



Примерное 10-дневное меню

организации питания детей в дошкольных учреждениях с 12- часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

Дом. 1 - 2100

День 1 - май		Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюда и продуктов			Брутто	Нето	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3	10 7,5 75 48 2 0,4 3	10 7,5 75 48 2 0,4 3	4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д	
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,5 6 90 108	2,5 6 90 108	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк 2016	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25 5	25 5	1,92	4,36	12,92	98,50			
Итого:	359			8,99	11,69	46,65	328,64	1,84		
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00		
ОБЕД										
Каша тушеная (дом. гарнир)	30	42,75 1,20 2,19 3,00 0,72 0,30 0,90 0,20	34,20 1,20 1,75 2,40 0,72 0,30 0,90 0,20	0,61	0,97	2,82	22,53		№139 сб шк 2017	
Суп картофельный с вермишелью, с мажками фарш зальем	150/10	11,97 11,97 1,19 0,96 1 0,1 14,3 10 59,90 6,00 7,50 7,20 1,50 0,50 105,00	11,4 11,4 1 0,8 1 0,1 14,3 10 45,00 6,00 6,00 6,00 1,50 0,50 105,00	3,61	2,87	10,55	90,56	5,190	№ 88 СБ дошк 2016	
Котлеты рубленные из говядины с мажком сливочным	50/2	36,57 36,75 12,00 1,00 5,00 9,00 7,00 5,00 0,40 60,00 0,60 2,00	35,00 35,00 10,00 1,00 5,00 9,00 7,00 5,00 0,40 60,00 0,60 2,00	8,44	10,79	8,25	163,96	0,060	ТТК от 25.01.2023	
Пюре Картофельное	120	134,80 18,96 4,20 0,45	102,60 18,00 4,20 0,45	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016	
Напиток из су-фруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,540	№354 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	69,23		табл 6 стр 144, Дени + 2012
Итого:		547			17,92	18,96	65,83	516,08	20,32	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток с Сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ доик 2016
(Кефир, ряженка, уттык)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
Кисломолочный напиток	вафин	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дени + 2012
Итого:		172			5,10	9,85	20,50	191,50	1,05	
УЖИН										
Пудинг рыбный		45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,12	№136 СБ доик 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,9						
	масло сливочное			30						
	Хлеб пшеничный		6,2	6,2						
	яйца		4,8	4						
	молоко		9	9						
	масло сливочное		1,7	1,7						
	соль поваренная		0,3	0,3						
	Масло растительное		0,8	0,8						
	масло пудинга			45						
	Соевое молоко									
	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 поваренная		0,09	0,09						
	масло сливочное			15						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№411 СБ доик 2016
	Крупа рисовая		39,6	39,6						
	соль поваренная		0,5	0,5						
	вода питьевая		240,0	240,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
Чай с сахаром		150/5			0,0525	0,015	5,02	20,08	0,02	№411 СБ доик 2016
	чай зеленый		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дени + 2012
Итого:		352			13,58	4,92	47,58	292,86	0,14	
ВСЕГО:		1630			46,59	45,41	200,76	1413,89	27,35	

День 2-ой

День 2-ой									
Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молотая с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №14
Крупя пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль поваренная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Каша с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дени 2016
Каша-порошок		2	2						
Сахар		6	6						
Молоко		110	110						
Вода		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,52	132,83	0,07	№3 сб доик 2016
Бекон варенный		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	369			11,97	16,33	46,75	385,61	1,50	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или бананы или мандарины)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№334 СБ доик 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат картофельный с овощами и грибами	40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб доик 2016
картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
огурцы соевые		21,84	12,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						

Борщ со свежей капустой, картофелем и куриным бульоном, со сметаной	Капуста свежая	150/7	15,6	12,5	1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63 сб допик 2016
	Картофель		16,63	12,5						
	Морковь		11,25	9,0						
	Лук репчатый		7,80	6,5						
	Свекла		32	25,0						
	Сахар		1,5	1,5						
	Масло растительное		3,0	3,0						
	соль йодированная		0,65	0,7						
	Бульон		120	120,0						
	Сметана		7,0	7,0						
Фрикадельки куриные в мясном соусе		40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№ 325 сб допик 2016
	цыплята - бройлеры с/м или филе куриный		45,6	29,3						
	Хлеб пшеничный		30,77	29,3						
	Вода		7,3	7,3						
	соль йодированная		9,0	9,0						
	Масса полуфабриката		0,3	0,3						
	Масло растительное			46,0						
	Соус мясной		0,6	0,6						
	Молоко		20,0	20,0						
	Масло сливочное		10,0	10,0						
	Мука пшеничная		1,04	1,0						
	Вода		1,04	1,0						
	Сахар		10,0	10,0						
	соль йодированная		0,2	0,2						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб допик 2016
	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Кисель	масло сливочное		3	3						ТТК
		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	
	Кисель-концентрат		17,5	17,5						
	Сахар		5	5						
Хлеб ржаной	вода		150	150						табл 6 стр 144, Дели + 2012
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		
	Итого:	555			14,68	17,43	66,35	493,49	7,73	
Кисло-молочный напиток (кефир, ряженка, йогурт)	ПОЛДНИК		150		4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№346 Сб допик 2017 №453 сб допик 2016
	кисломолочный напиток	35	155	150	2,37	4,88	14,73	112,24		
	Мука пшеничная		21,35	21,00						
	мука пшеничная пш пшпыл		0,70	0,70						
	Сахар		4,20	4,20						
	Масло сливочное		4,55	4,55						
	соль йодированная		0,21	0,21						
	дрожжи сухие		0,14	0,14						
	вода		10,70	10,70						
	масса полуфабриката для крошки:			34,90						
	мука пшеничная		0,84	0,84						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	масса крошки			1,40						
	масло растительное для смеси и крошки		0,70	0,70						
	Итого:	185			6,72	8,63	21,03	188,74	0,45	
Запеканка творожная с мясным соусом	УЖИН		110/20		20,73	16,98	29,49	353,40	0,41	№251 сб допик 2016 №412 сб допик Дели 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						
	молоко сухое		20,40	20,00						
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	
	чай розовый		0,4	0,4						
Хлеб пшеничный	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Итого:		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
		315			22,73	17,20	46,96	433,93	2,63	
ВСЕГО:		1524			56,50	60,00	190,89	1548,78	22,31	

День 3 - пп

Наименование блюда и

Меню

Кол - во

Кол - во

Полезные вещества

Энергетическая

Витамины

Сборник

продукция	порции	(в гр.)		белки	жиры	угл-ды	ценник г.		сметы
		брутто	нетто				Кнал	С	
ЗАВТРАК									
Каши кукурузная молотая с маслом сливочным	140/3	18	18	5,31	4,87	35,49	207,40	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		70	70						
Молоко		53	53						
Вода		2	2						
Сахар		0,4	0,4						
сок виноградный		3	3						
Масло сливочное									
Чай с молоком, сахаром	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай ванильный		6	6						
Сахар		92	90						
Молоко		90	90						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№ 1 Дошк 2016
Батон ванильный		5	5						
Масло сливочное									
Итого:	359			10,25	11,62	58,89	381,66	1,87	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок виноградный в мл. упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№ 418 Дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из овощей с яблоками	40	41	32	0,44	3,1	2,07	30,68		№ 36 дошк. 2016
овощи		8	7						
яблоки		2,00	2,00						
масло растительное									
Суп картофельный с овощной крупой из куриного бульона, с маслом сливочным	150/10	24,4	23,0	4,26	2,19	7,27	68,25	0,06	№ 86 сб дошк 2016
пшеница-двойперл с/м			10,0						
масло сливочное мелкозернистое		9	9						
картофель		60	45						
морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
сок виноградный		0,5	0,5						
Бульон		105,0	105,0						
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40	52,50	50,00	11,21	18,94	9,15	253,56	14,05	№ 148, сб дошк 2016
фарш говяжий		2,00	2,00						
Масло растительное		40,00	40,00						
масло сливочное мелкозернистое		46,55	35,00						
картофель		23,40	17,60						
морковь			16,00						
масло сливочное мелкозернистое		18,48	15,40						
Лук репчатый			12,32						
масло сливочное мелкозернистое		32,13	25,70						
картофель			22,70						
масло сливочное мелкозернистое		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						
сок виноградный		33,00	33,00						
вода		1,50	1,50						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Мука пшеничная		2,66	2,00						
морковь		1,20	1,00						
Лук репчатый		2,00	2,00						
томатная паста		0,50	0,50						
Масло сливочное		0,33	0,33						
сахар		0,33	0,33						
сок виноградный			33,00						
масло сливочное			150,00						
масло сливочное									
Колбаса из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№ 394 СБ дошк 2016
урюк		15,3	15,0						
масло сливочное мелкозернистое			27,6						
Вода		152	152,0						
сахар		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дошк + 2012
Итого:	535			18,87	24,66	46,17	478,55	14,11	
ПОЛДНИК									
Молоко сливочное (молочко)	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№ 419 СБ дошк 2016
Молоко									
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дошк +, 2012
печенье									
Итого:	170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН									

ЭЧ-печенки с мясным фаршем	75			9,90	11,20	43,00	310,72		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни
мука пшеничная		23,25	23,25						
в том числе на помид		0,75	0,75						
яйцо		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						
фарш:									
говядина (крупное 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		0,40	0,40						
масса фарша			49,00						
яйцо для смазки изделий		1,44	1,20						
масло растительное для смазки листов		0,23	0,23						
масса готового ЭЧ-печенки			75,00						
масло растительное для смазки изделий		0,75	0,75						
Чай с мармеладом	170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
чай зеленый		0,5	0,5						
ягод мармелад		170	170						
мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дошк + 2012
Итого:	280			11,87	11,42	66,04	412,81	0,02	
ВСЕГО:	1544			47,55	53,41	213,38	1521,47	21,95	

День 4 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды		С	
ЗАВТРАК									
Суп мясной со зразиками	180			5,18	4,60	15,15	119,16	0,59	№100, сб дошк 2016
Суповая заправка (зразики)		14,40	14,40						
Сметана		1,40	0,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		0,80	0,80						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк 2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сметана		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным, с помидором	25/5/10			1,98	4,38	14,82	106,70	0,16	№2 сб дошк 2016
Батон нарезанный		25	25						
Масло сливочное		5	5						
помидор		10	10						
Итого:	406			10,00	11,48	40,32	300,44	1,92	
2-ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, 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									
Индюшечка	30			0,60	0,03	6,17	27,36		ТТК №135 от 26.02.2019
морковь		31,30	25,00						
Лук репчатый		6,00	5,00						
томатная паста		4,00	4,00						
масло растительное		1,50	1,50						
сахарный песок		0,30	0,30						
соль йодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с горошком на курином бульоне	150			3,80	7,93	20,48	106,69	3,50	СБ дошк 2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горошек замороженный		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						

Гуляш из свиной вырезки	сок поджарочный		0,15	0,15						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		105	105						
		300/30			9,46	6,30	2,04	92,63		ТТК
	Цыпленок - бройлеры с/м		73,12	69,0						
	Морковь		12,5	10,0						
	Лук репчатый		6	5,0						
	Масло растительное		1,0	1,0						
	вода питьевая		20,0	20,0						
	Мука пшеничная в/с		1,5	1,5						
Котлеты греческие с овощами и мясом свинины	Масло растительное		2	2,00						
	Соль		0,5	0,5						
	Томатная паста		0,9	0,9						
		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, сб доок 2016
	крупя греческая		47,6	47,6						
	вода питьевая		71,0	71,0						
	сок поджарочный		0,3	0,3						
	масло сливочное			100,0						
	морковь		16,5	13,2						
	лук репчатый		2,0	1,7						
Наливки из сушеных фруктов	масло сливочное с ванилью			110,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
		150			0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 Сб доок 2016
	сушеные фрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
								69,23		
	Хлеб ржаний	35	35	35	2,31	0,42	13,85			табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Итого:	537			19,98	15,37	78,90	472,51	4,04	
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, утенок)	ПОЛДНИК									
	кисломолочный напиток	150/2	155	150	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб доок 2016
	сахар		2	2						
	Бульон с сахаром	50			3,80	2,60	24,46	136,67	0,15	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная		30,00	30,00						
	Мука пшеничная из пшеницы		1,00	1,00						
	Сахарный песок		3,90	3,90						
	масло сливочное		1,40	1,40						
	Яйца		2,88	2,40						
	Дрожжи сухие		0,25	0,25						
Итого:	Молоко		13,00	13,00						
	Соль йодированная		0,35	0,35						
	Вода		11,80	11,80						
	Масло подсолнечное			59,00						
	Яйца (из сметаны и желтков)		1,44	1,20						
	Масло растительное из сметаны		1,00	1,00						
	Итого:	202			8,15	6,35	32,45	219,67	1,20	
Биточки рыбные из рыбных консервов в томатном соусе с овощами	УЖИН									
	рыба (минтай с/м БГ)	40/20	41,10	30,0	5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
	панировка рыбной		31,50	30,0						
	хлеб пшеничный		4,00	4,00						
	вода питьевая		6,50	6,50						
	Лук репчатый		9,00	7,50						
	масло растительное		0,60	0,60						
	масло сливочное			3,75						
	яйца куриные		0,72	0,60						
	сок поджарочный		0,35	0,35						
Соус томатный с овощами	сладкий перец		4,00	4,00						
	Масло подсолнечное			47,2						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масло сливочное			40,0						
				20,0						
	лук репчатый		2,4	2,00						
	морковь		5,0	4,00						
	масло растительное		0,6	0,60						
	бульон или вода		20,0	20,0						
	Масло сливочное		0,9	0,9						
Пюре Картофельное	мука пшеничная		0,9	0,9						
	морковь		1,5	1,2						
	лук репчатый		0,72	0,6						
	томатная паста		1,2	1,2						
	Масло сливочное		0,3	0,3						
	сахар		0,2	0,2						
	сок поджарочный		0,2	0,2						
	масло сливочное			18,0						
		120			2,45	3,84	16,35	60,80	14,53	№ 339 СБ доок 2016
	Картофель		136,80	102,60						

Чай с сахаром	Молоко	18,96	18,00						№411 об дошк Дели 2016
	Масло сливочное	4,20	4,20						
	соль йодированная	0,45	0,45						
		150/5		0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	
	чай джевой	0,4	0,4						
	Сахар	5	5						табл 6 стр 134, Дели + 2012
	Вода	150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
Итого:		360		9,86	8,75	42,52		15,29	
ВСЕГО:		1605		48,40	42,34	204,00	134,41	32,45	

День 5 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Выдаем	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая манная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,78	26,29	185,66		ТТК №5Д
крупы геркулесовая		18	18						
молоко		70	70						
вода		42	42						
сахарный песок		2	2						
соль		0,4	0,4						
масло сливочное		3	3						
Каша с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 Дели 2016
Каша-порошок		2	2						
Сахар		6	6						
Молоко		110	110						
Вода		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3, об дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	364			14,00	16,48	55,03	425,23	1,50	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
в ассортименте в инд упаковке									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Винегрет овощной с соевыми орехами	40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 дошк. 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						
Суп из овощей, на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,08	3,74	5,67	65,25	6,25	ТТК 535 23,12,2020
картофель		57,19	43,00						
капуста свежая		23,75	19,00						
морковь		9,40	7,50						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
Бульон		112,50	112,50						
Сметана		5,00	5,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20			4,98	5,17	5,89	90,00		ТТК
Цыпленок - бройлеры с/м		40,00	26,00						
хлеб пшеничный		6,00	6,00						
вода питьевая		8,00	8,00						
лук репчатый		9,60	8,00						
масло растительное		1,50	1,50						
мука пшеничная		2,70	2,70						
масло растительное		2,00	2,00						
сметанно-томатный соус			20,00						
сметана		5,00	5,00						
мука пшеничная		1,50	1,50						
вода питьевая		15,00	15,00						
томатная паста		1,00	1,00						
соль йодированная		0,16	0,16						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 С6 дошк. 2016
макаронные изделия		38,5	38,5						
вода		231,0	231,0						
соль йодированная		0,45	0,45						
масло сливочное		3	3						
Компот из свежих яблок	150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	342 с6 шк 2017
яблоки свежие		27,4	24,0						

Вода		152,0	152,0							табл 6 стр 144, Дели + 2012
Сахар		5,0	5,0							
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		
Итого:		558			13,56	16,19	74,68	504,82	6,93	
ПОЛДНИК										
Молоко жирное (молочко)		150	158	150	4,35	3,75	7,20	60,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
Компьютерные изделия		20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136 Дели + 2012
Итого:		170			5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН										
Омлет с сыром		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229, сб дошк 2016
	яйцо		102	85						
	молоко		51	51						
	сыр		13,26	13						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масло растительное			130						
Чай с сахаром и лимонном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб дошк Дели 2016
	чай зеленый		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134, Дели 2012
Итого:		310			13,70	21,70	17,29	319,82	2,24	
ВСЕГО:		1602			48,11	60,08	180,28	1498,32	16,62	

2 неделя

День 6 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каши Пшеница Молочная с маслом сливочным	140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
Крупа Пшеница		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай зеленый		6	6						
Сахар		92	90						
Молоко		90	90						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон бородинский		5	5						
Масло сливочное									
Итого:	369			8,87	13,61	45,79	341,02	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблочки или апельсины, или Слива или земляника)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№346 СБ дошк 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Икра рыбачья	30			0,27	1,41	1,78	20,88		№54 дошк, СБ 2016
Икра рыбачья		30,60	30,00						
Грибы шампиньоны со сметаной	150/5			1,34	3,80	7,37	72,45	0,06	№82 сб дошк 2016
Картофель		66,5	50						
картофель перелом		6	6						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		3,57	3						
Огурцы соевые		18,2	10						
Масло растительное		3	3						
вода питьевая		114	114						
соль иодированная		0,5	0,5						
Сметана		5	5						
Курица тушеная с овощами по-Татарски	40/20			9,70	9,52	1,77	131,85	3,33	ТТК
цыплята - бройлеры с/м		96,6	92,0						
соль иодированная		0,3	0,30						
масло сливочное			40,0						
птицы									
лук репчатый		18,00	15,00						
морковь		10,00	8,00						
Масло сливочное		1,60	1,60						
бульон		6,70	6,70						
Итого:	110			6,46	2,96	29,15	169,00		№179 сб шк 2017
Каши Пшеница Молочная с маслом сливочным	110			6,46	2,96	29,15	169,00		

Каша гречневая	Крупа гречневая		52,00	52,00					
	Вода		78,00	78,00					
	Масло сливочное		1,70	1,70					
	соль поваренная		0,24	0,24					
Каша гречневая		150			0,54	0,08	13,50	62,70	
Каша гречневая	Каша гречневая		17,50	17,50					
	Сахар		5,00	5,00					
	Вода		150,00	150,00					
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		540			20,62	18,19	67,42	526,11	4,38
ПОЛДНИК									
Каша гречневая		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45 №386 Сб доик 2017
(кефир, ряженка, утенок)	Каша гречневая		155,00	150,00					
Каша гречневая	Вода	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	18,80	185,00	0,45
УЖИН									
Каша гречневая		130			15,98	9,50	50,58	350,13	0,07 ТТК 810 от 15.02.2023
Каша гречневая	Каша гречневая			35,00					
	Масло сливочное		9,00	9,00					
	Мука пшеничная 2/с		17,00	17,00					
	Сахарный песок		9,00	9,00					
	Уксус столовый 9%			95,00					
	Творог		68,00	68,00					
	Сахарный песок		13,50	13,50					
	Яйцо куриное		16,20	13,50					
	Помидоры			14,20					
	Масло сливочное		3,50	3,50					
	Мука пшеничная 2/с		7,20	7,20					
	Сахарный песок		3,50	3,50					
	Масло сливочное			144,00					
	Вода	150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75 №399 Сб доик 2016
Итого:		285			16,49	9,71	56,15	376,28	75,07
ВСЕГО:		1454			51,47	51,75	197,96	1475,41	91,10

День 7 - ой

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная 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 поваренная		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 сб доик 2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3 сб доик 2016
Батон вчерашний		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	369			11,64	14,02	45,88	356,67	2,06	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дев 2016
в документе с инд. указаний									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат с картофелем и соевыми овощами	40			0,49	3,14	3,58	44,56		№23 сб доик 2016
Картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
огурцы соевые		21,84	12,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Щи со свеклой капустой с картофелем из бульона из индейки, со сметаной	150/5			1,19	3,72	4,72	61,95	9,49	№73 сб доик 2016
Капуста свекла		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль поваренная		0,5	0,5						
Бульон		120	120						
Сметана		5	5						
Плов из говяжьей индейки	150			6,92	5,95	34,32	217,98	4,08	№265 сб доик 2017

	индейки филе б/к		33,60	33,60						
	масса отварного филе индейки			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 тарнора			126,00						
Напиток из цитрусовых		150			0,50	0,07	14,00	60,00	0,54	№394 СБ доик 2016
	цитрусовые		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деи + 2012
Итого:		530			11,41	13,30	70,47	453,72	14,11	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток с сахаром		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ доик 2016
(Кефир, ряженка, йогурт)	кисломолочный напиток		155	150						
	сахар		2	2						
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						
Итого:		202			10,50	7,40	27,45	217,67	1,08	
УЖИН										
Биточки рыбные из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (молотый с/и БГ)		51,0	37,5						
	поял фарш рыбный		39,4	37,5						
	Крупа манная		1,25	1,3						
	яйцо		9,00	7,50						
	Лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		3,75	3,8						
	соль йодированная		0,4	0,4						
	сахар		0,1	0,1						
	сладкий йодированный		3,8	3,8						
	Масло растительное		1,3	1,3						
	Масса полуфабриката			59,0						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ доик 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сБ доик 2016
	чай зеленый		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	табл 6 стр 134, Деи + 2012
Итого:		375			10,52	7,94	46,73	300,89	14,71	
ВСЕГО:		1676			45,06	42,67	210,73	1413,75	35,96	

День 8 - ой

день 8 - 08									
Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша геркулесовая манная с маслом сливочным	ЗАВТРАК 140/3			5,79	6,28	26,29	185,66		ТТК №5Д
круп. геркулесовая		18	18						
манная		70	70						
вода		42	42						
сахарный песок		2	2						
соль		0,4	0,4						
масло сливочное		3	3						

Каша с молоком	1800	2	2	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Девн 2016
Каша с молоком		6	6						
Сыр		110	110						
Молоко		80	80						
Вода									
Витерин с молоком с сахаром	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Девн 2016
Батон Нарисный		5	5						
Масло сливочное									
Итого:	359			11,37	13,82	50,88	374,94	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ доник 2016
(яблоко, банан, апельсин, банан, банан, банан, банан)									
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка 1/2	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ доник 2016
зеленый горошек 1/2		48,10	28,50						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с гречневой крупой из куриного бульона	150			1,18	1,63	7,27	51,45	0,05	№86 сБ доник 2016
картофель		59,85	45						
крупя гречневая		12	12						
лук репчатый		7,14	6						
морковь		7,5	6						
масло растительное		1,5	1,5						
соль йодированная		0,65	0,65						
бульон		105	105						
Супе куриное с рисом	55			9,47	9,02	2,52	129,00		№328 СБ 2016
курица 1/2		92,34	92,34						
масло сливочное 1/2			38,00						
крупя рисовая		3,50	3,50						
вода		12,90	12,90						
соль йодированная		0,10	0,10						
Масло сливочное 1/2			15,00						
Яйцо		7,20	6,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
сир		1,53	1,50						
картофель		53,20	40,00						
морковь		24,00	19,20						
масло сливочное 1/2			18,00						
Лук репчатый		20,40	16,80						
масло сливочное 1/2			13,20						
капусты белая		32,75	26,20						
масло сливочное 1/2			24,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Масло растительное		4,00	4,00						
сир		35,00	35,00						
вода		1,58	1,58						
Масло сливочное		1,58	1,58						
Мука пшеничная		2,63	2,10						
Морковь		1,26	1,05						
Лук репчатый		2,10	2,10						
томатная паста		0,53	0,53						
Масло сливочное		0,35	0,35						
сир		0,35	0,35						
соль йодированная			35,00						
масло сливочное			120,00						
масло сливочное									
Итого:	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№354 СБ доник 2016
Компот из фруктов									
фрукты		15,3	15,0						
масло сливочное 1/2			27,6						
Вода		152	152,0						
сир		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	14,35	2012
Итого:	550			16,22	25,20	49,18	493,88	14,35	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ доник 2016
Кисломолочный напиток		155	150						
Грибник из дрожжевого теста	40			3,67	5,65	20,12	146	0,11	№445 сБ доник 2016
Мука пшеничная 1/2		25,64	25,64						
масло сливочное 1/2 из молока		0,8	0,8						
Сир		1,36	1,36						
Масло сливочное		1,16	1,16						
яйцо куриное		1,63	1,36						
соль йодированная		0,4	0,4						
Дрожжи сухие		0,2	0,2						
Вода питьевая		10,32	10,32						
пшеница		10,2	10						
Масло растительное		1,25	1,25						
яйцо для смазки и начинки		0,75	0,75						
Итого:	190			8,02	9,40	26,42	222,00	0,56	

УЖИН										
Омлет картофельный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№220, сб дошк 2016
	яйцо		84	70						
	молоко		65	65						
	масло сливочное			135						
	масло сливочное		2	2						
	соль поваренная		0,3	0,3						
	масло сливочное			130						
Чай с сахаром		120/5			0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№411 сб дошк Дели 2016
	чай зеленый		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Итого:		310			14,03	21,73	19,60	329,87	0,24	
ВСЕГО:		1509			50,05	70,55	155,08	1467,69	26,58	

День 9-ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Ссылка рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молотая с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль поваренная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай черный		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Булочка с сахаром, маслом сливочным	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83	0,07	№3 сб дошк 2016
Булочка дрожжевая		25	25						
Сыр		10,2	10						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	369			13,59	14,25	54,37	400,55	1,94	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
В 200 граммах в виде упаковки									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из стручковой фасоли с яблоком	40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошк 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоки		11,40	10,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп картофельный с горошком из мясного бульона, с мясными фрикадельками	120/10			5,63	5,02	9,96	115,15	0,14	СБ дошк. 2016 №87
Картофель		40,00	30						
Горох зеленый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль поваренная		0,5	0,5						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
говядина (запеченное мясо 5/к)		11,9	11,4						
пюре фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Ябло		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль поваренная		0,1	0,1						
масло подсолнечное			14,3						
фрикадельки			10						
масло говяжье фрикадельки									
Тефтели мясные	50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	№303 сб дошк 2016
говядина (запеченное мясо 5/к)		33,30	31,70						
пюре фарш говяжий		33,30	31,70						
соль поваренная		0,50	0,50						
хлеб пшеничный		10,00	10,00						
вода питьевая		10,00	10,00						
лук репчатый		12,00	10,00						
масло растительное		1,50	1,50						
масло подсолнечное			5						
мука пшеничная		3,40	3,40						
масло подсолнечное			60,00						

Вареники с начинкой сливочным	Масло растительное	110/3	1,50	1,50	4,17	2,66	23,45	134,38		№119 Сб дошк.2016
	вареники		38,5	38,5						
	вода		231	231						
	соль поваренная		0,4	0,4						
	масло сливочное		3	3						
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	35	2,31	0,42	13,85	65,23		табл 6 стр 144, Дели 2012
Итого:		548			18,78	13,46	69,83	490,08	1,01	
ПОЛДНИК										
Кисель-концентрат		150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк.2017
(кефир, ряженка, йогурт)	кисель-концентрат		155,00	150,00						табл 6 стр 136, Дели +2012
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:		170			5,85	5,71	21,18	159,90	0,45	
УЖИН										
Завтрак Творожный с начинкой сливочным		110/20			20,73	16,78	25,49	353,40	0,61	№251 сб дошк.2016
	Творог		103,2	101,2						
	крупяная начинка		6,4	6,6						
	Яйца		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 поваренная		0,55	0,55						
	масло сливочное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб дошк.Дели2016
	чай зеленый		0,8	0,8						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150	150						
Итого:		290			20,83	17,00	34,66	375,18	2,63	
ВСЕГО:		1577			60,05	50,42	200,24	1510,52	10,03	

День 10 -ый									
Наименование блюд и порций	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 рисовая молочная с маслом сливочным	140/3			4,17	4,60	30,01	179,36	0,67	ТТК №8Д
Крупа рисовая		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
Соль поваренная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						№1 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		
Батон мясной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,93	11,46	53,28	352,44	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
(яблоки, бананы, виноград, сливы, груши, персики)									
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из овощей отварной с растительным маслом	40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34 сб дошк.2016
Специал		48,44	38,00						
масло растительное		2,40	2,40						
Суп лапша домашняя из булочки бульоне	150			1,54	3,33	6,97	60,45	0,03	№94 сб дошк.2016
Мука пшеничная		11,3	11,3						
Яйцо		3,6	3						
Бульон		2,1	2,1						
Соль		0,18	0,18						
Масло сливочное			12						
Морковь		7,50	6,0						
Лук репчатый		7,1	6,0						
Масло растительное		3	3						
Бульон		143	143,00						
Соль		0,5	0,5						

Блюда "Домашние"		50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	Акт переработки от 25.12.2018 №569
	пюре из картофеля с/м		59,5	39,38						
	пюре картофеля с/м		41,4	39,38						
	картофель		11,75	9,4						
	Лук репчатый		9	7,5						
	соль поваренная		0,4	0,4						
	масло растительное		0,6	0,5						
	Молоко топленое		3,75	3,75						
Картофель запеченный		120			3,26	7,07	25,31	182,40		№147 СБ 2017
	картофель		231,60	174,00						
	соль поваренная		0,30	0,30						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
	яблоки свежие		5,00	5,00						
	вода		27,4	24,0						
Хлеб ржаной		35			2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Денис + 2012
	сахар		152,0	152,0						
	соль		5,0	5,0						
Итого:		535			15,41	24,45	68,13	565,69	1,23	
ПОЛДНИК										
Молоко топленое (молочко)		150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№149 СБ 2017
	печенье	20	158	150	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:		170	20,00	20,00	5,85	5,71	22,08	163,65	1,95	
УЖИН										
Рисовый с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	рис		50,0	50,0						
	масло сливочное		2,0	2,0						
	соль поваренная		2,50	2,5						
	картофель		2,50	2,50						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	дрожжи сухие		0,20	0,2						
	вода		21,5	21,5						
	масло топленое		57,0	41,0						
	картофель		5,0	5,0						
	Лук репчатый		6,0	5,0						
	Молоко топленое		0,4	0,4						
	Молоко топленое		4,0	4,0						
	соль поваренная		0,50	0,50						
	Молоко топленое		40,0	40,0						
	Молоко топленое		115,0	115,0						
	Молоко топленое		0,4	0,4						
Напиток из молока		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№299 сб дека 2016
	молоко		15,3	15						
	сахар		5	5						
Итого:		255			12,01	9,71	30,57	246,15	75,15	
		1419,00			42,60	51,72	183,86	1374,93	90,17	
		15540,00			496,38	528,36	1946,18	13749,3	374,52	
Итого за 10 дней		1554			49,64	52,84	194,62	1374,93	37,45	
В среднем на 1 ребенка в день										

Примечания:

1. Предусмотрены среднестатистические нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ

2. При отсутствии данных по рецептам, в целях обеспечения полноценности 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., Моисович И.П. Москва Деан-проект 2010г

1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации общественного питания при образовательных учреждениях, Тутельян В.А. Москва 2004 г.

1.3 Таблица замены сырья и кулинарных изделий российских продуктов питания, Тутельян В.А., Москва Деан-проект 2012 г.

1.4 Сборник рецептов блюд для питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003

1.5 Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

1.6 Сборник рецептов на продукты питания для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Моисович И.П. Москва Деан-проект 2016г.

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующих ингредиентов:

1. Картофель (сорт "Резистент")

2. Картофель (сорт "Резистент")

3. Картофель (сорт "Резистент")

4. Картофель (сорт "Резистент")

5. Картофель (сорт "Резистент")

6. Картофель (сорт "Резистент")

7. Картофель (сорт "Резистент")

8. Картофель (сорт "Резистент")

9. Картофель (сорт "Резистент")

10. Картофель (сорт "Резистент")

11. Картофель (сорт "Резистент")

12. Картофель (сорт "Резистент")

13. Картофель (сорт "Резистент")

14. Картофель (сорт "Резистент")

15. Картофель (сорт "Резистент")

16. Картофель (сорт "Резистент")

17. Картофель (сорт "Резистент")

18. Картофель (сорт "Резистент")

19. Картофель (сорт "Резистент")

20. Картофель (сорт "Резистент")