

Утверждаю
 Директор ООО «Золотой Сервис»
 Харламова Э.Р.



Согласовано
 Руководитель дошкольной образовательной
 организации

Иванова А.Г.

Примерное 10-дневное меню
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях
 с 10,5 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

День 1 - мй											
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур	
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
ЗАВТРАК											
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	крупка геркулесовая	180/3	22,50	22,50	7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д	
	молоко		158,00	158,00							
	сахар		2,50	2,50							
	соль йодированная		0,50	0,50							
	масло сливочное		3,00	3,00							
Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016	
	сахар		6,00	6,00							
	молоко		90,00	90,00							
	вода		108,00	108,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	батон нарезной	30/5/5	30,00	30,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016	
	сыр		5,10	5,00							
	масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		409			13,90	16,31	59,64	442,06	2,10		
2 - ой ЗАВТРАК											
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	дошк 2016	
		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54		
Итого:											
ОБЕД											
Икра кабачковая	икра кабачковая	50	51,00	50,00	1,37	3,59	7,27	66,90		ТТК	
		180/10			5,44	5,30	13,53	133,43	4,38	№91 сб дошк 2016	
Суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы	цыплята-бройлеры потр с/м		24,30	23,00							
	масса отварной мякоти птицы			10,00							
	картофель		79,80	60,00							
	морковь		9,00	7,20							
	лук репчатый		8,60	7,20							
	масло растительное		1,80	1,80							
	соль йодированная		0,60	0,60							
	бульон		135,00	135,00							
	клецки			18,00							
	мука пшеничная		5,50	5,50							
	масло сливочное		0,60	0,60							
	яйцо		1,92	1,60							
	вода		8,80	8,80							
	соль йодированная		0,16	0,16							
	масса картофеля			16,20							
	масса картофеля клецек			18,00							
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ)	60/20	68,34	50,25	11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016	
	масса отварной рыбы		8,25	39,75							
	хлеб пшеничный		6,30	8,25							
	яйцо		12,00	3,25							
	молоко		2,25	12,00							
	масло сливочное		0,40	2,25							
	соль йодированная		1,00	0,40							
	масло растительное			1,00							
	масса пудинга			60,00							
	соус молочный		10,00	10,00							
	молоко		1,10	1,10							
	масло сливочное		1,10	1,10							
	мука пшеничная		10,00	10,00							
	вода		0,20	0,20							
	сахар		0,13	0,13							
	соль йодированная			20,00							
	масса соуса										
Пюре картофельное	картофель	140	159,60	119,70	2,86	4,48	18,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016	
	молоко		22,10	21,00							
	масло сливочное		5,00	5,00							
	соль йодированная		0,52	0,52							
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	180	15,30	15,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016	
	сахар		6,00	6,00							
	вода		183,00	183,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дети 4, 2012	

Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	705			26,83	18,02	91,19	646,49	22,45	
ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с молоком стуженным	130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016
творог		121,55	119,20						
крупа манная		7,80	7,80						
яйцо		6,50	5,42						
сахар		10,40	10,40						
сметана		5,20	5,20						
масло сливочное		5,20	5,20						
сухари панировочные		5,20	5,20						
соль йодированная		0,65	0,65						
молоко стуженное		20,40	20,00						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Дели 2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
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
Итого:	436			24,66	20,48	48,60	479,14	10,57	
ВСЕГО:	1730			70,61	59,32	206,99	1659,68	35,66	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д
крупа полбяная			22,50	22,50						
молоко			90,00	90,00						
вода			68,00	68,00						
сахар			2,50	2,50						
соль йодированная			0,50	0,50						
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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
батон нарезной			30,00	30,00						
масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		404			10,77	15,54	55,74	409,78	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком к/с		60			1,18	3,15	5,87	56,52	9,40	№26, сб дошк 2016
картофель			56,11	33,60						
морковь			11,97	9,00						
зеленый горошек к/с			15,00	9,00						
лук репчатый			7,20	6,00						
масло растительное			3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
капуста свежая			20,00	16,00						
картофель			21,28	16,00						
морковь			12,50	10,00						
лук репчатый			9,52	8,00						
свекла			41,00	32,00						
сахар			0,20	0,20						
томат-паста			2,00	2,00						
масло растительное			4,00	4,00						
соль йодированная			0,70	0,70						
бульон			140,00	140,00						
сметана			7,00	7,00						
Гуляш из отварной говядины		40/40			11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептур 2017
говядина лопатка б/к			64,00	64,00						
соль йодированная			0,40	0,40						
масса отварной говядины				40,00						
морковь			17,50	14,00						
лук репчатый			8,50	7,10						
вода питьевая			30,00	30,00						
томатная паста			1,20	1,20						
мука пшеничная в/с			2,00	2,00						
масло растительное			2,70	2,70						
соль йодированная			0,20	0,20						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		130/3			7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016
гречневая крупа			61,90	61,90						

Компот из свежих яблок	вода питьевая	180	92,30	92,30						№342 сб шк 2017
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
					0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	
Хлеб пшеничный	яблоки свежие		34,00	30,00						табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	сахар	30	6,00	6,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		710			26,99	26,19	106,47	777,47	18,66	
ПОЛДНИК										
Элеш с птицей		100			10,90	14,00	22,30	245,00		сборника
	мука пшеничная		30,80	30,80						
	в том числе на подпыл		1,20	1,20						
	сахарный песок		0,80	0,80						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	яйцо куриное		6,00	5,00						
	сметана		12,50	12,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			52,00						
	цыплята - бройлеры с/м		51,60	36,00						
	картофель		34,58	26,00						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	соль		0,80	0,80						
	масса фарша			72,00						
	яйцо куриное для смазки изделия		1,20	1,00						
	масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Итого:		393			12,53	14,53	49,53	367,48	12,83	
ВСЕГО:		1687			51,19	56,26	229,92	1631,05	37,38	

День 3 - ий

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества.			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
	крупа рисовая		13,50	13,50						
	крупа пшеничная		10,00	10,00						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	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 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, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85		№47 сб шк 2017
	капуста квашеная		57,90	40,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	сахар		2,50	2,50						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с куриными фрикадельками		180/10			3,11	3,30	12,94	102,28	8,85	№83 сб дошк 2016
	картофель		106,40	80,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,56	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	бульон		126,00	126,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						

	фрикадельки куриные:		17,56	11,40						
	цыплята-бройлеры потр с/м		11,97	11,40						
	или фарш куриный		1,19	1,00						
	лук репчатый		0,96	0,80						
	яйцо куриное		1,00	1,00						
	вода питьевая		0,10	0,10						
	соль йодированная			14,30						
	масса полуфабриката фрикаделек			10,00						
Птица тушеная с овощами по-татарски		40/30			10,06	10,89	3,96	154,36	2,20	ТТК №753 от 20.08.2022
	цыплята-бройлеры потр с/м		97,20	92,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса отварной мякоти птицы			40,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон		10,00	10,00						
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
	кисель-концентрат		21,00	21,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		658			21,67	23,29	74,14	609,89	12,04	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		386			18,33	27,28	38,96	474,94	44,20	
ВСЕГО:		1633			59,60	68,90	186,44	1622,52	59,00	

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
	крупя ячневая		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная.		0,50	0,50						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Соус разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 201
	свекла		61,50	48,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		180/10			5,95	4,97	11,98	126,35	4,24	№87, 128 сб дошк 2016
	картофель		53,20	40,00						
	горох колотый		16,20	16,00						
	лук репчатый		12,80	10,00						
	морковь		9,60	8,00						
	соль йодированная		4,00	4,00						

Котлеты рыбные	масло растительное		0,70	0,70						
	вода питьевая		140,00	140,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
	масса полуфабриката фрикаделек			10,00						
		70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
Пюре картофельное с маслом сливочным	рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,20						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	хлеб пшеничный		12,60	12,60						
	молоко		18,20	18,20						
	сухари панировочные		7,00	7,00						
	масса полуфабриката			81,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	картофель	140/3	159,60	119,70	2,88	6,65	19,12	147,90	16,96	№339 СБ дошк 2016
	молоко		22,12	21,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Компот из урюка	соль йодированная		0,52	0,52						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	урюк	180	18,40	18,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	масса отварных сухофруктов		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
	урюк		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
	урюк		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов		6,00	6,00						
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		713			23,79	19,71	90,00	639,97	24,10	
ПОЛДНИК										
Вак балинг с рисом и мясом		90			7,02	10,35	28,62	234,63		См. также рецептурный блок И
	мука пшеничная в/с		31,00	31,00						
	мука пшеничная в/с		1,00	1,00						
	яйцо куриное		3,10	2,60						
	масло сливочное		2,60	2,60						
	сахарный песок		1,00	1,00						
	молоко		12,50	12,50						
	дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		23,50	22,50						
	или фарш говяжий		23,50	22,50						
	крупа рисовая		6,00	6,00						
	масса сваренного риса до полуготовности			15,00						
	лук репчатый		7,80	6,50						
	масло сливочное		7,50	7,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	выход фарша			50,00						
	яйцо куриное		1,20	1,00						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	масло растительное		0,25	0,25						
		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 Дели 2016
Чай с сахаром	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
	чай весовой		0,45	0,45						
Итого:		276			7,08	10,37	34,64	258,73	0,03	
ВСЕГО:		1573			42,95	42,54	198,70	1376,08	28,90	

День 5 - ый

День 5 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	рецептур
			брутто	нетто				Ккал		
Каша манная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
	крупа манная		22,50	22,50						
	молоко		158,00	158,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Чай без сахара, с мармеладом	масло сливочное	180/20	3,00	3,00	0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		180,00	180,00						
	мармелад		30,00	30,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016

	батон нарезной		30,00	30,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		423			9,15	11,15	68,41	411,37	1,15	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10, СБ дошк 2016
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупка пшенная		11,00	11,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	бульон или вода		126,00	126,00						
Тефтели мясные		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		46,20	44,40						
	или фарш говяжий		46,20	44,40						
	лук репчатый		16,80	14,00						
	масло растительное		2,10	2,10						
	хлеб пшеничный		9,40	9,40						
	вода питьевая		14,00	14,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	мука пшеничная в/с		4,80	4,80						
	масса полуфабриката			84,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	табл 6, стр 144, Дели +, 2012
	картофель		66,50	50,00						
	морковь		30,00	24,00						
	масса запеченной моркови			22,00						
	лук репчатый		24,00	20,00						
	масса припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		41,00	32,75						
	масса припущенной капусты			30,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	масло растительное		5,00	5,00						
	соус:									
	вода		40,00	40,00						
	масло сливочное		1,80	1,80						
	мука пшеничная		1,80	1,80						
	морковь		3,00	2,40						
	лук репчатый		1,44	1,20						
	томатная паста		2,40	2,40						
	масло сливочное		0,60	0,60						
	сахар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса соуса			40,00						
	масса рагу			150,00						
Компот из свежих фруктов		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	апельсин		9,00	6,00						
	лимон		6,66	6,00						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		675			18,85	28,44	54,86	559,51	31,32	
ПОЛДНИК										
Плов с сухофруктами		150			4,14	10,185	43,2	283,5	0,84	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	крупка рисовая		39,00	39,00						
	вода питьевая		82,50	82,50						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	масло сливочное		15,00	15,00						
	курага		15,30	15,00						
	морковь		37,50	30,00						
	изюм		7,70	7,50						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
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

Итого:	473			6,95	10,86	73,99	427,48	13,67	
ВСЕГО:	1751			40,18	54,94	204,81	1490,36	46,59	

2 недели

День 6 - ый

День 6 - ый																		
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник								
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	рецептур								
			брутто	нетто				Ккал										
ЗАВТРАК																		
Каша пшенная молочная с маслом сливочным		180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д								
	крупка пшено		22,50	22,50														
	молоко		90,00	90,00														
	вода		68,00	68,00														
	сахар		2,50	2,50														
	соль иодированная		0,50	0,50														
Чай с молоком,сахаром	масло сливочное		3,00	3,00	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 маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016								
	батон нарезной		30,00	30,00														
	масло сливочное		5,00	5,00														
Итого:		404			10,49	12,23	50,89	371,68	1,38									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016								
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60									
ОБЕД																		
Салат из кукурузы к/с		50			1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	№10, сб дошк 2016								
	кукуруза к/с		77,60	46,50														
	сахар		1,00	1,00														
	масло растительное		3,00	3,00														
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016								
	капуста свежая		20,00	16,00														
	картофель		21,28	16,00														
	морковь		12,50	10,00														
	лук репчатый		9,52	8,00														
	свекла		41,00	32,00														
	масло растительное		0,20	0,20														
	сахар		2,00	2,00														
	томатная паста		4,00	4,00														
	соль иодированная		0,70	0,70														
	бульон		140,00	140,00														
	сметана		7,00	7,00														
	Жаркое по-домашнему из отварной птицы			200									15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
			цыплята - бройлеры с/м								107,30	101,20						
масса готовой мякоти птицы			44,00															
картофель		193,00	145,10															
лук репчатый		15,00	12,50															
морковь		7,90	6,30															
масло сливочное		5,10	5,10															
соль йодированная		0,80	0,80															
вода питьевая		25,10	25,10															
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016								
	сухофрукты		15,30	15,00														
	сахар		6,00	6,00														
	вода		183,00	183,00														
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012								
Итого:		657			21,82	18,88	64,40	522,62	13,73									
ПОЛДНИК																		
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№2229, сб дошк 2016								
	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														
Хлеб пшеничный	масса готового омлета		150,00	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00							
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			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 свежие		11,40	10,00														
	вода		180,00	180,00														
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012								
Итого:		396			17,83	27,09	39,27	472,26	1,31									
ВСЕГО:		1637			51,05	58,20	172,74	1442,88	20,02									

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	крупка ячневая молоко вода сахар соль иодированная масло сливочное	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
Кофейный напиток с молоком	кофейный напиток сахар молоко вода	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	батон нарезной масло сливочное	30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
Итого:		404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из квашенной капусты	капуста квашенная лук репчатый масло растительное сахар	50	57,90 6,00 2,50 2,50	40,00 5,00 2,50 2,50	0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
Суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками	крупка гречневая картофель морковь лук репчатый масло растительное соль иодированная бульон или вода фрикадельки куриные: цыплята-бройлеры погр с/м или фарш куриный лук репчатый яйцо куриное вода питьевая соль йодированная масса полуфабриката фрикаделек масса готовых фрикаделек	180/10	6,00 80,00 9,00 8,60 1,80 0,60 126,00 17,56 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10	6,00 60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 126,00 11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10	2,84	3,21	9,52	81,94	6,15	№86 сб дошк 2016
Биточки рубленые из рыбы	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный крупка манная яйцо лук репчатый вода соль иодированная сахар сухари панировочные масло растительное масса полуфабриката	80	82,20 63,00 2,10 1,44 18,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	60,00 60,00 2,10 1,20 15,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
Пюре картофельное с маслом сливочным	картофель молоко масло сливочное соль иодированная масло сливочное	140/3	159,60 22,12 5,00 0,52 3,00	119,70 21,00 5,00 0,52 3,00	2,88	6,65	19,12	147,90	16,96	№339 СБ дошк 2016
Компот из свежих яблок	яблоки свежие сахар вода	180	34,00 6,00 183,00	28,00 6,00 183,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		678			18,79	19,14	83,57	587,60	34,08	
ПОЛДНИК										
Макаронные изделия отварные с сыром	макаронные изделия вода соль иодированная сыр голландский масло сливочное	150	49,00 294,00 0,50 25,50 2,50	49,00 294,00 0,50 25,00 2,50	10,38	8,89	21,29	206,33	0,18	№204 СБ дошк 2016

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 №399 сб дошк 2016
Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	
шиповник		18,40	18,00						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Итого:	366			13,27	9,38	42,74	308,28	90,18	
ВСЕГО:	1628			48,46	45,46	189,75	1388,94	125,88	

День 8 - ой

День 8 - ой																		
Наименование блюд 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д								
	крупа геркулесовая		22,50	22,50														
	молоко		158,00	158,00														
	сахар		2,50	2,50														
	соль йодированная		0,50	0,50														
	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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010								
	батон нарезной		30,00	30,00														
	масло сливочное		5,00	5,00														
Итого:		404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29									
2 - ой ЗАВТРАК																		
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016								
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60									
ОБЕД																		
Винегрет овощной		60			0,84	6,02	4,37	75,06		ТТК 1235 согласно АП от 4.02.2026								
	картофель		20,64	15,00														
	свекла		15,30	12,00														
	морковь		11,40	9,00														
	капуста квашенная		17,25	12,00														
	лук репчатый		10,71	9,00														
	масло растительное		3,60	3,60														
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016								
	капуста свежая		45,00	36,00														
	картофель		28,73	21,60														
	морковь		9,00	7,20														
	лук репчатый		8,57	7,20														
	масло растительное		4,00	4,00														
	соль йодированная		0,60	0,60														
	вода питьевая		140,00	140,00														
	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 йодированная		0,10	0,10														
	масса полуфабриката			14,30														
	масса готовых фрикаделек			10,00														
	сметана		7,00	7,00														
	Тефтели мясные в томатном соусе			60/20									7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
			говядина (котлетное мясо б/к)								39,90	38,00						
			или фарш говяжий								39,90	38,00						
лук репчатый		24,00	20,00															
масло растительное		2,00	2,00															
масса пассерованного лука репчатого			10,00															
хлеб пшеничный		8,00	8,00															
вода питьевая		12,00	12,00															
соль йодированная		0,60	0,60															
мука пшеничная в/с		4,00	4,00															
масса полуфабриката			72,00															
масло растительное		2,00	2,00															
масса готовых тефтелей			60,00															
соус томатный:																		
вода питьевая		20,00	20,00															
масло сливочное		0,90	0,90															
мука пшеничная в/с		0,90	0,90															
морковь		1,50	1,20															
лук репчатый		0,72	0,60															
томатная паста		1,25	1,25															
масло растительное		0,30	0,30															

Гороховое пюре	соль иодированная		0,20	0,20						№199 сб шк 2016
	сахар		0,20	0,20						
	масса готового соуса	130		20,00	11,79	2,96	30,29	196,94		
Компот из урюка	горох		66,30	65,00						№394 сб дошк 2016
	соль йодированная		0,50	0,50						
	вода питьевая	180	163,00	163,00	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	
	масло сливочное		2,40	2,40						
Хлеб ржаной	урюк		18,40	18,00						табл 6 стр 144, Дели +, 2012
	масса отварных сухофруктов			28,80						
	вода питьевая		6,00	6,00						
	сахар	40	183,00	183,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	
Итого:			687		26,09	21,76	80,53	630,13	12,51	
ПОЛДНИК										
Сметанник		75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник пид. банка и кулинарных изделий стр 165 Москва 1997
	мука пшеничная		22,50	22,50						
	мука пшеничная на подпыл		2,25	2,25						
	яйцо куриное		3,60	3,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	молоко		7,50	7,50						
	сахарный песок		0,75	0,75						
	дрожжи		0,23	0,23						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	сметана		37,50	37,50						
	сахарный песок		6,00	6,00						
	яйцо куриное		14,40	12,00						
	яйцо куриное		1,80	1,50						
	масло растительное		0,25	0,25						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№376 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
Фрукты свежие	вода		180,00	180,00						табл 9 стр 186, Дели +, 2012
		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Итого:			361		5,55	8,86	46,87	291,38	10,18	
ВСЕГО:			1632		45,95	46,38	205,74	1439,00	28,58	

День 9- ый

День 9- ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	рецептур
			брутто	нетто				Ккал		
ЗАВТРАК										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК № 12Д
	крупя рисовая		22,50	22,50						
	молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	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 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, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		30,00	30,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			11,99	13,63	64,54	429,53	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
ОБЕД										
Икра кабачковая		50			1,37	3,59	7,27	66,90		ТТК
икра кабачковая			51,00	50,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк 2016
	мука пшеничная		15,00	15,00						
	яйцо		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	масса подсушенной лапши			16,00						
	морковь		10,00	8,00						
	лук репчатый		9,52	8,00						
	масло растительное		4,00	4,00						
	бульон		170,00	170,00						
	соль иодированная		0,80	0,80						

Биточки "Домашние"	70	84,90 57,89 16,53 18,00 1,50 0,57 0,84 5,25 2,60	55,13 55,13 13,12 15,00 1,50 8,00 0,57 0,70 5,25 82,60 2,60	10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569	
Картофель запеченный	140	картофель масло растительное соль йодированная	270,00 5,00 0,35	203,00 5,00 0,35	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб shk 2017
Кисель	180	кисель-концентрат сахар вода	21,00 6,00 180,00	21,00 6,00 180,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
Хлеб ржаной	35		35,00	35,00	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	655				20,25	24,44	90,17	662,40	21,72	
ПОЛДНИК										
Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20	творог манная крупа сахар яйцо куриное масло сливочное соль йодированная сухари панировочные сметана повидло	112,06 10,40 10,40 6,24 5,00 0,50 5,20 5,20 20,40	110,50 10,40 10,40 5,20 5,00 0,50 5,20 5,20 20,00	16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 Сб дошк 2016
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	чай весовой сахар лимон вода	0,45 6,00 8,00 180,00	0,45 6,00 7,00 180,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дели 2010
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
Итого:	443				17,24	15,94	55,10	433,68	13,17	
ВСЕГО:	1687				54,70	58,52	217,37	1617,61	37,71	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10	0,45 6,00 11,40 180,00	0,45 6,00 10,00 180,00	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным		30/5	30,00 5,00	30,00 5,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
Итого:		414			10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок разливной		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с		50	80,16 2,50	48,00 2,50	1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб дошк. 2016
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		180/10	6,00 80,00 9,00 9,52 1,80 2,20	6,00 60,00 7,20 8,00 1,80 2,20	4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016

Капуста тушеная с мясом	соль иодированная		0,60	0,60							
	бульон		120,00	120,00							
	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							
		185			8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022	
Компот из свежих фруктов	капуста свежая		165,60	132,00							
	вода питьевая		30,00	30,00							
	масса тушеной капусты			120,00							
	лук репчатый		13,20	11,00							
	масло растительное		1,20	1,20							
	масса пассерованного лука			5,50							
	говядина (котлетное мясо б/к)		45,70	43,75							
	или фарш говяжий		45,70	43,75							
	масса готового фарша			35,00							
	мука пшеничная в/с		3,60	3,60							
Хлеб ржаной	масса соуса:			18,00							
	вода питьевая		18,00	18,00							
	масло сливочное		0,84	0,84							
	мука пшеничная в/с		0,84	0,84							
	морковь		1,50	1,20							
	лук репчатый		0,43	0,36							
	томатная паста		1,08	1,08							
	масло растительное		0,24	0,24							
	соль иодированная		0,18	0,18							
	сахар		0,18	0,18							
		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК	
	яблоки свежие		27,40	24,00							
	апельсин		9,00	6,00							
	лимон		6,66	6,00							
	вода		183,00	183,00							
	сахар		6,00	6,00							
		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,86	79,28	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		645			17,13	16,38	53,10	442,22	39,01		
ПОЛДНИК											
Эч-почмак с мясным фаршем	мука пшеничная	100	31,00	31,00	11,20	6,35	37,90	268,00		ТТ по АП от 23.05.2022	
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	яйцо куриное		3,12	2,60							
	масло сливочное		2,60	2,60							
	сахарный песок		1,00	1,00							
	молоко		12,50	12,50							
	дрожжи сухие		0,30	0,30							
	соль иодированная		0,40	0,40							
	масса теста			50,00							
	говядина (котлетное мясо б/к)		24,15	23,00							
Напиток из шиповника	или фарш говяжий		24,15	23,00							
	картофель		37,50	30,00							
	лук репчатый		10,38	8,65							
	масло сливочное		4,50	4,50							
	соль иодированная		0,53	0,53							
	масса фарша			65,00							
	яйцо куриное		1,92	1,60							
	масло растительное для смазки изделий		0,30	0,30							
	масло растительное для смазки листа		1,00	1,00							
		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016	
Фрукты свежие	шиповник		18,40	18,00							
	сахар		6,00	6,00							
	вода питьевая		180,00	180,00							
		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012	
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)											
Итого:		386			12,71	6,80	52,68	342,38	103,92		
ВСЕГО:		1 625			40,87	33,34	186,25	1242,46	148,42		
ИТОГО за 10 дней		16583			505,56	523,85	1998,71	14910,59	568,14		
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		1658			50,56	52,39	199,87	1491,06	56,81		

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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутьян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Тутьян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутьян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептур 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 с1.09(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%