

Утверждаю

Директор ООО «АБК-Пэймент»

Рамазанов В.Р.

Согласовано

Руководитель дошкольной образовательной организации

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

День	Наименование блюда продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
	Каша "Дружба" молочная с маслом 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 иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
	Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.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 Дети сб дошк.2016
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
	Итого:	353			8,99	11,69	46,65	328,64	1,84	
	2 - ой ЗАВТРАК									
	Сок в ассортименте в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дети2016
	Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
	ОБЕД									
	Салат из моркови с яблоками	40			0,42	0,07	3,41	15,96	1,750	№41 сб дошк 2016
	морковь		37,80	30,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	сахар		0,40	0,40						
	Суп со звездочками и картофелем, с куриными фрикадельками	150/10			3,21	5,77	15,88	120,35	5,190	№88 СБ дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		17,5	11,4						
	или фарш куриный		11,97	11,4						
	лук репчатый		1,19	1						
	яйцо куриное		0,96	0,8						
	соль иодированная		0,1	0,1						
	масса готовых фрикаделек			10						
	картофель		59,9	45						
	морковь		7,5	6						
	лук репчатый		7,14	6						
	суповая заправка (звездочки)		6,00	6,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	вода		114,00	114,00						
	Котлеты рубленые из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76	0,600	ТТК от 25.01.2023
	говядина (котлетное мясо б/к)		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						
	сухари панировочные		2,8	2,8						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	масса полуфабриката			62						
	Масло растительное		0,60	0,60						
	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	110/2			2,56	2,36	28,88	113,00		ТТК №3Д
	Крупа ячневая		23,00	23,00						
	Вода		88,00	88,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,25	0,25						
	Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
	Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144 Дети + 2012
	Итого:	555,00			17,43	18,03	84,25	528,97	7,99	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
	Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, заквас)	150			4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		155	150						
	Пудинг рыбный	45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,12	№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,9						
	масса отварной рыбы			30						
	Хлеб пшеничный		6,2	6,2						

	яйцо		4,8	4							
	молоко		9	9							
	масло сливочное		1,7	1,7							
	соль иодированная		0,3	0,3							
	Масло растительное		0,8	0,8							
	масса пудинга			45							
	Соус молочный										
	молоко		7,5	7,5							
	масло сливочное		0,8	0,8							
	Мука пшеничная		0,8	0,8							
	Вода		7,5	7,5							
	Сахар		0,15	0,15							
	соль иодированная		0,09	0,09							
	масса соуса			15							
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	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							
Чай с сахаром		150/5			0,0525	0,015	5,02	20,08	0,02	№411 сб дошк 2016	
	чай весовой		0,4	0,4							
	Сахар		5	5							
	Вода		150	150							
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели + 2012	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012	
Итого:		542,00			18,48	16,84	56,57	452,13	15,72		
ВСЕГО:		1650,00			45,90	46,56	207,68	1394,54	29,55		

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №1Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк 2016
		2	2						
		6	6						
		110	110						
		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
Итого:	358			9,96	15,01	46,75	368,45	1,50	
2- ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк 2016
		21,84	12,00						
		21,92	16,00						
		10,24	8,00						
		2,40	2,00						
		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне со сметаной	150/7			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63 сб дошк 2016
		15,6	12,5						
		16,63	12,5						
		11,25	9,0						
		7,80	6,5						
		32	25,0						
		1,5	1,5						
		3,0	3,0						
		0,65	0,7						
		120	120,0						
		7,0	7,0						
Плов из отварной птицы с рисовой крупой	150			8,91	8,22	23,16	212,45		№321 сб дошк 2016
		65,9	62,1						
			27,0						
		5,0	5,0						
		10,7	9,0						

Кисель	Морковь		20,38	16,3							
	Крупа рисовая		44,0	44,0							
	вода питьевая		65,0	65,0							
	Соль йодированная		0,3	0,3							
	масса готового риса с овощами								125,0		
	масса готового плода							150,0			
		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК	
	Кисель-концентрат		17,5	17,5							
	Сахар		5	5							
	вода		150	150							
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		532			13,42	15,86	60,92	462,59	9,67		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк 2017	
Запеканка творожная с повидлом		110/20			4,52	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб дошк 2016	
	Творог		103,2	101,2							
	крупа манная		6,6	6,6							
	Яйцо		5,28	4,4							
	Сахар		8,8	8,8							
	Сметана		4,4	4,4							
	Масло сливочное		4,4	4,4							
	Сухари панировочные		4,4	4,4							
	соль йодированная		0,55	0,55							
	масса готовой запеканки			110							
	Повидло		20,40	20,00							
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк2016	
	Мука пшеничная		30,50	30,00							
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	Сахар		6,00	6,00							
	Масло сливочное		6,50	6,50							
	соль 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							
	масса крошки			2,00							
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010	
	чай весовой		0,8	0,8							
	Сахар		5	5							
	лимон		5,55	5							
	Вода		150,0	150,0							
Итого:		490			12,36	15,72	54,47	398,87	3,08		
ВСЕГО:		1480,00			36,14	46,99	171,93	1276,91	24,25		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4			5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Чай с молоком сахаром	170/6			1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	350			8,52	11,10	50,22	334,35	1,80	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты	40			1,04	2,95	1,29	35,92	1,86	№21 сб дошк 2016
		47,25	37,80						
			34,00						
		5,00	4,00						
		0,70	0,70						
		2,00	2,00						
		0,20	0,20						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016

	крупя пшеничная		10	10							
	картофель		66,5	50							
	Морковь		8,75	7							
	Лук репчатый		8,33	7							
	Масло растительное		1,7	1,7							
	соль иодированная		0,5	0,5							
	Бульон		100,0	100,0							
Фрикадельки куриные в молочном соусе		40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№ 325 сб дошк 2016	
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		45,6	29,3							
	Хлеб пшеничный		30,77	29,3							
	Вода		7,3	7,3							
	Вода		9,0	9,0							
	соль иодированная		0,3	0,3							
	Масса полуфабриката			46,0							
	Масло растительное		0,6	0,6							
	Соус молочный:			20,0							
	Молоко		10,0	10,0							
	Масло сливочное		1,04	1,0							
	Мука пшеничная		1,04	1,0							
	Вода		10,0	10,0							
	Сахар		0,2	0,2							
	соль иодированная		0,2	0,2							
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб дошк.2016	
	макаронные изделия		38,5	38,5							
	вода		231,0	231,0							
	соль иодированная		0,45	0,45							
	масло сливочное		3	3							
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	2,03	№394 сб дошк 2016	
	урюк		15,3	15,0							
	Сахар		5,00	5,00							
	вода		152,00	152,00							
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		515			15,05	14,81	64,85	456,92	9,31		
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016	
Фрикадельки рыбные отварные		60			10,06	2,12	0,85	66,00	1,00	№279 сб дошк 2016	
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		61,20	45,00							
	хлеб пшеничный		47,25	45,00							
	яйцо		9,00	9,00							
	яйцо		7,20	6,00							
	масло сливочное		2,00	2,00							
	соль иодированная		0,10	0,10							
	вода питьевая		9,00	9,00							
Картофель тушеный с овощами в соусе		120			2,61	10,07	18,12	172,80	15,97	№144 сбшк 2016	
	Картофель		146,30	110,00							
	масло растительное		4,50	4,50							
	Лук репчатый		7,20	6,00							
	Морковь		10,63	8,50							
	соль иодированная		0,34	0,34							
	соус			20,00							
	сметана		5,00	5,00							
	Мука пшеничная		1,50	1,50							
	вода		15,00	15,00							
	соль иодированная		0,16	0,16							
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							
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Ддели + 2012	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Итого:		530			20,93	18,31	58,93	487,35	93,92		
ВСЕГО:		1595			45,50	44,21	194,20	1363,42	109,03		

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			3,05	6,11	19,47	145,06		ТТК №10Д
		17,5	17,5						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк,2016
		2,5	2,5						
		6	6						
		90	90						

Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	Вола	25/5/20	108	108	2,00	4,36	25,92	148,50		№2 Дели сб дошк2016
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное повидло		5	5						
			20,4	20						
Итого:			363		7,90	12,88	55,74	368,14	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)		120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	стр 184 табл 9 Дели+ 2012
Итого:		120			1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками	свекла	40	41,00	32,00	0,44	3,10	2,07	30,68	1,170	№36 сб дошк 2016
	яблоки		8,00	7,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	Картофель	150	40,05	30	3,29	3,16	9,92	88,95	3,50	СБ дошк.2016 №87
	Горох колотый		12,15	12						
	лук репчатый		7,2	6						
	Морковь		9,6	7,5						
	соль иодированная		0,15	0,15						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		105	105						
Птица, тушеная в соусе с овощами	цыплята - бройлеры с/м	150	73	69,0	13,34	10,37	12,90	198,00	8,71	№319 СБ дошк 2016
	масса отварной мякоти птицы			30,0						
	соус сметанный :									№372 СБ дошк 2016
	Вода или отвар		15,0	15,0						
	сметана		5,0	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	Картофель		87,2	65,6						
	морковь		32,0	25,6						
	Лук репчатый		17,6	14,4						
	масло растительные		1,2	1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	масса овощей с соусом			120,0						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	150	12,75	12,50	0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		525			19,88	17,12	52,75	446,53	13,83	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, йогурт, йогурт)		150			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
Омлет с сыром	яйцо	130	102	85	12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№220, сб дошк2016
	молоко		51	51						
	сыр		13,26	13						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром	чай весовой	150/5	0,4	0,4	0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№392 Дели2010
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Булочка с сахаром	Мука пшеничная	35	21,00	21,00	2,66	4,20	18,42	95,67	0,11	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
	Сахарный песок		2,73	2,73						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	Яйцо		2,04	1,70						
	Дрожжи сухие		0,18	0,18						
	Молоко		9,10	9,10						
	Соль йодированная		0,20	0,20						
	Вода		8,26	8,26						
	Масса полуфабриката			41,00						
	Яйцо (на смазку изделий)		1,00	0,84						
	Масло растительное на смазку листов		0,70	0,70						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		495			21,04	29,68	46,02	508,54	1,40	
ВСЕГО:		1503			50,62	60,28	179,71	1437,21	106,40	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
-------------------------------	--------------	------------------	------------------	------------------	-------------------------	----------	------------------

		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С					
Суп молочный с геркулесовой крупой	ЗАВТРАК	180							№101,сб дошк 2016				
	геркулес		11,00	11,00	2,67	3,22	5,53	64,08		0,59			
	вода		54,00	54,00									
	Молоко		126,00	126,00									
	Масло сливочное		1,80	1,80									
	Сахар		0,80	0,80									
	Соль		0,70	0,70									
Какао с молоком		180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк2016			
	Какао-порошок		2,00	2,00									
	Сахар		6,00	6,00									
	Молоко		110,00	110,00									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5							№3 сб дошк2016				
	Вода		80,00	80,00									
	Батон нарезной		25	25	2,53	5,69	12,92	115,67		0,07			
	Сыр	5,1	5										
	Масло сливочное	5	5										
Итого:		370			8,87	12,10	29,32	270,53	2,09				
Сок в ассортименте в инд.упаковке	2 - ой ЗАВТРАК	200							№418 Дельта2016				
			200	200	1,00		20,20	84,80		4,00			
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00				
Салат из моркови с яблоками	ОБЕД	40							№41 сб дошк 2016				
	морковь		37,80	30,00	0,42	0,07	3,41	15,96		1,750			
	яблоки		11,40	10,00									
	сахар		0,40	0,40									
	Суп картофельный с вермишелью и с куриными фрикадельками			150/10			3,49	2,86		10,48	88,11	5,05	№88 сб дошк 2016
			цыпленок - бройлеры с/м		17,50	11,40							
			или фарш куриный		11,97	11,40							
			лук репчатый		1,19	1,00							
			яйцо куриное		0,96	0,80							
			вода		1,00	1,00							
			соль		0,10	0,10							
			масса готовых фрикаделек			10,00							
			картофель		66,50	50,00							
			морковь		7,50	6,00							
			Лук репчатый		7,20	6,00							
Масло растительное		1,50	1,50										
вермишель		6,00	6,00										
соль		0,50	0,50										
вода	115,00	115,00											
Суфле рыбное в молочном соусе		50			3,40	3,41	4,84	63,50	0,72	№284,371 сб дошк 2016			
	минтай ПБГ		58,80	43,20									
	масса отварной рыбы			36,00									
	молоко		13,00	13,00									
	Масло сливочное		2,00	2,00									
	мука пшеничная в/с		2,00	2,00									
	вода		3,00	3,00									
	соль		0,10	0,10									
	масса соуса молочного			17,00									
	яйцо куриное		8,04	6,70									
	масса пф			57,00									
	Масло растительное		1,70	1,70									
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным			110/3			2,66	4,62	27,55		162,47		№304 сб шк 2017
			Крупа рисовая		39,30	39,30							
соль иодированная		0,50	0,50										
Вода питьевая		82,50	82,50										
Компот из яблок		150			0,12	0,12	3,98	58,36	0,68	№390 СБ дошк 2016			
	яблоки свежие		27,4	24,0									
	вода		152,0	152,0									
Хлеб ржаной		40			2,64	0,48	15,84	79,20		2012			
	сахар		5,0	5,0									
Итого:		553			12,73	11,56	66,10	467,60	8,20				
Молоко кипяченое	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016			
	молоко		158	150									
	Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом			130/20			15,70	17,03	19,49		285,96	4,45	№308 СБ дошк 2016
			говядина (котлетное мясо б/к)		35,40	34,00							
			или фарш говяжий		35,70	34,00							
			масло сливочное		2,40	2,40							
			масса готового мясного фарша			26,00							
Картофель	165,60	124,5/120,4											
масса отварного протертого картофеля		118,00											

	Лук репчатый		10,80	9,00						
	Масло растительное		1,60	1,60						
	масса припущенного лука			6,50						
	Масло сливочное		1,60	1,60						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сухари панировочные		2,40	2,40						
	масса полуфабриката			153,00						
	соус сметанный :			20,00						
	Сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,30	1,30						
	вода		15,00	15,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,8	0,8						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Кондитерское изделие	крекер	15	15,0	15,0	1,35	2,70	9,60	67,47		
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00		2012
Итого:					23,01	23,66	51,30	502,47	8,42	
ВСЕГО:		1618			45,62	47,31	166,92	1325,40	22,71	

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,40	0,00	ТТК №6Д
		17,7	17,7						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Чай с молоком сахаром	170/6			1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	350			7,14	13,08	37,11	293,75	1,13	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Огурцы соленые порционно	30			0,94	2,66	1,16	32,33	1,67	№70 сб шк 2017
		54,60	30,00						
Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	150/5			1,08	3,74	5,67	65,25	6,25	ТТК 99, сб шк 2017
		60	45						
		25	20						
		8,75	7						
		8,4	7						
		3	3						
		0,65	0,65						
		115	115						
		5	5						
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	150			12,50	13,95	12,78	227,57	5,21	ТТК 580/а от 24.06.2020
		73,20	69,00						
			30,00						
		140,00	105,00						
		13,80	11,50						
		14,38	11,50						
		3,75	3,75						
		3,75	3,75						
		0,60	0,60						
			120,00						
Кисель	150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
		17,50	17,50						
		5,00	5,00						
		150,00	150,00						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:	520			17,28	20,85	46,97	457,15	13,96	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Запеканка творожная с повидлом	110/20			4,52	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб дошк 2016
		103,2	101,2						
		6,6	6,6						
		5,28	4,4						

	Сахар		8,8	8,8						
	Сметана		4,4	4,4						
	Масло сливочное		4,4	4,4						
	Сухари панировочные		4,4	4,4						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	масса готовой запеканки			110						
	Повидло		20,40	20,00						
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						
Кондитерское изделие	крекер	10	10,0	10,0	0,90	1,80	6,40	44,98		
Итого:		445			10,28	10,73	40,20	287,22	76,06	
ВСЕГО:		1415			35,11	45,06	134,08	1085,12	101,15	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			5,31	4,87	35,49	207,40	0,67	ТТК № 2Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№114 сб дошк 2016
		2,5	2,5						
		6	6						
		90	90						
		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Сыр порционнно	10	10,2	10	2,63	2,66		34,33	0,07	№15 сб шк 2017
Итого:	363			12,70	14,30	58,76	414,81	1,91	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,56	1,88	25,08	3,60	№10 СБ дошк 2016
		48,10	28,80						
		1,50	1,50						
Суп картофельный с клецками с мясом птицы	150/10			4,47	4,61	11,31	112,75	3,69	№91 сб дошк 2016
		24,4	23						
			10						
		66,6	50						
		7,5	6						
		7,2	6						
		1,5	1,5						
		0,5	0,5						
		112,5	112,5						
			15						
		4,6	4,6						
		0,5	0,5						
		1,6	1,32						
		7,3	7,3						
		0,1	0,1						
			13,5						
			15						
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40			11,21	18,94	9,15	253,56	14,05	№148 сб дошк 2016
		52,20	50,00						
		52,50	50,00						
		2,00	2,00						
			40,00						
		46,55	35,00						
		23,40	17,60						
			16,00						
		18,48	15,40						
			12,32						
		32,13	25,70						
			22,70						
		0,50	0,50						
		4,00	4,00						
		33,00	33,00						№366 сб дошк 2016
		1,50	1,50						
		1,50	1,50						
		2,66	2,00						
		1,20	1,00						
		2,00	2,00						
		0,50	0,50						
		0,33	0,33						

	соль йодированная		0,33	0,33						
	масса соуса			33,00						
	масса рагу с фаршем			150,00						
Ватрушка с творогом		50			6,15	3,65	19,45	134,67	0,03	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		26,50	26,50						
	Яйцо куриное		1,68	1,40						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	вода питьевая		10,70	10,70						
	сахарный песок		1,40	1,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	творог		19,70	19,50						
	Яйцо куриное		1,08	0,90						
	сахарный песок		1,1	1,1						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	Яйцо куриное		1,2	1						
	Масло растительное		0,2	0,2						
	Масло растительное		0,2	0,2						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		575			25,54	29,25	69,64	654,96	21,82	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	150/2	155	150	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
	сахар		2	2						
Котлеты рыбные любительские	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный	60	72,0	52,5	8,09	2,54	6,41	81,00	2,08	№272 СБ дошк 2016
	Морковь		15,1	12,2						
	масса отварной моркови			12,0						
	хлеб пшеничный		5,0	5,0						
	вода		6,0	6,0						
	Лук репчатый		9,6	8,0						
	масса пассерованного лука			4						
	яйцо		8,4	7,0						
	соль йодированная		0,8	0,8						
	Масса полуфабриката			75,0						
	Масло растительное		2,0	2,0						
Каша гречневая рассычатая с овощами с маслом сливочным		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк2016
	крупа гречневая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	соль йодированная		0,3	0,3						
	масса каши			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
	масса каши с овощами			110,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5						
	вода питьевая		170	170						
	мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		529			17,62	8,12	59,81	382,69	3,56	
ВСЕГО:		1667			56,86	51,66	208,41	1537,25	31,29	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
		18,00	18,00						
		123,00	123,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк2016
		2	2						
		6	6						
		110	110						
		80	80						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	353			9,83	12,14	46,40	338,54	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	стр 184 табл 9 Дели 1 2012
Итого:	120			1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	

ОБЕД										
Винегрет с соевыми огурцами		40			0,56	4,02	2,92	50,04	3,85	№46 сб 2016
	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	огурцы соленые		14,56	8,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Щи со свежей капустой с картофелем, со сметаной		150/5			1,19	3,72	4,92	61,95	9,49	№73, 128сб дошк 2016
	Капуста свежая		37,5	30						
	Картофель		23,94	18						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		3	3						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон или вода		120	120						
	Сметана		5	5						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		40/20			5,81	6,29	4,59	98,42	0,68	ТТК 698 от 09.04.2021
	пыльца - бройлеры с/м или фарш куриный		39,10	25,40						
	вода		26,67	25,40						
	рис		4,00	4,00						
	рис		3,40	3,40						
	масса отварного рассычатого риса			10,00						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		1,20	1,20						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	мука пшеничная		2,80	2,80						
	масса полуфабриката			48,00						
	соус сметанно- томатный:			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	томатная паста		0,80	0,80						
	соль йодированная		0,16	0,16						
Вермишель отварная с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк.2016
	вермишель		38,50	38,50						
	вода		231,00	231,00						
	соль иодированная		1,10	1,10						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урожая		150			0,35	0,02	13,83	56,83	2,03	№394 сб дошк 2016
	урок		15,3	15,0						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		553			14,39	17,12	63,57	470,92	16,05	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)		150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
	молоко		158	150						
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229,сб дошк2016
	яйцо		84	70						
	молоко		65	65						
	масса омлетной смеси			135						
	масло сливочное		2	2						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масса готового омлета			130						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Дели +,2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		480			19,88	27,44	41,68	493,52	2,19	
ВСЕГО:		1506			45,91	57,31	176,86	1416,98	110,49	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
		18	18						
		70	70						
		53	53						
		2	2						

Чай с молоком, сахаром	соль иодированная		0,4	0,4							
	Масло сливочное	170/6	3	3	1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016	
	чай весовой		0,45	0,45							
	Сахар		6	6							
	Молоко		82	80							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода		90	90							
	Батон нарезной	25/5/5	25	25	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк2016	
	Сыр		5,1	5							
	Масло сливочное		5	5							
Итого:		354			9,84	11,68	45,68	329,48	1,87		
2 - ой ЗАВТРАК											
Сок в ассортименте в инд.упаковке		200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016	
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00		
ОБЕД											
Салат из свежей капусты		40			1,04	2,95	1,29	35,92	1,86	№21 сб дошк 2016	
	капуста свежая		47,25	37,80							
	масса прогретой капусты			34,00							
	морковь		5,00	4,00							
	Сахар		0,70	0,70							
	Масло растительное		2,00	2,00							
	соль иодированная		0,20	0,20							
Рассольник Ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной		150/10/6			2,73	5,28	8,20	94,67	2,15	№82 сб дошк2016	
	пшпаята - бройлеры с/м		17,5	11,4							
	иия фарш куриный		11,97	11							
	лук репчатый		1,19	1							
	Яйцо куриное		0,96	0,8							
	вода		1	1							
	соль		0,1	0,1							
	масса готовых фрикаделек			10							
	картофель		59,85	45							
	крупа перловая		6	6							
	морковь		7,5	6							
	лук репчатый		3,57	3							
	Масло растительное		2	2							
	огурцы соленые		16,38	9							
	соль йодированная		0,5	0,5							
	Бульон или вода		114	114							
	сметана		6	6							
Рыба запеченная с картофелем		150			10,20	10,22	14,51	190,50	4,63	№264, 370 сб дошк 2016	
	минтай ПБГ		81,60	60,00							
	иия фарш рыбный		63,00	60,00							
	соль йодированная		0,60	0,60							
	картофель		84,50	50,60							
	Масло сливочное		5,00	5,00							
	сухари панировочные		2,80	2,80							
	масса соуса			51,00							
	молоко		26,00	26,00							
	Масло сливочное		5,60	5,60							
	мука пшеничная в/с		5,60	5,60							
	вода		26,00	26,00							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	масса полуфабриката			166,0							
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК	
	Кисель-концентрат		17,50	17,50							
	Сахар		5,00	5,00							
	вода		150,00	150,00							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012	
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144 Дели + 2012	
Итого:		566			18,63	19,15	63,66	511,84	9,47		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт)		150			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016	
Запеканка рисовая с творогом		120			6,50	6,36	33,80	228,80		№ 263 сб дошк 2016	
	крупа рисовая		32,00	32,00							
	соль иодированная		0,20	0,20							
	вода		60,00	60,00							
	творог		26,50	26,00							
	Яйцо куриное		4,80	4,00							
	сахарный песок		8,80	8,80							
	Масло сливочное		3,20	3,20							
	сухари панировочные		3,20	3,20							
	сметана		3,20	3,20							
	масса полуфабриката			136,00							
	масса готовой запеканки			120,00							
Слойка сладкая		35			2,95	3,36	14,64	123,78		Стр.150 СБ Казань 1997	
	мука пшеничная в/с		21,70	21,70							
	мука пшеничная в/с		0,70	0,70							

	дрожжи сухие		0,28	0,28						
	соль йодированная		0,28	0,28						
	сахар		0,70	0,70						
	Масло сливочное		1,75	1,75						
	Яйцо куриное		2,10	1,75						
	молоко		8,75	8,75						
	масса теста			35,00						
	сахар		3,50	3,50						
	Масло сливочное		1,75	1,75						
	масса полуфабриката			40,25						
	Яйцо куриное		0,60	0,50						
	Масло растительное		0,10	0,10						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой		0,8	0,8						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150	150						
Итого:		465			13,90	13,49	61,60	457,36	3,07	
ВСЕГО:		1585			43,37	44,31	191,14	1383,49	18,41	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) Брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
		18	18						
		123	123						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк,2016
		2,5	2,5						
		6	6						
		90	90						
		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	353,00			10,55	13,04	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,56	1,88	25,08	3,60	№10 СБ дошк 2016
		48,10	28,80						
		1,50	1,50						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк2016
		10,5	10,5						
		0,72	0,72						
		3,6	3						
		2,1	2,1						
		0,18	0,18						
			12						
			30						
		7,50	6,0						
		7,14	6,0						
		3	3						
		143	143,00						
		0,5	0,5						
Биточки "Домашние"	50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	Акт проработки от 25.12.2018 №569
		57,6	40						
		42	40						
		12,5	10						
		9	7,5						
		0,4	0,4						
		0,6	0,5						
		3,5	3,5						
		1,5	1,5						
Рагу из овощей	120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148 ,сб дошк 2016
		53,20	40,00						
		24,00	19,20						
			18,00						
		20,40	16,80						
			13,20						
		32,75	26,20						
			24,00						
		0,60	0,60						
		4,00	4,00						
									№366 ,сб дошк 2016
		35,00	35,00						
		1,58	1,58						

	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из яблок		150			0,12	0,12	3,98	58,36	0,68	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		27,4	24,0						
	вода		152,0	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		545			14,50	29,05	44,18	545,48	19,40	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
Макаронные изделия отварные с сыром		130			8,80	10,35	22,17	217,36	0,15	№204 СБ шк 2017
	макаронные изделия		43,00	43,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Вода питьевая		258,00	258,00						
	Масло сливочное		2,00	2						
	сыр голландский		8,16	8						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,3	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		510			15,56	14,51	47,24	382,51	77,10	
ВСЕГО:		1508,00			41,01	57,00	150,78	1333,73	108,34	
ИТОГО за 10 дней		15527,00			446,02	500,70	1781,70	13554,05	661,62	
В среднем на 1 ребенка в день		1552,70			44,60	50,07	178,17	1355,41	66,16	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник 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%