лук репчатый масло растительное соль	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 гречневой крупой, с куриными фрикадельками	крупя гречневая картофель морковь лук репчатый масло растительное соль поваренная бульон или вода фрикадельки куриные шпатель-бройлеры цыто с/м или фарш куриный лук репчатый яйцо куриное вода питьевая соль поваренная	180/10	6,00 80,00 9,00 8,60 1,80 0,60 126,00 17,56 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10	6,00 80,00 9,00 7,20 7,20 1,80 0,60 126,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10	2,84	3,21	9,52	81,94	6,15	№86 Сб Лопик 2016
Биточки рубленные из рыбы	масса полуфабриката фрикаделек масса готовых фрикаделек рыба (минтай с/м БГ) пшеница пшеничная крупя пшеничная яйцо лук репчатый вода соль поваренная 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 поваренная масло сливочное	140/3	159,60 22,12 5,00 0,52 3,00	119,70 21,00 5,00 0,32 3,00	2,88	6,65	19,12	147,00	16,96	№339 СБ Лопик 2016
Компот из свежих яблок	яблоки свежие сахар вода	180	34,00 6,00 181,00	28,00 6,00 181,00	0,14	0,14	25,06	103,14	0,81	№842 Сб Лопик 2017
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели + 2012.
<b>Итого:</b>		676			18,79	19,14	83,57	597,60	34,08	
<b>ПОЛДИНК</b>										
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,38	8,80	21,20	206,33	0,18	№204 СБ Лопик 2016



	макаронные изделия		49,00	49,00								
	вода		294,00	294,00								
	соль поваренная		0,50	0,50								
	сыр голландский		25,50	25,00								
	масло сливочное		2,50	2,50								
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,29	0,24	14,77		70,57		0,00	табл. 6 стр. 124, Дел. 2012 №399 об. дошк 2016
Нашпик из шпиконки	шпиконки	180/6	18,40	18,00	0,61	0,25	6,68		31,38		90,00	
	сахар		6,00	6,00								
	вода		180,00	180,00								
Итого:			366									
ВСЕГО:			1628			13,17	9,38	42,74	308,38		90,18	
						48,46	45,46	189,75	1388,94		125,88	

День 3 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАНТРАК</b>										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	крупка геркулесовая молоко сахар соль поваренная масло сливочное	180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
Каша с молоком	какао-порошок сахар молоко вода	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416/Дел. 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		Лит. Дел. 2010
Итого:		404			13,40	15,76	60,16	441,17	3,29	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сос разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,50	№418 Дел. 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из моркови с сахаром	морковь сахар	60	72,00 3,00	57,60 3,00	0,75	0,06	6,97	31,58	2,88	№42, С6 дошк 2016
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясным фаршем, с сметаной	капуста свежая картофель морковь лук репчатый масло растительное соль поваренная вода питьевая говядина (котлетное мясо) или фарш говяжий лук репчатый яйцо вода для фарша соль поваренная масса полуфабриката масса готовых фаршелек сметана	180/10/7	45,00 28,73 9,00 8,57 4,00 0,60 140,00 11,97 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 14,30 10,00 7,00	36,00 21,60 7,20 7,20 4,00 0,60 140,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30 10,00 7,00	3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, об. дошк 2016
Тефтели мясные в томатном соусе	говядина (котлетное мясо/б/к) или фарш говяжий лук репчатый масло растительное масса пассерованного лука репчатого хлеб пшеничный вода питьевая соль поваренная мука пшеничная в/с масса полуфабриката масло растительное масса готовых тефтелей соус томатный вода питьевая масло сливочное мука пшеничная в/с морковь лук репчатый томатная паста масло растительное	60/20	39,90 39,90 24,00 2,00 10,00 8,00 12,00 0,60 4,00 2,00 20,00 0,90 0,90 1,50 0,72 1,25 0,30	38,00 38,00 20,00 2,00 10,00 8,00 12,00 0,60 4,00 2,00 20,00 0,90 0,90 1,20 0,60 1,25 0,30	7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	С6 мясное, №303, 366, 2016



Гороховое пюре	соль поваренная	0,20	0,20							
	сахар	0,20	0,20							
	масса готового супа		20,00							
	горох	130	66,30	65,00	11,79	2,96	30,29	196,94		№109 сб шк
Космет из урюка	соль поваренная		0,50	0,50						
	вода питьевая		163,00	163,00						
	масло сливочное		2,40	2,40						
	урюк	180	18,40	18,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб лопш 2016
Хлеб ржаной	масса отварных сухофруктов			28,80						
	вода питьевая		6,00	6,00						
	сахар		183,00	183,00						
Итого:		40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Делн № 2012	
<b>ПОЛДИНК</b>		<b>687</b>			<b>26,80</b>	<b>15,80</b>	<b>83,13</b>	<b>586,48</b>	<b>16,39</b>	
Сметанки	мука пшеничная	75	22,50	22,50	3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник рецептур №109 стр 144, Делн № 2012
	мука пшеничная на полдны		2,25	2,25						
	яйцо куриное		3,00	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 поваренная		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	чай ивовый	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03
сахар			6,00	6,00						
вода			180,00	180,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Делн № 2012
	(абрикосы, яблоки, или бананы или малина)									
Итого:		261			5,55	8,36	46,87	291,38	10,18	
ВСЕГО:		1632			45,86	40,42	208,34	1395,32	31,46	

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			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	крупа рисовая	180/3	22,50	22,50	5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ГТК № 12Д
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,30	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	чай ивовый	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб лопш 2016
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарезной	30/3/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб лопш 2016
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		408			11,99	13,63	64,54	429,53	2,28	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток (кефир, йогурт, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ лопш 2016
	Итого:		180		5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
<b>ОБЕД</b>										
Винегрет овощной	картофель	60	20,64	15,00	0,84	6,02	4,37	75,06		№46 сб лопш 2016
	свекла		15,30	12,00						
	морковь		11,40	9,00						
	капуста квашеная		17,25	12,00						
	лук репчатый		10,71	9,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	мука пшеничная	180	15,00	15,00	1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб лопш 2016
	яйцо		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль поваренная		0,20	0,20						
	масса подсушенной лапши			16,00						
	Итого:		180							



	морковь		10,00	8,00								
	лук репчатый		9,52	8,00								
	масло растительное		4,00	4,00								
	бульон		170,00	170,00								
	соль поваренная		0,80	0,80								
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07		Акт проработки от 25.12.2018 №569	
	цукаты - бройлеры с/м		84,90	55,11								
	или фарш куриный		37,89	55,11								
	морковь		10,53	13,12								
	лук репчатый		18,00	15,00								
	масло растительное		1,50	1,50								
	масса припущенного лука			8,90								
	соль поваренная		0,57	0,57								
	айно		0,84	0,70								
	мука пшеничная		5,25	5,25								
	масса полуфабриката			82,60								
	масло растительное		2,60	2,60								
Картофель запеченный	картофель	140	270,00	203,00	3,8	8,25	29,53	212,6	20,3		№147 об ак 2017	
	масло растительное		5,00	5,00								
	соль поваренная		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 июль 2016	
	сахар		4,00	6,00								
	вода		183,00	183,00								
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00		табл 6 стр 134, Дел №, 2012	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00		табл 6 стр 144, Дел №, 2012	
Итого:		695			32,66	27,10	102,63	737,41	21,38			
Растетай с рыбой	<b>ПОЛДНИК</b>	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15		ТТК	
	мука пшеничная		50,00	50,00								
	мука пшеничная на полпы		2,00	2,00								
	сахар		2,50	2,50								
	масло сливочное		2,50	2,50								
	соль поваренная		0,50	0,50								
	дрожжи сухие		0,20	0,20								
	вода		21,50	21,50								
	масса теста			75,00								
	минтай ПБИ с/м		57,00	41,00								
	масса готовой рыбы			33,60								
	лук репчатый		6,00	5,00								
	масса припущенного лука			2,52								
	мука пшеничная		0,40	0,40								
	масло сливочное		4,00	4,00								
	соль поваренная		0,50	0,50								
	масса фарша рыбного			40,00								
	масса полуфабриката			115,00								
	масло растительное для связки листов		0,40	0,40								
Чай с сахаром и лимон	чай весовой	180/6/7	0,45	0,45	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83		№393 Дел 2010	
	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	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		№386 СБ июль 2016	
Итого:		393			12,03	9,93	41,03	293,48	12,98			
<b>ВСЕГО:</b>		1677			81,30	55,17	215,80	1552,42	37,18			

День 10 - чай

Наименование блюда и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	Угле-ды			
Каша пшеничная молочная с сливочным маслом	<b>ЗАВТРАК</b>									
	крупа пшеничная	180/3	22,50	22,50	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
Чай с сахаром, с яблоком	чай весовой	180/6/10	0,45	0,45	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№812 Дел 2016
	сахар		6,00	6,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	вода		180,00	180,00						
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дел 2010



масло сливочное		414	5,00	5,00	10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
<b>Итого:</b>										
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок разный		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,80	№418 Девч 2016
<b>Итого:</b>		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,80	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из зеленого горошка с/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№110 Ло дош. 2016
зеленый горошек с/с			30,16	48,00						
масло растительное			2,50	2,50						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		180/10			4,22	2,33	8,77	76,37	5,90	№86 сб дош. 2016
крупя рисовая			6,00	6,00						
картофель			80,00	60,00						
морковь			9,00	7,20						
лук репчатый			9,52	8,00						
масло растительное			1,80	1,80						
томатная паста			2,20	2,20						
соль поваренная			0,60	0,60						
бульон			120,00	120,00						
шпикета-бройлеры потр. с/м			17,56	11,40						
или фарш куриный			11,97	11,40						
лук репчатый			1,19	1,00						
айшо			0,96	0,80						
вода для фарша			1,00	1,00						
соль поваренная			0,10	0,10						
масса полуфабриката				14,30						
масса готовых фрикаделек				10,00						
Кашута тушеная с мясом		185			8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022
кашута свеклая			165,60	132,00						
вода питьевая			30,00	30,00						
масса тушеной кашуты				120,00						
лук репчатый			13,20	11,00						
масло растительное			1,20	1,20						
масса пассерованного лука			45,70	43,75						
говядина (котлетное мясо С/к)			45,70	43,75						
или фарш говяжий				35,00						
масса готового фарша				3,75						
мука пшеничная в/с			3,60	3,60						
мясо свиня				18,00						
вода питьевая			18,00	18,00						
масло сливочное			0,84	0,84						
мука пшеничная в/с			0,84	0,84						
морковь			1,50	1,20						
лук репчатый			0,43	0,36						
томатная паста			1,08	1,08						
масло растительное			0,24	0,24						
соль поваренная			0,18	0,18						
сахар			0,18	0,18						
Компот из свежих фруктов		180	27,40	24,00	0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
яблоки свежие			9,00	6,00						
апельсин			6,66	6,00						
лимон			183,00	183,00						
вода			6,00	6,00						
сахар			30,00	30,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	№8 в стр №8 в стр 144, Девч 5. 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	
<b>Итого:</b>		675			19,41	16,62	67,87	512,79	39,01	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Королевская ватрушка		150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК
песынка изт:										
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						
айшо куриное			18,00	13,00						
песынка изт:										
масло сливочное			4,25	4,25						
мука пшеничная			7,80	7,80						
сахарный песок			4,25	4,25						
Нанток из шпикетика		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб оток 2016
шпикетик			18,40	18,40						
сахар			6,60	6,00						
вода питьевая			180,00	180,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	№8 в стр 144, Девч 5. 2012
(яблоки или апельсин, или банан или мандарин)										
<b>Итого:</b>		436			19,95	11,41	73,14	478,38	103,92	
<b>ВСЕГО:</b>		1 705			50,40	38,19	221,48	1449,03	148,42	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		16873			524,46	520,37	2065,73	15180,64	589,42	
<b>ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день</b>		1687			52,45	52,04	206,57	1518,66	58,94	

Примечание:  
1. Предоставлены среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН в соответствии с учетом пребывания детей в ДОУ