

С.В. Р. Мухоморова
 АБС ПЕРМЬ
 19.01.2016

Примерное 10-дневное меню
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях
 с 12 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 - ый

Наименование блюда и ингредиентов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Эквивалент	Сборник рецептур
		Брутто	Нето	белки	жиры	угле-ды			
Каша "Дружба" молочная с маком сливочным	140,3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
Крупа рисовая		10	10						
Крупа пшеничная		7,5	7,5						
Молоко		75	75						
Вода		48	48						
Сахар		2	2						
Соль поваренная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№345 Дешк 2010
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Булочка "Боро" с маком сливочным	28,5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дешк 2010
Булочка ватрушечная		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	353			8,99	11,69	50,66	344,60	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в асептической упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дешк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из моркови протушенной с яблоками	40			0,42	0,07	3,45	16,16	1,750	ТТК от 25.01.2013
Морковь		40,88	32,70						
масса протушенной моркови			30,00						
яблоки		11,40	10,00						
сахар		0,40	0,40						
Супкартофельный с вермишелью и маринованными грибами	150/10			3,95	3,56	10,51	97,15	5,190	№88 СБ Дешк 2016
говядина БК (копченое мясо)		11,97	11,4						
или фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Ябло		0,26	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль поваренная		0,1	0,1						
масса полуфабриката			14,3						
масса томатных грибов			10						
Картофель		58,90	45,00						
вермишель		6,00	6,00						
Морковь		7,30	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль поваренная		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Котлеты рыбные из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76	0,600	ТТК от 25.01.2013
говядина (копченое мясо БК)		36,57	35						
или фарш говяжий		36,75	35						
лук репчатый		10,4	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
Вода		5,2	5,2						
соль поваренная		2,8	2,8						
соль поваренная		0,4	0,4						
масса полуфабриката			61,9						
Масло растительное		0,60	0,60						
Каша пшеничная	120			2,45	4,42	9,47	92,40	20,500	№354 СБ Дешк 2016
Каша пшеничная		172,00	137,60						
Лук репчатый		5,76	4,80						
Морковь		3,00	2,40						
Томатная паста		2,88	2,88						
Мука пшеничная		1,44	1,44						
Масло растительное		4,20	4,20						
Сахар		0,90	0,90						
соль поваренная		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	24,01	100	0,540	№394 СБ Дешк 2016
Сухофрукты		12,75	12,50						
Сахар		5,00	5,00						