

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 блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	(в г)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая-молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное	3,00	3,00							
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
			5,00							
	Масло сливочное									
Итого:		364			11,17	14,38	49,56	375,91	1,91	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Огурцы свежие порционно	огурцы свежие	30	30,60	30,00	0,21	0,03	0,57	3,60	1,47	№71 шк. Сб 2017
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		150			2,58	2,86	11,27	89,36	3,45	№91сб дошк 2016
	картофель		66,60	50,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		112,50	112,50						
	клецки:			15,00						
	мука пшеничная		4,60	4,60						
	масло сливочное		0,50	0,50						
	яйцо		1,60	1,32						
	вода		7,30	7,30						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса теста			13,50						
	масса готовых клецек			15,00						
Плов из отварной птицы		150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321, сб дошк
	цыплята-бройлеры с/м		58,50	55,20						
	масса отварной птицы			24,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,93	7,50						
	Морковь		12,50	10,00						
	Крупа рисовая		32,00	32,00						
	вода		65,00	65,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масса гарнира			126,00						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		515			18,31	11,23	66,49	451,19	9,98	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
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
Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,32	№286 Сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,90						
	масса отварной рыбы			30,00						
	Хлеб пшеничный		6,20	6,20						
	яйцо		4,80	4,00						
	молоко		9,00	9,00						
	масло сливочное		1,70	1,70						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	Масло растительное		0,80	0,80						
	масса пудинга			45,00						

	Соус молочный									
	молоко		7,50	7,50						
	масло сливочное		0,80	0,80						
	Мука пшеничная		0,80	0,80						
	Вода		7,50	7,50						
	Сахар		0,15	0,15						
	соль иодированная		0,09	0,09						
	масса соуса			15,00						
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						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	табл 6 стр 134. Дели +, 2012
Чай с сахаром		150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Итого:		455			13,41	7,35	45,40	303,75	24,90	
ВСЕГО:		1484			47,24	36,71	167,75	1206,85	37,24	

День 2- ой

Наименование блюдо и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
	Крупа полбяная		18,00	18,00						
	Молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,35	13,67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
Печенье		20	20,00	20,00	2,96	3,76	29,24	162,80	0,05	табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		170			7,31	7,51	35,54	238,80	0,50	
ОБЕД										
Салат из моркови с изюмом		40			0,55	0,56	5,94	31,32	1,83	№43, сб дошк 2016
	морковь		45,00	36,00						
	масса припущенной моркови			33,00						
	изюм		4,80	4,70						
	масса набухшего изюма			7,00						
	сахарный песок		0,20	0,20						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15,00	12,00						
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		1,80	1,80						
	томатная паста		0,80	0,80						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						
Гуляш из отварной говядины		30/30			8,73	10,07	1,73	132,60	0,56	№293 сб рецептов 2017
	говядина лопатка б/к		48,00	48,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	лук репчатый		6,36	5,30						
	вода питьевая		22,50	22,50						
	томатная паста		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,15	0,15						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		52,40	52,40						
	вода питьевая		78,10	78,10						
	соль йодированная		0,30	0,30						

Компот из свежих яблок	масло сливочное	150	2,00	2,00	0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	25,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	табл 6 стр 134, Пити + 2017 табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		
Итого:		572			21,49	18,16	88,16	606,55	11,69	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Королевская ватрушка		130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №810 от 13.02.2023
	посыпка низ:									
	Масло сливочное		9,00	9,00						
	Мука пшеничная		17,00	17,00						
	Сахарный песок		9,00	9,00						
	творожная начинка:									
	Творог		68,00	68,00						
	сахарный песок		13,50	13,50						
	Яйцо куриное		16,20	13,50						
	посыпка верх:									
	Масло сливочное		3,50	3,50						
	Мука пшеничная		7,20	7,20						
	Сахарный песок		3,50	3,50						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Итого:		490			17,08	9,52	75,96	456,71	6,24	
ВСЕГО:		1591			55,23	48,86	246,41	1653,34	20,53	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	кол - во	кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10,00	10,00						
	Крупа пшениная		7,50	7,50						
	Молоко		75,00	75,00						
	Вода		48,00	48,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком,сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,17	11,67	46,78	329,82	1,98	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели 2012
Итого:		170			5,10	9,85	18,50	183,50	1,05	
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		40			0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
	свекла		41,00	32,00						
	яблоки свежие		8,00	7,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками		150/20			4,76	2,40	10,41	90,40	7,53	№106,107 сб шк 2017
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	томатная паста		0,60	0,60						
	масло растительное		1,50	1,50						
	Бульон		105,00	105,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						

	фрикадельки рыбные:			20,00						
	минтай ПЕГ с/м		25,80	18,80						
	или фарш рыбный		19,00	18,80						
	яйцо куриное		2,88	2,40						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	соль иодированная		0,24	0,24						
	вода питьевая		3,00	3,00						
	масса полуфабриката			25,00						
	фрикаделек									
	масса готовых фрикаделек			20,00						
Биточки "Домашние"		50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки
	цыплята - бройлеры с/м		60,68	39,40						
	или фарш куриный		41,37	39,40						
	морковь		11,85	9,40						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	яйцо		0,60	0,50						
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			59,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	Вода питьевая		231,00	231,00						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
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 ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		558			19,43	16,56	69,92	500,28	10,99	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		405			15,61	22,39	38,71	420,23	46,85	
ВСЕГО:		1492			49,30	60,47	173,92	1433,83	60,87	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	кол - во	кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	крупа манная		18,00	18,00						
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,01	11,37	45,88	322,34	1,99	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		152,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,56	2,03	3,61	34,96	10,25	№21, СБ дошк 2016
	капуста свежая		41,60	33,30						

Суп картофельный с гречневой крупой на бульоне из индейки	масса прогретой капусты			30,00						
	морковь		8,75	7,00						
	сахарный песок		2,00	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
		150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016
Индейки тушеная с овощами по-татарски	крупка гречневая		5,00	5,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода	30/30	105,00	105,00	10,03	8,30	17,97	101,63	16,41	ТТК №753 от 20.08.2022
Пюре картофельное	филе индейки		42,00	42,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса отварного филе индейки			30,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон	120	10,00	10,00	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
Компот из урюка	картофель		136,80	102,60						
	молоко		18,96	18,00						
	масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	урюк	150	15,30	15,00	0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	Вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		575			18,40	16,39	82,71	470,90	46,14	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Плов с сухофруктами		130			3,59	8,83	37,44	245,70	0,73	№195 СБ шк 2017
	крупка рисовая		34,00	34,00						
	вода питьевая		71,50	71,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		13,00	13,00						
	курага		13,30	13,00						
	морковь		32,50	26,00						
	изюм		6,60	6,50						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Итого:		505			6,16	9,00	72,50	397,58	4,75	
ВСЕГО:		1589			37,92	40,51	207,39	1266,82	53,33	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	кол - во	кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Суп молочный с макаронными изделиями		180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100, сб дошк 2016
	суповая засыпка (звездочки)/или вермишель		14,40	14,40						
	Сахар		1,40	1,40						
	Молоко		126,00	126,00						
	Вода		54,00	54,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Соль		0,80	0,80						
Чай без сахара, с мармеладом		170/10			0,07	0,02	11,93	48,15	0,02	ТТК
	чай весовой		0,40	0,40						
	вода питьевая		170,00	170,00						
	мармелад		15,00	15,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						

Итого:		395			7,78	10,40	40,00	282,98	0,77	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№120 СБ дошк. 2016
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Итого:		170			6,53	4,01	20,06	142,20	0,45	
ОБЕД										
Огурцы свежие порционно	огурцы свежие	30	30,60	30,00	0,21	0,03	0,57	3,60	1,47	№71 шк. СБ 2017
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		150/10			5,29	4,33	10,00	108,56	3,55	№87 СБ дошк. 2016
	картофель		39,90	30,00						
	горох колотый		12,24	12,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	морковь		9,38	7,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масло растительное		3,00	3,00						
	вода питьевая		105,00	105,00						
	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						
Тефтели мясные		50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		33,30	31,70						
	или фарш говяжий		33,30	31,70						
	лук репчатый		12,00	10,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	хлеб пшеничный		6,70	6,70						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	мука пшеничная в/с		3,40	3,40						
	масса полуфабриката			60,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	2016
	картофель		53,20	40,00						
	морковь		24,00	19,20						
	масса запеченной моркови			18,00						
	Лук репчатый		20,40	16,80						
	масса припущенного лука			13,20						
	капуста свежая		32,75	26,20						
	масса припущенной капусты			24,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соус:									
	вода		35,00	35,00						2016
	Масло сливочное		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 свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
	яблоки свежие		22,80	20,00						
	апельсин		7,50	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	таол о стр 134, пави л 2017
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		570			17,64	22,86	59,13	525,99	25,52	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
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

Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
творог		103,20	101,20						
круп манная		6,60	6,60						
яйцо		5,28	4,40						
сахар		8,80	8,80						
сметана		4,40	4,40						
масло сливочное		4,40	4,40						
сухари панировочные		4,40	4,40						
соль иодированная		0,55	0,55						
молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
Сахар		5,00	5,00						
лимон		5,55	5,00						
Вода		150,00	150,00						
Итого:	390			21,23	17,40	44,47	422,18	12,73	
ВСЕГО:	1525			53,19	54,67	163,65	1373,35	39,47	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		140/3			6,33	6,19	24,57	180,10	1,15	№183, сб шк 2017
	крупa гречневая		28,00	28,00						
	сахар		3,00	3,00						
	молоко		98,00	98,00						
	вода питьевая		21,00	21,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			11,89	14,28	47,97	371,53	2,60	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Помидоры свежие порционно	помидоры свежие	30			0,33	0,06	1,14	6,60	5,25	№71, сб шк 2016
			30,60	30,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15,00	12,00						
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		0,15	0,15						
	томатная паста		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						
Жаркое по-домашнему из отварной птицы		150			11,75	7,98	14,70	177,15	0,54	ТТК 580/а от 24.06.2020
	цыплята - бройлеры с/м		80,50	76,00						
	масса готовой мякоти птицы			33,00						
	картофель		144,70	108,80						
	лук репчатый		11,30	9,40						
	морковь		5,90	4,70						
	масло сливочное		3,80	3,80						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая		18,80	18,80						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
	сухофрукты		12,75	12,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:		540			18,22	12,39	60,26	430,29	12,76	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016

Вак балиш с рисом и мясом	75			5,85	8,63	23,85	195,53		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни
мука пшеничная в/с		24,80	24,80						
мука пшеничная в/с		0,80	0,80						
яйцо куриное		2,52	2,10						
масло сливочное		2,10	2,10						
сахарный песок		0,80	0,80						
молоко		10,00	10,00						
дрожжи сухие		0,24	0,24						
соль йодированная		0,32	0,32						
масса теста			40,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		19,70	18,75						
или фарш говяжий		19,70	18,75						
крупа рисовая		4,80	4,80						
масса сваренного риса до полуготовности			12,00						
лук репчатый		6,24	5,20						
масло сливочное		6,00	6,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
выход фарша			40,00						
яйцо куриное		0,96	0,80						
масло сливочное		0,80	0,80						
масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром, с яблоками	150/5/10			0,09	0,06	5,99	24,70	1,02	№412 Дели 2016
чай весовой		0,40	0,40						
сахар		5,00	5,00						
яблоки свежие		11,40	10,00						
вода		150,00	150,00						
Итого:	440			6,94	8,69	50,04	305,03	5,02	
ВСЕГО:	1494			41,40	39,10	164,57	1182,85	20,83	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	Крупа ячневая		17,50	17,50						
	Молоко		70,00	70,00						
	Вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное	3,00	3,00								
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			4,77	6,77	23,27	173,08	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158,00	150,00	4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
	Кондитерское изделие	печенье (или крекер)	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		170			6,08	6,04	22,46	168,40	2,05	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,56	2,03	3,61	34,96	10,25	№21, Сб дошк 2016
	капуста свежая		41,60	33,30						
	масса прогретой капусты			30,00						
	морковь		8,75	7,00						
	сахарный песок		2,00	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Суп картофельный с пшенной крупой, с куриными фрикадельками		150/10			2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сб дошк 2016
	крупа пшенная		9,00	9,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						

Биточки рубленые из рыбы	вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		51,00	37,50						
	или фарш рыбный		39,40	37,50						
	крупа манная		1,30	1,25						
	яйцо		0,90	0,75						
	лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		7,00	7,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	сахар		0,14	0,14						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масло растительное		1,25	1,25						
	масса полуфабриката			59,00						
		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
Пюре картофельное	картофель		136,80	102,60						
	молоко		18,96	18,00						
	масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		555			14,15	13,18	70,12	460,59	30,78	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									дошк. 2016
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Налиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		405			14,51	22,29	27,50	371,18	85,25	
ВСЕГО:		1489			39,50	48,27	143,35	1173,25	119,25	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	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
	Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			11,38	13,82	50,08	374,94	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк
	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Огурцы свежие порционно		30			0,21	0,03	0,57	3,60	1,47	№71 шк. С6 2017
	огурцы свежие		30,60	30,00						
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной		150/10/5			3,18	4,89	5,00	81,56	9,54	№73, сб дошк 2016
	капуста свежая		37,50	30,00						
	картофель		23,94	18,00						

Тефтели мясные в томатном соусе	морковь		7,50	6,00							
	лук репчатый		7,14	6,00							
	масло растительное		3,00	3,00							
	соль иодированная		0,50	0,50							
	вода питьевая		120,00	120,00							
	говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40							
	или фарш говяжий		11,97	11,40							
	лук репчатый		1,19	1,00							
	яйцо		0,96	0,80							
	вода для фарша		1,00	1,00							
	соль иодированная		0,10	0,10							
	масса полуфабриката			14,30							
	масса готовых фрикаделек			10,00							
	сметана		5,00	5,00							
	45/15				5,39	5,32	6,26	94,39	0,40	СБ дошкольн. №303, 366, 2016	
	Гороховое пюре	говядина (котлетное мясо б/к)		29,93	28,50						
		или фарш говяжий		29,93	28,50						
лук репчатый			18,00	15,00							
масло растительное			1,50	1,50							
масса пассерованного лука				7,50							
хлеб пшеничный			6,00	6,00							
вода питьевая			9,00	9,00							
соль иодированная			0,45	0,45							
мука пшеничная в/с			3,00	3,00							
масса полуфабриката				54,00							
масло растительное			1,50	1,50							
масса готовых тефтелей				45,00							
соус томатный:											
вода питьевая			15,00	15,00							
масло сливочное			0,68	0,68							
мука пшеничная в/с			0,68	0,68							
морковь			1,13	0,90							
лук репчатый			0,54	0,45							
томатная паста			0,95	0,95							
Компот из урюка		масло растительное		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,15	0,15							
	сахар		0,15	0,15							
	масса готового соуса			15,00							
	110				9,96	2,48	25,64	163,9		№199 сб шк 2017	
	горох		56,10	55,00							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	вода питьевая		138,00	138,00							
	масло сливочное		2,00	2,00							
	150				0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	табл 6 стр 144, табл 6 стр 144, Дели + 2012	
	урюк		15,30	15,00							
	масса отварных сухофруктов			24,00							
	вода питьевая		152,00	152,00							
	сахар		5,00	5,00							
	Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		
	Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23			
	Итого:	570			22,92	13,32	74,98	516,51	11,41		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Сок в инд.упаковке	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016		
Пудинг творожный с повидлом	110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	0,21	№249 СБдошк 2016		
Творог		94,82	93,50								
Манная крупа		8,80	8,80								
Яйцо		5,28	4,40								
Сахарный песок		8,80	8,80								
Соль йодированная		0,40	0,40								
Масло сливочное		4,40	4,40								
Сухари панировочные		4,40	4,40								
Сметана		4,40	4,40								
повидло		20,40	20,00								
Чай с сахаром	150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели 2016		
чай весовой		0,40	0,40								
сахар		5,00	5,00								
вода		150,00	150,00								
Итого:	485			17,78	11,86	64,98	435,38	4,23			
ВСЕГО:	1564			56,43	42,75	196,34	1402,83	18,19			

Чай с молоком, сахаром	Вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00						
	чай весовой		0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	2016
	Сахар		6,00	6,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
	Батон нарезной	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			10,97	11,59	54,37	366,22	2,05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк
(катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		40			0,52	0,04	3,16	15,60		№21 СБ дошколь. 2016
	морковь свежая		50,00	40,00						
	сахар		0,40	0,40						
Суп-лапша домашняя на бульоне из индейки, с мясом индейки		150/10			4,08	5,43	7,01	98,85	0,61	№94 сб дошк 2016
	филе индейки (филе грудок или бедра индейки с/м)		14,00	14,00						
	масса отварного филе индейки			10,00						
	мука пшеничная		11,30	11,30						
	яйцо		3,60	3,00						
	вода питьевая		2,10	2,10						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	масса подсушенной лапши			12,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	бульон		143,00	143,00						
	соль йодированная		0,65	0,65						
Котлеты рыбные		50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	молоко		13,00	13,00						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			58,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,69	5,39	26,93	166,98	0,02	№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:		547			16,46	14,78	70,03	485,99	1,79	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										дошк. 2016
Эч-почмак с мясным фаршем		75			8,40	4,76	28,43	201,00		ТТ по АП от 23.05.2022
	мука пшеничная		23,25	23,25						
	мука пшеничная на подпыл		0,75	0,75						
	яйцо куриное		2,34	1,95						
	масло сливочное		1,95	1,95						
	сахарный песок		0,75	0,75						
	молоко		9,40	9,40						
	дрожжи сухие		0,23	0,23						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса теста			37,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		17,85	17,00						
	или фарш говяжий		17,85	17,00						
	картофель		29,30	22,00						
	лук репчатый		7,80	6,50						
	масло сливочное		3,40	3,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса фарша			49,00						
	яйцо куриное		1,44	1,20						
	масло растительное для смазки		0,23	0,23						

Чай с сахаром и лимоном	масло растительное для смазки	150/5/5	0,75	0,75	0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		335			8,90	5,18	43,41	269,78	12,24	
ВСЕГО:		1 391			40,68	35,30	174,11	1197,99	16,53	

День 10 - ый

День 10 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во брутто	Кол - во нетто	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Чай с сахаром, с яблоком	масса готового омлета	170/6/10		150,00	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		11,40	10,00						
	Вода		170,00	170,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		366			15,97	29,25	22,55	416,86	1,31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 сб дошк 2016
	пряники	35	35,00	35,00	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00	
Итого:		185			6,42	5,40	34,25	211,10	1,05	
ОБЕД										
Помидоры свежие порционно Рассольник ленинградский на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	помидоры свежие	30	30,60	30,00	0,33	0,06	1,14	6,60	5,25	№71, сб шк 2016
		150/10/5			2,70	5,13	8,16	93,05	5,15	
	цыплята-бройлеры потр с/м		24,30	23,40						
	масса отварной мякоти птицы			10,00						
	картофель		66,50	50,00						
	крупа перловая		6,00	6,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		3,57	3,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	огурцы соленые		18,20	10,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон		114,00	114,00						
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода для фарша		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
сметана		5,00	5,00							
Капуста тушеная с мясом		150			7,18	9,00	13,39	169,20	20,50	118,2894 / 11 01 00 2022
	капуста свежая		138,00	110,00						
	вода питьевая		24,00	24,00						
	масса тушеной капусты			100,00						
	лук репчатый		10,80	9,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса пассерованного лука			4,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,50	37,50						
	или фарш говяжий		39,50	37,50						
	масса готового фарша			30,00						
	мука пшеничная в/с		3,00	3,00						
	масса соуса:			15,00						
	вода питьевая		15,00	15,00						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	мука пшеничная в/с		0,70	0,70						
	морковь		1,25	1,00						
	лук репчатый		0,36	0,30						
	томатная паста		0,90	0,90						
	масло растительное		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,15	0,15						
сахар		0,15	0,15							
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
	яблоки свежие		22,80	20,00						

	апельсин		7,50	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134. Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144. Дели +, 2012
Итого:		550			14,21	14,86	53,82	417,97	37,06	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Сок в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Макаронные изделия отварные с сыром		130			9,00	7,70	18,45	178,82	0,15	№204 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		43,00	43,00						
	вода		258,00	258,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	сыр голландский		10,20	10,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Итого:		505			12,02	8,07	54,06	336,77	79,15	
ВСЕГО:		1606			48,61	57,57	164,68	1382,70	118,57	
ИТОГО за 10 дней		15225			469,50	464,21	1802,17	13273,82	504,81	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1523			46,95	46,42	180,22	1327,38	50,48	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДООУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6. Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности ;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
 - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%