

Примерное 10-дневное меню
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях
 с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

Р.Р. Рахматуллин
 ООО "АБК - Пэймент"
 г. Кайгородок, ул. МПР 9/1

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,66	274,20	0,86	ТТК №2Д
Крупа кукурузная		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		5,00	5,00						
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 Дели2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	406			11,98	14,01	71,50	460,46	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00						
сахар		3,00	3,00						
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД									
Помидоры свежие порционно	60			0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	№71 сб 2017
помидоры свежие		61,20	60,00						
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне, с гречками	180/10			5,20	3,95	19,51	143,56	4,19	№87, сб дошк2016
Картофель		53,20	40,00						
Горох		16,20	16,00						
Морковь		12,80	10,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		0,60	0,60						
Бульон		140,00	140,00						
гречки пшеничные:		10	10						
хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сбдошк2016
цыплята-бройлеры с/м		78,00	73,6						
масса отварной птицы			32,0						
масло сливочное		8,0	8,0						
Лук репчатый		11,9	10,00						
Морковь		16,3	13,00						
Крупа рисовая		55,0	55,0						
вода		86,0	86,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
масса гарнира			168,0						
Компот из урюка	180/6			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
урюк		18,4	18,0						
масса отварных сухофруктов			28,8						
Сахар		6	6,0						
вода		183	183,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:	681			20,42	15,56	88,03	596,70	17,31	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
Котлеты рыбные	70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,2						
соль иодированная		0,7	0,7						
хлеб пшеничный		12,6	12,6						
молоко		18,20	18,2						
сухари панировочные		7,0	7,0						
масса полуфабриката			81,0						
масло растительное		3,0	3,0						
Пюре Картофельное	140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		159,60	119,70						
Молоко		22,12	21,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
соль иодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№411 Дели2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
вафли									
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012

День2-ой

Наименованиеблюдип родуктов	Масса порции	Кол- во(вгр)	Кол- во(вгр)	Пищевыев ещества			Энергетическаяк енность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Кашаполбянаямолочная масломсливочным	180/3			4.81	7.85	29.38	207.32	0.86	ТТК№1Д
		22.50	22.50						
		90.00	90.00						
		68.00	68.00						
		2.50	2.50						
		0.50	0.50						
Какаомолоком	180/6			3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416Дели2016
		2.00	2.00						
		6.00	6.00						
		110.00	110.00						
		80.00	80.00						
Бутербродсыром,маслом сливочным	30/5/5			3.61	5.83	15.49	128.77	0.04	№3сбдошк2010
		30.00	30.00						
		5.10	5.00						
		5.00	5.00						
Итого:	409			12.09	16.87	55.74	426.87	2.33	
2-ойЗАВТРАК									
Кисломолочныйнапиток (Кефир, ряженка ,катык,напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	91.80	0.54	№420СБлошк2016
кисломолочныйнапиток		185	180						
Итого:	180			5.22	4.50	7.56	91.80	0.54	
ОБЕД									
Салатизсвежейкапустысморковью	60			0.84	3.05	5.42	52.44	2.79	№21сбдошк2016
		69.38	55.50						
			50.00						
		7.50	6.00						
		1.00	1.00						
		3.00	3.00						
		0.30	0.30						
Борщсвежейкапустой, картофелемнакуриномбульоне, сосметаной	180/7			1.50	4.77	8.12	87.64	7.71	№63,сбдошк2016
		18.75	15.00						
		19.95	15.00						
		12.50	10.00						
		9.60	8.00						
		38.40	30.00						
		0.90	0.90						
		1.00	1.00						
		3.60	3.60						
		0.60	0.60						
		140.00	140.00						
		7.00	7.00						
Биточки"Домашние"	70			10.38	8.10	14.95	154.75	0.07	Акспроработкиот 25.12.2018№569
		84.9	55.13						
		57.89	55.13						
		16.53	13.12						
		18	15						
		1.5	1.5						
			8						
		0.57	0.57						
		0.84	0.7						
		5.25	5.25						
			82.6						
		2.6	2.6						
Кашагречневаярассыпчатаяс овощамисмасломсливочным	130/3			3.80	2.37	26.43	141.96	0.48	№180,сб дошк2016
		54.70	54.70						
		82.00	82.00						
		0.33	0.33						
			115.00						
		22.00	17.00						
		2.40	2.00						
			130.00						
		3.00	3.00						
Напитокизсухофруктов	180			0.60	0.08	16.81	71.52	0.65	№394Сбдошк2016
		15.30	15.00						
		6.00	6.00						
		183.00	183.00						
Хлебпшеничный	25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	таблбстр134_Дели+ 2012
Хлебгржаной	45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144_Дели+ 2012
Итого:	700			21.99	19.11	101.87	656.25	11.70	
УПЛОТНЕННЫЙПОЛДНИК									
Соквинд упаковке	125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418Дел2016
Запеканкатворожнаясповидлом	130/20			22.82	20.06	25.55	372.60	0.54	№251,сбдошк2016
		121.55	119.20						
		7.80	7.80						
		6.50	5.42						
		10.40	10.40						
		5.20	5.20						
		5.20	5.20						
		5.20	5.20						
		0.65	0.65						
		20.00	20.00						

Чайсахаромилимоном	чайвесовой Сахар лимон Вода	180/6/7	0.90 6.00 8.00 180.00	0.90 6.00 7.00 180.00	0.13	0.03	6.23	26.48	2.83	№410,412Дели2016
Булочка дорожная	Мукапшеничная мукапшеничнаяподпыл Сахар Маслосливочное солюдирированная дрожжисухие вода массаполуфабриката для крошки: мукапшеничная маслосливочное масса крошки маслорастительное для смазки изделий	50	30.50 1.00 6.00 6.50 0.30 0.20 15.30 57.00 1.20 1.00 2.00 1.00	30.00 1.00 6.00 6.50 0.30 0.20 15.30 57.00 1.20 1.00 2.00 1.00	3.39	6.98	26.07	181.00		№453сб дошк2016
Итого:		518			26.97	27.07	70.48	633.08	5.87	
ВСЕГО:		1807			22.82	67.55	235.64	1808.00	20.44	

День3-ий

Наименованиеблюдип родуктов	Масса порции	Кол- во(вгр)	Кол- во(вгр)	Пищевыевещества			Энергетическаяц енность	Витамин	Сборник рецептур
				брутто	нетто	белки			
							Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша"Дружба"молочнаяс маслосливочным	180/5			5.36	9.85	29.49	229.05	0.86	ТТК№7Д
		13.50	13.50						
		10.00	10.00						
		90.00	90.00						
		68.00	68.00						
		2.50	2.50						
		0.50	0.50						
		5	5						
Чайсмолоком,сахаром	180/6			3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	№413сбдошк2016
		0.45	0.45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд смаслосливочным	30/5			2.29	4.50	15.49	111.60		№1Дели2010
		30.00	30.00						
		5.00	5.00						
Итого:	406			10.68	16.75	55.46	416.41	2.24	
2-ойЗАВТРАК									
Молококипяченое (молоко)	180	189	180	5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБдошк2016
Итого:	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	
ОБЕД									
Огурцысвежиепорционно	60	61.20	60.00	0.42	0.06	1.14	7.20	2.94	№71сбшк2017
Супкартофельныйсклецкамина бульонсизиндейки	180			3.05	3.76	15.70	120.08	4.14	№91,128сбдошк2016
		79.8	60						
		9	7.20						
		8.6	7.20						
		1.8	1.8						
		0.6	0.6						
		135	135						
			30						
		9.12	9.12						
		0.96	0.96						
		3.17	2.64						
		14.40	14.40						
		0.20	0.20						
			27.00						
			30.00						
Рагуизовшейфилегрудок индейки	50/150	65.63	62.50	10.41	34.97	11.93	406.17	0.00	№148,сбдошк2016
		0.50	0.50						
			50.00						
		63.44	47.70						
		30.00	24.00						
			22.00						
		24.00	20.00						
			16.00						
		43.75	35.00						
			31.00						
		0.80	0.80						
		5.00	5.00						
			40.00						
		40.00	40.00						№366,сбдошк2016
		1.80	1.80						
		1.80	1.80						
		3.00	2.40						
		1.44	1.20						
		2.40	2.40						
		0.60	0.60						
		0.40	0.40						
		0.40	0.40						
Кисель	180/6	21.00	21.00	0.54	0.09	16.18	75.24	0.99	ТТК

	Сахар		6.00	6.00							
	вода		180.00	180.00							
Хлебшеничный		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	0.00	таблбстр134_Дели+2012	
Хлебржаной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144_Дели+2012	
Итого:		691			18.91	39.58	72.63	744.88	8.07		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Фруктысвежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	№386СБ дошк2016	
Биточкирубленыеизрыбы запеченныевтоматномсоусе с овощами		50/25			6.83	5.88	11.06	124.98	0.93	№275,366СБдошк2016	
	рыба(минтайс/мБГ) или фаршрыбный		51.40 39.40	37.50 37.50							
	хлебшеничный		5.00	5.00							
	водапитгевая		8.20	8.20							
	Лукрепчатый		11.40	9.50							
	Маслорастительное		0.80	0.80							
	массаприпущенноголука			4.70							
	Яйцокуриное		0.90	0.75							
	сольодированная		0.44	0.44							
	сухарипанирочные		5.00	5.00							
	Массап.луфабриката			59.00							
	Маслорастительное		1.25	1.25							
	массаготовыхкхотлет			50.00							
соусоматныйс овощами				25.00							
	лукрепчатый		3.00	2.50							
	морковь		6.25	5.00							
	маслорастительное		0.75	0.75							
	бульонливода		25.00	25.00							
	Маслосливочное		1.125	1.125							
	мукапшеничная		1.125	1.125							
	морковь		1.875	1.50							
	лукрепчатый		0.90	0.75							
	томатнаяпаста		1.50	1.50							
	Маслосливочное		0.375	0.375							
	сахар		0.25	0.25							
	сольодированная		0.25	0.25							
	массаготовотоматногосоуса			22.50							
Кашапшеничнаявязкаясмаслом сливочным		130/3			5.59	4.64	28.76	179.66	0.62	ТТК№9д	
	Круапшеничная		26.00	26.00							
	Водапитгевая		104.00	104.00							
	сольодированная		0.40	0.40							
	Маслосливочное		3.00	3.00							
Чайсблоками,с сахаром		180/10/6			0.10	0.06	6.99	28.64		№2016 №410	
	чайвесовой		0.45	0.45							
	сахарныйпесок		6	6							
	водапитгевая		180	180							
	яблокисвежие		11.4	10							
Кондитерскоеизделие	печенье	20	20.00	20.00	1.46	2.50	8.80	63.60		таблбстр136_Дели+, 2012	
Хлебшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	таблбстр134_Дели+ 2012	
Итого:		554			16.66	13.72	80.17	514.38	11.55		
ВСЕГО:		1831			51.74	74.93	217.33	1777.67	24.20		

День4-ый

Наименованиеблюди продуктов	Масса порции	Кол- во(вгр)	Кол- во(вгр)	Пищевые вещества			Энергетическая кажд енность	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
КашаГеркулесоваямолочная масломсливочным	180/5			7.46	9.52	33.83	251.91	0.86	ТТК№5Д
		22.50	22.50						
		158.00	158.00						
		2.50	2.50						
		0.50	0.50						
		5.00	5.00						
Кофейныйнапитокмолоком	180/6			2.85	2.41	10.35	74.58	1.17	№414Дели2016
		2.50	2.50						
		6.00	6.00						
		90.00	90.00						
		108.00	108.00						
Бутербродсмасломсливочным	30/5			2.29	4.50	15.49	111.68		№1Дели2010
		30.00	30.00						
		5.00	5.00						
Итого:	406			12.60	16.43	59.67	438.17	2.03	
2-ойЗАВТРАК									
Кисломолочныйнапиток (Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	92.00	1.44	№420СБдошк2016
		185.00	180.00						
Итого:	180			5.22	4.50	7.56	92.00	1.44	
ОБЕД									
Салатизморковиссахаром	60			0.74	0.06	6.89	49.02	2.88	№42,сбдошк2016
		72.5	58						
		3	3						
Рассольникдомашний,смясными фрикадельками,сосметаной	180/10/5			3.63	5.59	9.39	110.15	9.57	№95,105сбдошк2016
		71.82	54.00						
		18.00	14.40						
		9.00	7.20						
		8.64	7.20						
		3.60	3.60						
		19.66	10.80						

	солидированная		0.70	0.70							
	вода		126.00	126.00							
	Сметана		5.00	5.00							
	говядина(котлетноемясоб'к)		11.97	11.40							
	илифаршговяжий		11.97	11.40							
	Лукрепчатый		1.19	1.00							
	Яйцокуриное		0.96	0.80							
	Водапитьевая		1.00	1.00							
	солидированная		0.10	0.10							
Тефтелимясные		70			8.10	7.29	7.87	129.44	0.06	СБлошколн.№303, 2016	
	говядина(котлетноемясоб'к)		46.2	44.4							
	илифаршговяжий		46.2	44.4							
	Лукрепчатый		16.8	14							
	маслорастительное		2.1	2.1							
	Хлебпшеничный		9.4	9.4							
	водапитьевая		14.0	14.0							
	солидированная		0.7	0.7							
	Мукапшеничная в/с		4.8	4.8							
	массаполуфабриката			84							
	маслорастительное		2	2							
Макаронныеизделиятварныес маслом		130/3			4.91	3.13	27.60	158.16		№219Сбдошк2016	
	макаронныеизделия		45.50	45.50							
	вода		275.00	275.00							
	солидированная		0.50	0.50							
	Маслосливочное		3.00	3.00							
Компотизизюмаияблок		180			0.35	0.12	26.2	108	1.44	ТТК	
	яблоксвежие		16.53	14.50							
	изюм		9.18	9.00							
	массаотварныхсухофруктов			14.40							
	Вода		183.00	183.00							
	сахар		6.00	6.00							
Хлебпшеничный		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	таблбстр134,Дели+ 2012	
Хлебжареной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144,Дели+ 2012	
Итого:		708			22.60	16.93	108.09	702.71	13.95		
УПЛОТНЕННЫЙПОЛДНИК											
Соквид упаковки		125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418Дели2016	
Омлетнатуральныйсыром		150			11.12	13.08	25.64	237.07	0.35	№229,сбдошк2016	
	яйцо		120	100							
	молоко		57	57							
	сыр		15.3	15							
	маслосливочное		3	3							
	солидированная		0.4	0.4							
	массаготовогоомлета			150							
Чайссахаром		180/6			0.06	0.02	6.02	24.10	0.03	№411Дели2016	
	чай вссовой		0.45	0.45							
	сахар		6.00	6.00							
	Вода		180.00	180.00							
Пирожокпеченыйсповидлом		60			3.50	3.75	34.77	187.00	0.03	№437сбдошк2016	
	Мукапшеничная в/с		30	30							
	Мукапшеничная в/с		1.5	1.5							
	Маслосливочное		1.36	1.36							
	Сахарный песок		1.6	1.6							
	Яйцокуриное		1.92	1.6							
	солидированная		0.5	0.5							
	Дрожжисухие		0.24	0.24							
	водапитьевая		12	12							
	Повидло		20.4	20							
	Маслорастительное		0.2	0.2							
	Яйцокуриное		1.44	1.2							
Хлебпшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	таблбстр134,Дели+ 2012	
Итого:		551			17.59	17.09	93.82	571.67	2.91		
ВСЕГО:		1845			58.02	54.95	269.14	1804.55	20.33		

День5-ый

Наименованиеблюдипродуктов	Масса порции	Кол-во(вгр)	Кол-во(вгр)	Пищевыевещества			Энергетическаякяц енность	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Супмолочныйсозвездочками	200			5.75	5.21	16.83	132.40	0.76	№100,сбдошк 2016
		16.00	16.00						
		1.60	1.60						
		140.00	140.00						
		60.00	60.00						
		2.00	2.00						
		1.00	1.00						
Какао-молоком	180/6			3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416Дели2016
		2.00	2.00						
		6.00	6.00						
		110.00	110.00						
		80.00	80.00						
Бутербродсыром,маслом сливочным	30/5/5			3.61	5.83	15.49	128.77	0.04	№3сб дошк2016
		30.00	30.00						
		5.10	5.00						
		5.00	5.00						
Итого:	426			13.03	14.23	43.19	351.95	2.23	
2-ойЗАВТРАК									
Молококипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБдошк2016
		189.00	180.00						
Итого:	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	

Салатиз свежей капусты с морковью	ОБЕД	60			0.84	3.05	5.42	52.44	2.79	№21сбдошк2016
	капустасвежая		69.38	55.50						
	массапрогретойкапусты			50.00						
	морковь		7.50	6.00						
	Сахар		1.00	1.00						
	Маслорастительное		3.00	3.00						
	солиодированная		0.30	0.30						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1.85	3.99	8.37	83.34	0.36	№94сб дошк2016
	Мукапшеничная		14.00	14.00						
	Мукапшеничнаяоподпыл		1.00	1.00						
	Яйцо		4.80	4.00						
	вода		2.80	2.80						
	солиодированная		0.40	0.40						
	Массаподсушеннойлапши			16.00						
	Морковь		10.00	8.00						
	Лукрепчатый		9.52	8.00						
	Маслорастительное		4.00	4.00						
	бульон		170.00	170.00						
	солиодированная		0.70	0.70						
Суфле куриное		70			9.88	11.00	1.74	140.00	0.48	№327,371сбдошк2016
	цыплята-бройлеры/м		119.00	112.70						
	массаотварноймякотиптицы			49.00						
	яйцо		15.36	12.80						
	маслорастительное		2.50	2.50						
	соус			20.00						
	молоко		15.00	15.00						
	маслосливочное		2.60	2.60						
	мукапшеничная		2.60	2.60						
	водапитьевая		3.00	3.00						
	солиодированная		0.16	0.16						
Кашаячневая рассыпчатая с луком		130			3.51	7.80	22.39	173.66		№303С62017
	Крупаячневая		35.5	35.5						
	солиодированная		0.35	0.35						
	Вода		85	85						
	маслосливочное		6	6						
	Массакаши			105						
	Лукрепчатый		60	50						
	Маслорастительное		6	6						
	массапассированноголука			25						
Компотизюрюка		180			0.40	0.02	16.60	68.20	2.44	№394сбдошк2016
	зюрюк		18.40	18.00						
	Массаотварныхсухофруктов			28.80						
	Сахар		6.00	6.00						
	вода		183.00	183.00						
Хлеббжаной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.82	89.10		таблбстр144,Дели+2012
Итого:		665			19.45	26.40	72.34	606.74	6.07	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Фруктысвежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	№386СБ дошк.2016
Запеканкакартофельная с мясом со сметанным соусом		150/30			17.88	18.84	21.55	317.99	5.12	№308СБ дошк2016
	говядина(котлетноемясо)		39.00	37.50						
	илифаршговяжий		39.40	37.50						
	маслосливочное		2.80	2.80						
	массаготовогомясногофарша			30.00						
	Картофель		190.70	143.45/139.3						
	массаотварногопротертого картофеля			136.60						
	Лукрепчатый		12.72	10.60						
	маслорастительное		1.80	1.80						
	массаприпущенноголука			7.70						
	Маслосливочное		1.80	1.80						
	солиодированная		0.60	0.60						
	сухарипанировочные		3.20	3.20						
	массаполуфабриката			175.00						
	выходготовойзапеканки			150.00						
	Соуссметанный:			30.00						
	Сметана		7.50	7.50						
	Мукапшеничная		2.00	2.00						
	вода		22.50	22.50						
Чайс сахаром или лимоном		180/6/7			0.13	0.03	6.23	26.48	2.83	№412Дели2016
	чайвесовой		0.90	0.90						
	Сахар		6.00	6.00						
	лимон		8.00	7.00						
	Вода		180.00	180.00						
Хлебпшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	таблбстр134,Дели+2012
Итого:		503			20.70	19.51	52.33	461.97	17.95	
ВСЕГО:		1774			58.65	65.02	176.93	1522.66	28.59	

2неделя

Деньб-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (в гр)	Кол-во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/3			5.04	8.18	28.77	208.76		ТТК №6Д
крупашенная Молоко		22.50	22.50						
Вода		90.00	90.00						
Сахар		68.00	68.00						
солиодированная		2.50	2.50						
Масло сливочное		0.50	0.50						
3		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	№413 сб дошк 2016
чайвесовой		0.45	0.45						
Сахар Молоко		6	6						
ко Вода		92	90						
90		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2.29	4.50	15.49	111.60		№1 Дели 2016
Батон нарезной Масло сливочное		30.00	30.00						
5.00		5.00	5.00						
Итого:	404			10.36	15.08	54.74	396.12	1.38	
2-ой ЗАВТРАК									
Кисло-молочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	91.20	0.54	№420 Сб дошк 2016
кисло-молочный напиток		185	180						
Итого:	180			5.22	4.50	7.56	91.20	0.54	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	60			0.42	0.06	1.14	7.20	2.94	№71 сбшк 2017
огурцы		61.20	60.00						
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	180			1.42	1.95	8.72	61.74	5.94	№86 сб дошк 2016
крупя гречневая		15.00	15.00						
картофель		79.80	60.00						
Морковь		10.00	8.00						
Лук репчатый		9.52	8.00						
Масло растительное		1.80	1.80						
солиодированная		0.60	0.60						
Бульон		120.00	120.00						
Гуляш из отварной говядины	40/40			10.69	11.26	2.62	131.20	0.74	№293 сб рецептур 2016
говядина лопатка/косолиодированная		64.00	64.00						
масса отварной говядины		0.40	0.40						
Морковь									
лук репчатый			40.00						
Вода		17.50	14.00						
оладить		8.50	7.10						
свежая мука		30.00	30.00						
паста		1.20	1.20						
мука пшеничная/см		2.00	2.00						
аслорастительное		2.70	2.70						
Макаронные изделия отварные	130			3.92	3.63	27.64	145.06		№219 Сб дошк 2016
макаронные изделия		45.50	45.50						
вода		275.00	275.00						
солиодированная		0.50	0.50						
Масло сливочное		2.00	2.00						
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	45	45	45	2.97	0.54	17.84	89.19		табл сб стр 144, Дели = 2012
Итого:	675			20.02	17.52	74.77	505.91	10.27	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Сок в инд. упаковках	125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418 Дели 2016
Вареники с начинкой из сливочным	130/5			19.27	13.03	19.90	273.50	0.58	№243, 244 сб дошк 2016
творог		103.40	101.3						
Мука пшеничная		14.2	14.2						
в/сы		8.88	7.4						
йодоуриносахарный		7.40	7.4						
йодосолиодированная		0.30	0.3						
масса полуфабриката			123.5						
масло сливочное		5.0	5.0						
Чай с яблоками, с сахаром	180/10/6			0.08	0.05	6.00	24.35		№2016 №393
чайвесовой		0.45	0.45						
йодосолиодированная		6	6						
свежая		180	180						
яблоко свежее		11.4	10						
Итого:	456			19.98	13.08	38.53	350.85	3.08	
ВСЕГО:	1715			55.58	50.18	175.60	1344.08	15.27	

День 7-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (в гр)	Кол-во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			

ЗАВТРАК										
Кашаячневаямолочнаямасломсливочным		180/5			6.06	6.99	30.07	228.00		ТТК№3Д
	КрупаячневаяМолоко		22.50	22.50						
	Вода		90.00	90.00						
	Сахар		68.00	68.00						
	сольодированная		2.50	2.50						
	Маслосливочное		0.50	0.50						
			5.00	5.00						
Кофейныйнапитоксмолоком		180/6			2.85	2.41	10.35	74.58	1.17	№414Дем2016
	КофейныйнапитокСахар		2.50	2.50						
	МолокоВо		6.00	6.00						
	да		90.00	90.00						
			108.00	108.00						
Бутерброд смасломсливочным		30/5			2.29	4.50	15.49	111.68		№1Дем2016

Сыр порционно	Батон нарезной Ма сло сливочное сыр	10	30.00 5.00 10.20	30.00 5.00 10.00	2.63	2.66	34.33		№15сб шк2017	
Итого:		416			13.83	16.56	55.91	448.59	1.17	
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	2-ой ЗАВТРАК кисломолочный напиток сахар	180/3	185.00 3.00	180.00 3.00	5.22	4.50	10.19	102.00	1.26	№420СБ дошк2016
Итого:		183			5.22	4.50	10.19	102.00	1.26	
Салат из моркови с сахаром	ОБЕД морковь сахара	60	72.5	58	0.74	0.06	6.89	49.02	2.88	№42,сб дошк2016
Борщ со свежей капустой, картофелем, куриным бульоном, сметаной	р	180/7	3	3	1.50	4.77	8.12	87.64	7.71	№63,сб дошк2016
Тефтели куриные с рисом сметанно-томатным соусом	Капуста свежая Кар тофель Морковь Лук репчатый Свекла Сахар Томат -паста Масло растительное со лиодированная Буль он Сметана	50/25	18.75 19.95 12.50 9.60 38.40 0.90 1.00 3.60 0.60 140.00 7.00	15.00 15.00 10.00 8.00 30.00 0.90 1.00 3.60 0.60 140.00 7.00	8.37	6.70	18.22	170.97	2.39	ТТК698от09.04.2021
Пюре Картофельное	цыплята- бройлеры/милли фарш куриный вода рис масса отварного рассыпчатого риса Лук репчатый Масло растительное масса припущенного лука соль лиодированная мука пшеничная масса полуфабриката соус сметанно-томатный: сметана мука пшеничная во да томатная паста соль лиодированная	140	48.80 31.70 5.00 4.20 10.80 1.50 7.50 0.30 3.50 60.00 25.00 6.25 1.90 1.90 18.80 1.00 0.20	31.70 31.70 5.00 4.20 9.00 1.50 7.50 0.30 3.50 25.00 6.25 1.90 1.90 18.80 1.00 0.20	2.86	4.48	19.08	128.10	16.96	№339СБ дошк2016
Компот из свежих яблок	Картофель Молоко Масло сливочное со лиодированная	180	159.60 22.12 5.00 0.52	119.70 21.00 5.00 0.52	0.14	0.14	25.09	103.14	0.81	№390СБ шк2016
Хлеб из ржаной	яблоки свежие сахар вода	45	34.00 6.00 183.00	30.00 6.00 183.00	2.97	0.54	17.84	89.19		табл.бс тр144,Дел.ш+2012
Итого:		677			16.58	16.70	95.24	628.05	30.75	
Фрукты свежие (яблоки, апельсины, лиманы, лимон, мандарины)	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	100	100	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	№386СБ дошк 2016
Суп картофельный с мясными фрикадельками	картофель морковь лук репчатый томат ая паста масло растит ельное Бульон соль лиодированная фрикадельк имя с мясом вядина (кот летное мясо б/к) фарш говяжий яйцо куриное лук репчатый соль лиодированная вода питьевая масса полуфабриката фрикаделек масса готовых фрикаделек	200/30	106.40 10.00 9.60 0.80 2.00 140.00 0.65 30 35.9 35.9 2.88 3.60 0.24 3.00	80.00 8.00 8.00 0.80 2.00 140.00 0.65 30 34.2 34.2 2.40 3.00 0.24 3.00	7.86	5.78	13.72	150.03	9.75	№104,105сб шк2017
Чай с сахаром	чай в соевой сахар Вода	180/6	40.2 30		0.06	0.02	6.02	24.10	0.03	№411 Дели2016
Сметанник	мука пшеничная мука пшеничная на подпыля яйцо куриное масло сливочное молоко сахарные йпесок дрожжи соль лиодированная	75	0.45 6.00 180.00	0.45 6.00 180.00	3.99	8.34	19.85	171.28	0.148	Сборник национальных блюдов и кулинарных изделий стр 165 Казань 1997

			37.50	37.50						
	сметана		6.00	6.00						
	йогурт		14.40	12.00						
	йогурт		1.80	1.50						
	масло		0.25	0.25						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	табл.стр134, Дели+2012
Итого:		621			14.59	14.78	64.15	462.91	19.93	
ВСЕГО:		1897			50.23	52.54	225.48	1641.55	53.11	

День 8-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (вгр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5.47	6.75	29.10	199.50	1.05	ТТК №4Д
Крупа манная		22.50	22.50						
Молоко		158.00	158.00						
Сахар		2.50	2.50						
сольодированная		0.50	0.50						
Масло сливочное		5.00	5.00						
Какао-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:	406			11.43	14.44	55.46	401.96	2.48	
2-ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419С Блошк 2016
молоко		189.00	180.00						
Итого:	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	
ОБЕД									
Помидоры свежие порционно	60			0.66	0.12	2.28	13.20	10.50	№71СБ 2017
помидоры свежие		61.20	60.00						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180			2.55	3.30	13.53	103.96	4.14	№91,128СБ дошк 2016
картофель		79.8	60						
Морковь		9	7.20						
Лук репчатый		8.6	7.20						
Масло растительное		1.8	1.8						
сольодированная		0.6	0.6						
бульон		135	135						
клецки:			30						
мука пшеничная		9.12	9.12						
Масло сливочное		0.96	0.96						
яйцо		3.17	2.64						
вода		14.40	14.40						
сольодированная		0.20	0.20						
масса теста			27.00						
масса готовых клецек			30.00						
Птица, тушеная с овощами	200			17.79	13.83	17.20	264.00	32.40	№319,372СБ дошк 2016
цыплята-бройлеры с/м		97.5	92.0						
масса отварной мякоти птицы			40.0						
соус сметанный:									
Вода и лотвар		15	15.0						
сметана		5	5.0						
мука пшеничная		1.5	1.5						
сольодированная		0.16	0.16						
масса соуса			20.0						
картофель		137	103.0						
морковь		37.5	30.00						
Лук репчатый		28	23.00						
Масло растительное		1.5	1.5						
сольодированная		0.8	0.8						
масса овощей с соусом			160.0						
Компот из урюка	180			0.40	0.02	16.60	68.20	2.44	№394СБ дошк 2016
урюк		18.40	18.00						
Масса отварных сухофруктов			28.80						
Сахар		6.00	6.00						
вода		183.00	183.00						
Хлеб жареный	45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		табл.стр144, Дели+2012
Итого:	665			24.37	17.81	67.45	538.55	49.48	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Сок в индупаковке	125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.34	2.50	№418 Дели 2016
Голубцы с начинкой сметанно-томатным соусом	120/30			10.16	10.45	21.01	201.98	0.65	№314СБ дошк 2016
капуста свежая		91	72						
говядина б/к (котлетное мясо)		47	45						
или фарш говяжий		45	45						
крупа рисовая		6	6						
масса отварного риса			17						
лук репчатый		12	10						
масло растительное		3	3						
масса припущенного лука			10						
яйцо		6.00	5.00						
сольодированная		0.60	0.60						
масса полуфабриката			139.00						
Масло растительное		1.00	1.00						
соус сметанно-томатный			30.00						
Мука пшеничная		2.25	2.25						
вода		22.50	22.50						
сметана		7.50	7.50						

	томатная паста		1.20	1.20						
	солидированная		0.30	0.30						
	масса соусов сметанно-томатного			30.00						
Чай с сахаром или лимоном		180/6/7			0.13	0.03	6.23	26.48	2.83	№410,412 Дели 2016
	чайвесовой		0.90	0.90						
	Сахар		6.00	6.00						
	лимон		8.00	7.00						
	Вода		180.00	180.00						
Хлеб пшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	табл.б.стр134, Дели+ 2012
Итого:		498			13.20	10.72	54.63	352.30	5.98	
ВСЕГО:		1749			54.48	47.85	186.60	1394.81	60.28	

День 9-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			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7.73	5.60	39.81	241.16	0.86	ТТК №9Д
		22.50	22.50						
		90.00	90.00						
		68.00	68.00						
		2.50	2.50						
		0.50	0.50						
		3.00	3.00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	№413 сб дошк 2016
		0.45	0.45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3.61	5.83	15.49	128.77	0.04	№3 сб дошк 2016
		30.00	30.00						
		5.10	5.00						
		5.00	5.00						
Итого:	409			14.37	13.83	65.78	445.69	2.28	
2-ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	92.00	1.44	№420СБ дошк 2016
		185.00	180.00						
Итого:	180			5.22	4.50	7.56	92.00	1.44	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	60			0.84	3.05	5.42	52.44	2.79	№21 сб дошк 2016
		69.38	55.50						
			50.00						
		7.50	6.00						
		1.00	1.00						
		3.00	3.00						
		0.30	0.30						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, с куриными фрикадельками, с сметаной	180/10/7			3.63	5.89	8.95	108.17	6.11	№82 сб дошк 2016
		79.80	60.00						
		8.00	8.00						
		10.00	8.00						
		4.76	4.00						
		3.00	3.00						
		21.84	12.00						
		0.70	0.70						
		132.00	132.00						
		17.56	11.40						
		11.97	11.40						
		1.19	1.00						
		0.96	0.80						
		1.00	1.00						
		0.10	0.10						
			13.40						
			10.00						
		7.00	7.00						
Суфлеры рыбные	80			12.81	6.41	3.29	122.00	0.26	№284,371 сб дошк 2016
		103.68	72.5						
			58						
		20.3	20.3						
		3.5	3.5						
		3.5	3.5						
		4	4						
		0.22	0.22						
			27						
		12	10						
		3	3						
			92						
			80						
Пюре из бобовых с картофелем сливочным	140/3			8.66	3.79	26.2	172.4		№200 сб дошк 2017
		41.8	41						
		59.6	44.8						
		22.4	21						
		0.35	0.35						
		3	3						
Кисель	180			0.54	0.09	16.18	75.24	0.99	ТТК
		21.00	21.00						

	Сахар		6.00	6.00							
	вода		180.00	180.00							
Хлебжраной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19			таблбстр144_Дели+2012
Итого:		705			29.45	19.77	77.88	619.44	10.15		
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фруктысвежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00		№386СБ дошк.2016
Пудинг творожный с молоком стученным		130/20			21.16	18.37	42.17	418.60	0.49		№249СБ дошк.2016
	Творог		112.06	110.50							
	Манная крупа		10.40	10.40							
	Яйцо		7.80	6.50							
	Сахарный песок		10.40	10.40							
	сольодированная		0.50	0.50							
	Масло сливочное		5.20	5.20							
	Сухофрукты		5.20	5.20							
	Сметана		5.20	5.20							
	молоко стученное		20.40	20.00							
Слойка сладкая		50			4.22	4.81	25.22	151.00			Сборник национальных блюда кулинарных изделий Стр.150СБ Казань 1997
	Мука пшеничная		31.00	31.00							
	Мука пшеничная дрожжи сухие		1.00	1.00							
	сольодированная		0.40	0.40							
	Сахар		1.00	1.00							
	Масло сливочное		2.50	2.50							
	Яйцо		3.00	2.50							
	молоко		12.50	12.50							
	маслосметана			50.00							
	Сахар		5.00	5.00							
	Масло сливочное		2.50	2.50							
	масла сливочного			57.50							
	яйцо		0.90	0.75							
	Масло растительное		0.13	0.13							
Чай с сахаром		180/10/6			0.08	0.05	6.00	24.35			№2016 №393
	чай с сахаром		0.45	0.45							
	сахарный песок		6	6							
	вода питьевая		180	180							
	яблоки свежие		11.4	10							
Итого:		496			25.86	23.63	83.19	640.95	10.49		
ВСЕГО:		1790			74.90	61.72	234.41	1798.08	24.36		

День 10-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (вгр)	Кол-во (вгр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				брутто	нетто	белки			
							Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7.46	9.52	33.83	251.91	0.86	ТТК №5Д
		22.50	22.50						
		158.00	158.00						
		2.50	2.50						
		0.50	0.50						
		5.00	5.00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2.85	2.41	10.35	74.58	1.17	№395 Делм 2010
		2.50	2.50						
		6.00	6.00						
		90.00	90.00						
		108.00	108.00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2.29	4.50	15.49	111.68		№1 Делм 2010
		30.00	30.00						
		5.00	5.00						
Итого:	406			12.60	16.43	59.67	438.17	2.03	
2-ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБ дошк.2016
		189.00	180.00						
Итого:	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	60			0.74	0.06	6.89	49.02	2.88	№42, сб дошк.2016
		72.5	58						
		3	3						
Щи со свежей капустой с картофелем мясным бульоном, сметаной	180/7			1.36	4.59	4.77	70.02	10.00	№73, сб дошк.2016
		45.00	36.00						
		28.73	21.60						
		9.00	7.20						
		8.57	7.20						
		4.00	4.00						
		0.60	0.60						
		140.00	140.00						
		7.00	7.00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной	200			18.79	20.97	19.22	342.00	5.88	АКТ проработки 2 5.12.2022
		64	64						
		0.4	0.4						
		40	40						
		180	135						
		24	20						
		45.5	25						
		5	5						

Компотиз свежих яблок	Маслорастительное Массаовойшей	180	10	10	0.14	0.14	25.09	103.14	0.81	390сбшк2016
	яблоксиежеие		34.00	30.00						
	сахар		6.00	6.00						
	вода		183.00	183.00						
Хлеббжаной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144,Дели+ 2012
Итого:		672			24.00	26.30	73.81	653.37	19.57	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Соквиндупаковке		125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.34	2.50	№418,Дели2016
Омлетнатуральный		150			13.94	24.83	2.64	289.66	0.28	№229,сбдошк2016
	яйцо		114	95						
	молоко		60	60						
	массаомлетнойсмеси			155						
	маслосливочное		2.5	2.5						
	солюдирированная		0.4	0.4						
	массаготовогоомлета			150						
Чайсахаром		180/6			0.06	0.02	6.02	24.10	0.03	№411,Дели2016
	чай всовой		0.45	0.45						
	сахар		6.00	6.00						
	Вода		180.00	180.00						
Пирожокпеченыйповидлом		60			3.50	3.75	34.77	187.00	0.03	№437сбдошк2016
	Мукапшеничнаяв/с		30.00	30.00						
	Мукапшеничнаяв/с		1.50	1.50						
	Маслосливочное		1.36	1.36						
	Сахарныйпесок		1.60	1.60						
	Яйцокуриное		1.92	1.60						
	Сольдирированная		0.50	0.50						
	Дрожжисухие		0.24	0.24						
	водапитьевая		12.00	12.00						
	Повидло		20.4	20						
	Маслорастительное		0.20	0.20						
	Яйцокуриное		1.44	1.2						
Хлебпшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	таблбстр134,Дели+ 2012
Итого:		551.00			20.42	28.84	70.82	624.60	2.84	
ВСЕГО:		1809			62.50	76.45	213.37	1818.14	26.78	
ИТОГО за 10 дней		18033.00			541.89	600.76	2174.21	16548.62	321.41	
ИТОГО Оза 1 день всреднема 1 воспитанника		1803.30			54.19	60.08	217.42	1654.86	32.14	

Примечание:

1. Предусмотренныесреднесуточные 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 соответ ст
вни стабильней замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение № 14)

3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно-технические документы:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях

Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах,

Тутельян В.А. Москва 2004 г.

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.

Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработку меню не предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности

: сельхоз животноводческая птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

яйца куриные расфасованные по 48г - массой нетто 40г

картофель расфасованный по 400г (25% отходы) морковь, свекла расфасованы 1.09 (20% отходы) масло

сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса, слимонной кислоты семье

тана с массовой долей жира 15%

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%

