

Утверждаю  
 Директор ООО "АБК - Пэймент"  
 Рахматуллин Р.Р.



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

Согласовано  
 Руководитель дошкольной образовательной  
 организации



День 1 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
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 Дели 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>11,98</b>	<b>14,01</b>	<b>71,50</b>	<b>460,46</b>	<b>2,03</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>183</b>			<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>10,19</b>	<b>102,00</b>	<b>1,26</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с изюмом	60			0,75	0,08	13,37	57,18	2,41	№66 сб школы н. 2017
морковь		67,50	54,00						
изюм		7,20	7,00						
сахар		0,30	0,30						
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне, с гренками	180/10			5,20	3,95	19,51	143,56	4,19	№87, сб дошк 2016
Картофель		53,20	40,00						
Горюх		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						
гренки 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 сб дошк 2016
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
<b>Итого:</b>	<b>681</b>			<b>20,51</b>	<b>15,52</b>	<b>99,12</b>	<b>640,68</b>	<b>9,22</b>	
<b>УЩОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
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						
сладари пшеничные		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 Дели 2016
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						

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	
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>12.09</b>	<b>16.87</b>	<b>55.74</b>	<b>426.87</b>	<b>2.33</b>	
<b>2-ойЗАВТРАК</b>									
Кисломолочныйнапиток (Кефир, <b>ряженка</b> ,катык,напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	91.80	0.54	№420СБлошк2016
кисломолочныйнапиток		185	180						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.56</b>	<b>91.80</b>	<b>0.54</b>	
<b>ОБЕД</b>									
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	Актпроработкиот 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
<b>Итого:</b>	<b>700</b>			<b>21.99</b>	<b>19.11</b>	<b>101.87</b>	<b>656.25</b>	<b>11.70</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙПОЛДНИК</b>									
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
<b>Итого:</b>		<b>518</b>			<b>26.97</b>	<b>27.07</b>	<b>70.48</b>	<b>633.08</b>	<b>5.87</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1807</b>			<b>22.82</b>	<b>67.55</b>	<b>235.64</b>	<b>1808.00</b>	<b>20.44</b>	

День3-ий

Наименованиеблюдип родуктов	Масса порции	Кол- во(вгр )	Кол- во(вгр )	Пищевыевещества			Энергетическаяц енность	Витамин	Сборник рецептур
				брутто	нетто	белки			
							Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
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		№1Дети2010
		30.00	30.00						
		5.00	5.00						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>10.68</b>	<b>16.75</b>	<b>55.46</b>	<b>416.41</b>	<b>2.24</b>	
<b>2-ойЗАВТРАК</b>									
Молококипяченое (молоко)	180	189	180	5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБдошк2016
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.48</b>	<b>4.88</b>	<b>9.07</b>	<b>102.00</b>	<b>2.34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Огурцысвежиепорционно	60	61.20	60.00	0.42	0.06	1.14	7.20	2.94	№71сбшк2017
Супкартофельныйсклецкамина бульонезиндейки	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	
<b>Итого:</b>		<b>691</b>			<b>18.91</b>	<b>39.58</b>	<b>72.63</b>	<b>744.88</b>	<b>8.07</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>											
Фруктысвежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	№386СБ дошк.2016	
Биточкирубленыеизрыбы запеченныевтоматномсоусе с овощами		50/25			6.83	5.88	11.06	124.98	0.93	№275,366СБдошк2016	
	рыба(минтайс/мБГ)		51.40	37.50							
	или фаршрыбный		39.40	37.50							
	хлебшеничный		5.00	5.00							
	водапитьевая		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							
	бульониливода		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							
	массаготовогоматногосоуса			22.50							
Кашапшеничнаявязкаясмаслом сливочным		130/3			5.59	4.64	28.76	179.66	0.62	ТТК№9д	
	Крупапшеничная		26.00	26.00							
	Водапитьевая		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							
	водапитьевая		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	
<b>Итого:</b>		<b>554</b>			<b>16.66</b>	<b>13.72</b>	<b>80.17</b>	<b>514.38</b>	<b>11.55</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1831</b>			<b>51.74</b>	<b>74.93</b>	<b>217.33</b>	<b>1777.67</b>	<b>24.20</b>		

**День4-ый**

Наименованиеблюдип родуктов	Масса порции	Кол- во(вгр )	Кол- во(вгр )	Пищевыев ещества			Энергетическаяк ажд енность	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>12.60</b>	<b>16.43</b>	<b>59.67</b>	<b>438.17</b>	<b>2.03</b>	
<b>2-ойЗАВТРАК</b>									
Кисломолочныйнапиток (Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный)	180			5.22	4.50	7.56	92.00	1.44	№420СБдошк2016
		185.00	180.00						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.56</b>	<b>92.00</b>	<b>1.44</b>	
<b>ОБЕД</b>									
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
Хлеббразной		45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144,Дели+ 2012
<b>Итого:</b>		<b>708</b>			<b>22.60</b>	<b>16.93</b>	<b>108.09</b>	<b>702.71</b>	<b>13.95</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙПОЛДНИК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>551</b>			<b>17.59</b>	<b>17.09</b>	<b>93.82</b>	<b>571.67</b>	<b>2.91</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1845</b>			<b>58.02</b>	<b>54.95</b>	<b>269.14</b>	<b>1804.55</b>	<b>20.33</b>	

**День5-ый**

Наименованиеблюдипродуктов	Масса порции	Кол-во(вгр )	Кол-во(вгр )	Пищевыевещества			Энергетическаякяц енность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>426</b>			<b>13.03</b>	<b>14.23</b>	<b>43.19</b>	<b>351.95</b>	<b>2.23</b>	
<b>2-ойЗАВТРАК</b>									
Молококипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБдошк2016
		189.00	180.00						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.48</b>	<b>4.88</b>	<b>9.07</b>	<b>102.00</b>	<b>2.34</b>	

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						
Компотизуриюка		180			0.40	0.02	16.60	68.20	2.44	№394сбдошк2016
	урюк		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
<b>Итого:</b>		<b>665</b>			<b>19.45</b>	<b>26.40</b>	<b>72.34</b>	<b>606.74</b>	<b>6.07</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
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	№308СБдошк2016
	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
<b>Итого:</b>		<b>503</b>			<b>20.70</b>	<b>19.51</b>	<b>52.33</b>	<b>461.97</b>	<b>17.95</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1774</b>			<b>58.65</b>	<b>65.02</b>	<b>176.93</b>	<b>1522.66</b>	<b>28.59</b>	

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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>404</b>			<b>10.36</b>	<b>15.08</b>	<b>54.74</b>	<b>396.12</b>	<b>1.38</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.56</b>	<b>91.20</b>	<b>0.54</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Огурцы свежипорционно	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
крупа 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 б/к сольодированная		64.00	64.00						
масса отварной говядины		0.40	0.40						
Морковь									
лук репчатый			40.00						
Вода		17.50	14.00						
оладитьевая		8.50	7.10						
магная паста		30.00	30.00						
мука пшеничная/см		1.20	1.20						
асла растительное		2.00	2.00						
2.70		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 Масло сливочное		0.50	0.50						
2.00		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
<b>Итого:</b>	<b>675</b>			<b>20.02</b>	<b>17.52</b>	<b>74.77</b>	<b>505.91</b>	<b>10.27</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Сок в инд. упаковках	125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418 Дели 2016
Вареники с начинкой из творога и сметаны	130/5			19.27	13.03	19.90	273.50	0.58	№243, 244 сб дошк 2016
творог		103.40	101.3						
Мука пшеничная в/с		14.2	14.2						
йдо куриносахарный		8.88	7.4						
йпесоко солиодированная		7.40	7.4						
анная		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 сахарный		0.45	0.45						
йпесоко дапитьевая		6	6						
еая		180	180						
яблоко свежее		11.4	10						
<b>Итого:</b>	<b>456</b>			<b>19.98</b>	<b>13.08</b>	<b>38.53</b>	<b>350.85</b>	<b>3.08</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1715</b>			<b>55.58</b>	<b>50.18</b>	<b>175.60</b>	<b>1344.08</b>	<b>15.27</b>	

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 слосливочное сыр	10	30.00 5.00 10.20	30.00 5.00 10.00	2.63	2.66	34.33		№15сб шк2017	
<b>Итого:</b>		<b>416</b>			<b>13.83</b>	<b>16.56</b>	<b>55.91</b>	<b>448.59</b>	<b>1.17</b>	
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
<b>Итого:</b>		<b>183</b>			<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>10.19</b>	<b>102.00</b>	<b>1.26</b>	
Салат из моркови с сахаром	ОБЕД морковь сахара	60	72.5 3	58 3	0.74	0.06	6.89	49.02	2.88	№42,сб дошк2016
Борщ со свежей капустой, картофелем, куриным бульоном, сметаной		180/7			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 иодированная мука пшеничная масса полуфабриката соус сметанно-томатный: сметана мука пшеничная во да томатная паста соль иодированная	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
<b>Итого:</b>		<b>677</b>			<b>16.58</b>	<b>16.70</b>	<b>95.24</b>	<b>628.05</b>	<b>30.75</b>	
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 иодированная фри кадельк мясные: говядина (кот летное мясо б/к) фарш говяди н яйцо куриное лук репчатый соль иодированная вода питьевая масса полуфабриката фрикаделек масса готовых фри каделек	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 са хар Вода	180/6	40.2 30		0.06	0.02	6.02	24.10	0.03	№411 Дели2016
Сметанник	мука пшеничная мука пшеничная на под пыля яйцо куриное масло сливочное молоко сахарные йпесок дрожжи соль иодированная	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						
	йпесо		14.40	12.00						
	йцо		1.80	1.50						
	е		0.25	0.25						
	Маслорастительное									
Хлебпшеничный		30	30	30	2.28	0.24	14.76	70.50	0.00	таблбстр134,Дели+2012
<b>Итого:</b>		<b>621</b>			<b>14.59</b>	<b>14.78</b>	<b>64.15</b>	<b>462.91</b>	<b>19.93</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1897</b>			<b>50.23</b>	<b>52.54</b>	<b>225.48</b>	<b>1641.55</b>	<b>53.11</b>	

**День8-ой**

Наименованиеблюдин родуктов	Масса порции	Кол-во (вгр)		Пищевыевещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборникрецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Кашаманнаямолочнаямаслом сливочным	180/5			5.47	6.75	29.10	199.50	1.05	ТТК№4Д
Крупаманная		22.50	22.50						
Молоко		158.00	158.00						
Сахар		2.50	2.50						
сольодированная		0.50	0.50						
Маслосливочное		5.00	5.00						
Какаомолоком	180/6			3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416Дели2016
Какао-порошок		2.00	2.00						
Сахар		6.00	6.00						
Молоко		110.00	110.00						
Вода		80.00	80.00						
Бутерброд смасломсливочным	30/5			2.29	4.50	15.49	111.68		№1Дели2010
Батоннарезной		30.00	30.00						
Маслосливочное		5.00	5.00						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>11.43</b>	<b>14.44</b>	<b>55.46</b>	<b>401.96</b>	<b>2.48</b>	
<b>2-ойЗАВТРАК</b>									
Молококипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБлошк2016
молоко		189.00	180.00						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.48</b>	<b>4.88</b>	<b>9.07</b>	<b>102.00</b>	<b>2.34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Помидорысвежиепорционно	60			0.66	0.12	2.28	13.20	10.50	№71сб2017
помидорысвежие		61.20	60.00						
Супкартофельныйсклецкаминак уринномбульоне	180			2.55	3.30	13.53	103.96	4.14	№91,128сбдошк2016
картофель		79.8	60						
Морковь		9	7.20						
Лукрепчатый		8.6	7.20						
Маслорастительное		1.8	1.8						
сольодированная		0.6	0.6						
бульон		135	135						
клецки:			30						
мукапшеничная		9.12	9.12						
Маслосливочное		0.96	0.96						
яйцо		3.17	2.64						
вода		14.40	14.40						
сольодированная		0.20	0.20						
массатеста			27.00						
массаготовыхклецек			30.00						
Птица,тушенаявсоусеовощами	200			17.79	13.83	17.20	264.00	32.40	№319,372СБлошк2016
цыплята-бройлерыс/м		97.5	92.0						
массаотварноймякотиптицы			40.0						
соуссметанный:									№372СБдошк2016
Водаилиотвар		15	15.0						
сметана		5	5.0						
мукапшеничная		1.5	1.5						
сольодированная		0.16	0.16						
массаосуа			20.0						
картофель		137	103.0						
морковь		37.5	30.00						
Лукрепчатый		28	23.00						
Маслорастительное		1.5	1.5						
сольодированная		0.8	0.8						
массаовощейссоусом			160.0						
Компотизурыка	180			0.40	0.02	16.60	68.20	2.44	№394сбдошк2016
урюк		18.40	18.00						
Массаотварныхсухофруктов			28.80						
Сахар		6.00	6.00						
вода		183.00	183.00						
Хлеббжаноий	45	45.00	45.00	2.97	0.54	17.84	89.19		таблбстр144,Дели+2012
<b>Итого:</b>	<b>665</b>			<b>24.37</b>	<b>17.81</b>	<b>67.45</b>	<b>538.55</b>	<b>49.48</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙПОЛДНИК</b>									
Соквиндуаповке	125	125	125	0.63	0.00	12.63	53.34	2.50	№418Дели2016
Голубцыленивысоуссметанно- томатнымсоусом	120/30			10.16	10.45	21.01	201.98	0.65	№314сбдошк2016
капустасвежая		91	72						
говядинаб/к(котлетноемясо)		47	45						
илифаршговяжий		45	45						
крупарисовая		6	6						
массаотварногориса			17						
лукрепчатый		12	10						
маслорастительное		3	3						
массаприпущенноголука			10						
яйцо		6.00	5.00						
сольодированная		0.60	0.60						
массаполуфабриката			139.00						
Маслорастительное		1.00	1.00						
соуссметанно-томатный			<b>30.00</b>						
Мукапшеничная		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
<b>Итого:</b>		<b>498</b>			<b>13.20</b>	<b>10.72</b>	<b>54.63</b>	<b>352.30</b>	<b>5.98</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1749</b>			<b>54.48</b>	<b>47.85</b>	<b>186.60</b>	<b>1394.81</b>	<b>60.28</b>	

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол-во (в гр )	Кол-во (в гр )	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>409</b>			<b>14.37</b>	<b>13.83</b>	<b>65.78</b>	<b>445.69</b>	<b>2.28</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.56</b>	<b>92.00</b>	<b>1.44</b>	
<b>ОБЕД</b>									
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, картофеля, масла сливочного	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
<b>Итого:</b>		<b>705</b>			<b>29.45</b>	<b>19.77</b>	<b>77.88</b>	<b>619.44</b>	<b>10.15</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
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 стуженным		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 стуженное		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						
	яблоко свежее		11.4	10						
<b>Итого:</b>		<b>496</b>			<b>25.86</b>	<b>23.63</b>	<b>83.19</b>	<b>640.95</b>	<b>10.49</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1790</b>			<b>74.90</b>	<b>61.72</b>	<b>234.41</b>	<b>1798.08</b>	<b>24.36</b>	

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	
<b>ЗАВТРАК</b>									
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						
<b>Итого:</b>	<b>406</b>			<b>12.60</b>	<b>16.43</b>	<b>59.67</b>	<b>438.17</b>	<b>2.03</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5.48	4.88	9.07	102.00	2.34	№419СБ дошк.2016
		189.00	180.00						
<b>Итого:</b>	<b>180</b>			<b>5.48</b>	<b>4.88</b>	<b>9.07</b>	<b>102.00</b>	<b>2.34</b>	
<b>ОБЕД</b>									
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
<b>Итого:</b>		<b>672</b>			<b>24.00</b>	<b>26.30</b>	<b>73.81</b>	<b>653.37</b>	<b>19.57</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
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						
	сольдированная		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						
	Сольдированная		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
<b>Итого:</b>		<b>551.00</b>			<b>20.42</b>	<b>28.84</b>	<b>70.82</b>	<b>624.60</b>	<b>2.84</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1809</b>			<b>62.50</b>	<b>76.45</b>	<b>213.37</b>	<b>1818.14</b>	<b>26.78</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>18033.00</b>			<b>541.89</b>	<b>600.76</b>	<b>2174.21</b>	<b>16548.62</b>	<b>321.41</b>	
<b>ИТОГО Оза 1 день всреднема 1 воспитанника</b>		<b>1803.30</b>			<b>54.19</b>	<b>60.08</b>	<b>217.42</b>	<b>1654.86</b>	<b>32.14</b>	

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 разработанном меню 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%







































