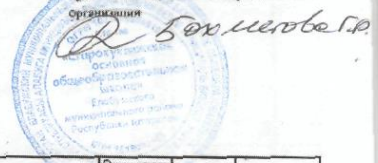


Директор ООО "АБК-Пэймент"  
Размещено



Согласовано  
Руководитель дошкольной образовательной  
организации



Примерное 10-дневное меню  
для организации питания детей в дошкольных учреждениях  
с 8-10.5 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

Наименование продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Ссылка рецептур
		брутто	често	белки	жиры	угл-ды			
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			3,80	3,26	22,56	136,02	0,60	ТТК.№7Д
Крупа рисовая		10,00	10,00						
Крупа пшеничная		7,50	7,50						
Молоко		75,00	75,00						
Вода		48,00	48,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№114 сб донок 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Деся сб донок 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	353			8,56	10,03	48,83	309,10	1,77	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,45	4	№115 сб донок 2016
Итого:	200			1,00		20,20	84,45	4,00	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с яблоками	40			0,43	0,07	3,45	16,16	2,50	№30 сб донок 2016
морковь		37,50	30,00						
яблоки		11,40	10,00						
сахар		0,40	0,40						
Суп со звездочками, с картофелем с куриными фрикадельками	150/10			3,21	5,77	12,88	123,35	5,38	№18 сб донок 2016
шпикета - бройлеры с/м или фарш куриный		17,50	11,40						
Лук репчатый		11,40	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 готовых фрикаделек			10,00						
Картофель		59,00	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
суповая заправка (звездочки)		6,00	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Вода		114,00	114,00						
Котлеты рубленные из говядины	50			5,74	6,21	6,54	111,71		СБ донок 2016
говядина (котлетное мясо БУ)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		35,00	35,00						
лук репчатый		10,40	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
Вода		5,20	5,20						
судари панирочные		2,80	2,80						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			61,90						
Масло растительное		0,60	0,60						
Пюре Картофельное	120			2,06	3,84	16,36	109,84	14,53	№ 339 СБ донок 2016
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						

Напиток из сухофруктов	соль иодированная	150	0,45	0,45	0,50	0,07	17,34	57	0,54	№394 СБ дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный	вода	20	152,00	152,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	134 Дели + 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144 Дели + 2012
<b>Итого:</b>		<b>570,00</b>			<b>15,45</b>	<b>16,49</b>	<b>78,30</b>	<b>524,34</b>	<b>22,95</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, казык, йогурт/напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	150/2	155,00	150,00	4,35	3,75	7,98	82,98	1,05	№420 СБ дошк 2016
	сахар		2,00	2,00						
Запеканка творожная с повидлом		110/20			4,52	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб дошк 2016
	Творог		103,20	101,20						
	крупа манная		6,60	6,60						
	Яйцо		5,28	4,40						
	Сахар		8,80	8,80						
	Сметана		4,40	4,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	повидло		20,00	20,00						
<b>Итого:</b>		<b>282,00</b>			<b>8,87</b>	<b>8,72</b>	<b>29,91</b>	<b>223,07</b>	<b>1,66</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1405,00</b>			<b>33,88</b>	<b>35,23</b>	<b>174,24</b>	<b>1140,96</b>	<b>30,38</b>	

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр ) брутто	Кол - во (в гр ) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			2,21	2,02	24,11	123,31	0,67	ТТК №1Д
		18,00	18,00						
		75,00	75,00						
		48,00	48,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутеррод с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк2016
		25,00	25,00						
		5,10	5,00						
		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>358</b>			<b>8,41</b>	<b>10,90</b>	<b>47,90</b>	<b>329,76</b>	<b>2,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан, или мандарин )	100	100,00	100,00	2,70	2,88	12,47	86,02	10,00	№386 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>	<b>100</b>			<b>2,70</b>	<b>2,88</b>	<b>12,47</b>	<b>86,02</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из картофеля с солеными огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк2016
		21,84	12,00						
		21,92	16,00						
		10,24	8,00						
		2,40	2,00						
		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/7			1,26	4,00	6,81	73,55	6,43	№63 сб дошк 2016
		15,00	12,00						
		15,96	12,00						
		7,50	6,00						
		7,14	6,00						
		30,72	24,00						
		1,80	1,80						
		3,00	3,00						
		1,50	1,50						

Фрикадельки куриные в молочном соусе	Бульон	120,00	120,00							№ 305 сб дошк 2016
	Сметана	7,00	7,00							
	40/20			6,30	6,24	5,50	103,28			
	цыплята - бройлеры с/м	45,60	29,30							
	Хлеб пшеничный	7,30	7,30							
	Вода	9,00	9,00							
	соль иодированная	0,28	0,28							
	Масса полуфабриката		46,00							
	Масло растительное	0,60	0,60							
	Соус молочный:		20,00							
	Молоко	10,00	10,00							
	Масло сливочное	1,04	1,04							
	Мука пшеничная	1,04	1,04							
Вода	10,00	10,00								
Сахар	0,24	0,24								
соль иодированная	0,24	0,24								
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			3,18	2,63	23,41	134,16			№219 Сб дошк.2016
макаронные изделия	38,50	38,50								
вода	231,00	231,00								
соль иодированная	1,10	1,10								
масло сливочное	3,00	3,00								
Кисель	150			0,00	0,00	13,00	52,00	0,83		ТТК
Кисель-концентрат	17,50	17,50								
Сахар	5,00	5,00								
вода	150,00	150,00								
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134 Дели + 2012
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46			табл 6 стр 144 Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>570</b>			<b>14,73</b>	<b>16,53</b>	<b>74,04</b>	<b>514,01</b>	<b>9,67</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>										
Молоко кипяченое (молоко)	150			4,36	3,76	7,22	80,45	1,95		№419 Сб дошк 2016
молоко	158,00	150,00								
Булочка дорожная	50			3,19	4,58	31,07	160,50			№453 сб дошк.2016
Мука пшеничная	30,50	30,00								
мука пшеничная на подпыл	1,00	1,00								
Сахар	6,00	6,00								
Масло сливочное	6,50	6,50								
соль иодированная	0,30	0,30								
дрожжи сухие	0,20	0,20								
вода	15,30	15,30								
масса полуфабриката		57,00								
для крошки:										
мука пшеничная	1,20	1,20								
масло сливочное	1,00	1,00								
масса крошки		2,00								
масло растительное для смазки изделий	1,00	1,00								
<b>Итого:</b>	<b>200</b>			<b>7,55</b>	<b>8,34</b>	<b>38,29</b>	<b>240,95</b>	<b>1,95</b>		
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1228,00</b>			<b>33,40</b>	<b>38,65</b>	<b>172,70</b>	<b>1170,74</b>	<b>23,79</b>		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			3,55	3,01	19,63	122,55	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18,00	18,00						
Молоко		75,00	75,00						
Вода		48,00	48,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		92,00	90,00						

Вола		90,00	90,00							
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25,00	25,00	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк 2016	
Батон нарезной		5,00	5,00							
Масло сливочное										
<b>Итого:</b>	<b>359</b>			<b>8,49</b>	<b>9,76</b>	<b>43,03</b>	<b>296,81</b>	<b>2,05</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 сб дошк 2016	
в ассортименте в индивидуальной упаковке										
<b>Итого:</b>	<b>200</b>			<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>4,00</b>		
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свежей капусты с морковью	30			0,43	1,50	2,70	26,20	5,13	№21 сб дошк 2016	
капуста свежая		30,00	24,00							
морковь		3,75	3,00							
масло растительное		1,50	1,50							
Сахар		1,50	1,50							
соль иодированная		0,15	0,15							
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10			2,86	4,88	15,75	157,89	5,18	№85 сб дошк 2016	
крупя пшеничная		9,00	9,00							
картофель		60,00	45,00							
Морковь		7,50	6,00							
Лук репчатый		7,14	6,00							
Масло растительное		1,50	1,50							
соль иодированная		1,00	1,00							
Бульон		105,00	105,00							
пыльца - бройлеры с/м		24,30	23,00							
масса отварной мякоти птицы			10,00							
Фрикадельки рыбные отварные	60			6,17	4,59	4,85	55,34	0,31	№279 сб дошк 2016	
рыба (минтай с/м БГ)		61,20	45,00							
или фарш рыбный		45,00	45,00							
хлеб пшеничный		9,00	9,00							
яйцо		7,20	6,00							
масло сливочное		2,00	2,00							
соль иодированная		0,10	0,10							
вода питьевая		9,00	9,00							
Картофель тушеный с овощами в соусе	120			3,50	5,70	26,75	173,02	30,85	№144 сб дошк 2016	
Картофель		146,30	110,00							
масло растительное		4,50	4,50							
Лук репчатый		7,20	6,00							
Морковь		10,63	8,50							
соль иодированная		0,34	0,34							
соус			20,00							
сметана		5,00	5,00							
Мука пшеничная		1,50	1,50							
вода		15,00	15,00							
соль иодированная		0,16	0,16							
Напиток из шиповника	150/5			0,18	0,08	14,00	70,70	36,60	№399 сб дошк 2016	
шиповник		15,30	15,00							
сахар		5,00	5,00							
вода		150,00	150,00							
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144 Дели + 2012	
<b>Итого:</b>	<b>555</b>			<b>15,12</b>	<b>17,11</b>	<b>75,95</b>	<b>542,61</b>	<b>78,07</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>										
Котлеты по - домашнему	50			5,64	8,35	4,50	110,86	0,04	№271 сб шк 2017	
говядина (котлетное мясо б/к)		33,90	32,50							
или фарш говяжий		34,20	32,50							
хлеб пшеничный		8,00	8,00							
вода питьевая		10,35	10,35							
соль йодированная		0,15	0,15							
лук репчатый		6,00	5,00							
масло растительное		0,70	0,70							
масса пассерованного лука			2,50							
яйцо куриное		0,72	0,60							
сухари ланировочные		2,50	2,50							
масса полуфабриката			56,50							
масло растительное		1,50	1,50							

Каша гречневая вязкая с маслом сливочным		110/2			3,41	2,36	15,34	96,06		№182 сб дошк 2016	
			гречневая крупа	27,50	27,50						
			вода питьевая	88,00	88,00						
			соль йодированная	0,42	0,42						
	масло сливочное	2,00	2,00								
Чай с мармеладом		170/10			0,00	0,00	19,32	72,90	0,02	№6-411 сб дошк 2016	
			чай весовой	0,45	0,45						
			вода питьевая	170,00	170,00						
	мармелад	10,00	10,00								
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134. Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>367</b>			<b>10,95</b>	<b>10,91</b>	<b>51,46</b>	<b>338,57</b>	<b>0,06</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1481</b>			<b>35,57</b>	<b>37,79</b>	<b>190,64</b>	<b>1262,43</b>	<b>84,18</b>		

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Омлет натуральный	130			5,32	3,42	21,90	150,06	0,25	№220 сб дошк 2016
		яйцо	84,00	70,00					
		молоко	65,00	65,00					
		масса омлетной смеси		135,00					
		масло сливочное	2,00	2,00					
соль йодированная	0,30	0,30							
масса готового омлета		130,00							
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк 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, с повидлом	25/5/20			2,00	4,36	25,92	148,50		№2 Дели сб дошк 2016
		Батон нарезной	25,00	25,00					
		Масло сливочное	5,00	5,00					
		повидло	20,40	20,00					
<b>Итого:</b>	<b>360</b>			<b>10,17</b>	<b>10,18</b>	<b>58,17</b>	<b>373,14</b>	<b>1,42</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )	150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	142,50	15,00	186 Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>2,25</b>	<b>0,75</b>	<b>31,50</b>	<b>142,50</b>	<b>15,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из свеклы с яблоками	40			0,45	2,07	4,57	38,68	3,72	№36, сб дошк 2016
		свекла	42,24	33,00					
		яблоки свежие	7,98	7,00					
масло растительное	2,00	2,00							
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	150			3,80	7,93	20,46	106,69	3,49	СБ дошк 2016 №87
		Картофель	40,05	30,00					
		Горох колотый	12,15	12,00					
		лук репчатый	7,20	6,00					
		Морковь	9,60	7,50					
		соль йодированная	0,15	0,15					
		Масло растительное	3,00	3,00					
		Бульон	105,00	105,00					
Плов из отварной говядины	150			8,91	8,22	23,16	212,45	0,13	ТТК
		говядина б/к (лопатка)	38,40	38,40					
		масса отварной говядины		24,00					
		масло сливочное	5,00	5,00					
		Лук репчатый	8,93	7,50					
		Морковь	12,50	10,00					
		Крупа рисовая	32,00	32,00					
		вола	65,00	65,00					
		соль йодированная	1,30	1,30					
масса гарнира		126,00							
Компот из изюма	150			0,26	0,06	12,40	51,73	0,00	№394 СБ дошк 2016
		изюм	15,30	15,00					
масса отварных сухофруктов		28,80							

	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
	Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		таба 6 стр 144, Дели + 2012
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>			<b>15,40</b>	<b>18,64</b>	<b>72,49</b>	<b>469,01</b>	<b>7,34</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>									
	Рагу из овощей	120			5,00	6,70	16,90	151,40	6,94	2016
	картофель		71,50	53,00						
	морковь		24,00	19,20						
	масса запеченной моркови			18,00						
	Лук репчатый		20,40	16,80						
	масса приушенного лука			13,20						
	капуста свежая		16,80	13,20						
	масса приушенной капусты			12,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						№346, сб дошк 2016
	соус:									
	вода		35,00	35,00						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
	Чай с сахаром	150/5			0,04	0,01	5,01	19,95	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
	Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	таба 6 стр 134, Дели + 2012
	<b>Итого:</b>	<b>295</b>			<b>6,56</b>	<b>6,87</b>	<b>31,76</b>	<b>218,35</b>	<b>6,96</b>	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>1325</b>			<b>34,38</b>	<b>36,44</b>	<b>193,92</b>	<b>1203,00</b>	<b>30,72</b>	

День 5 - 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			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			2,37	2,01	24,26	134,23	0,59	№101, сб дошк 2016
геркулес		11,00	11,00						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		1,00	1,00						
Какао с молоком	150			3,06	2,66	9,06	75,65	1,19	№416, сб дошк 2016
Какао-порошок		1,70	1,70						
Сахар		5,00	5,00						
Молоко		90,00	90,00						
вола		67,00	67,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>365</b>			<b>7,96</b>	<b>10,36</b>	<b>46,24</b>	<b>325,55</b>	<b>1,85</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 сб дошк 2016
в ассортименте в инд.упаковке									
<b>Итого:</b>	<b>200</b>			<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из моркови с сахаром	40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42 СБ дошк 2016
морковь		48,00	38,40						
сахар		2,00	2,00						

Суп картофельный с вермишелью с куриными фрикадельками	150/10			3,11	4,90	12,56	115,95	5,94	№888 СБ дошк 2016
		вермишель	6,00	6,00					
		картофель	60,00	45,00					
		морковь	7,50	6,00					
		лук репчатый	7,20	6,00					
		масло растительное	1,50	1,50					
		вода	105,00	105,00					
		соль йодированная	1	1,00					
		цпплата - бройлеры с/м	17,50	11,40					
		или фарш куриный	11,40	11,40					
		Лук репчатый	1,19	1,00					
		яйцо	0,96	0,80					
		вода	1,00	1,00					
		соль йодированная	0,10	0,10					
Супле рыбное	50	рыба (минтай с/м БГ)	58,80	43,20	5,73	5,44	4,21	87,69	0,20
		масса отварной рыбы		36,00					
соус молочный		Молоко	13,00	13,00					№204 СБ дошк 2016
		Масло сливочное	2,00	2					2016
		Мука пшеничная	2,00	2					
		вода	3,00	3,00					
		соль йодированная	0,10	0,10					
		масса соуса молочного		17,00					
		Яйцо	8,04	6,70					
		масса полуфабриката		57,00					
		Масло растительное	1,70	1,70					
Пюре Картофельное	120	Картофель	136,80	102,60	2,06	3,84	16,36	109,84	14,53
		Молоко	18,96	18,00					№ 339 СБ дошк 2016
		Масло сливочное	4,20	4,20					
		соль йодированная	0,45	0,45					
Напиток из яблок	150	яблоки свежие	28,50	25,00	0,11	0,11	7,78	33,34	2,85
		вода	152,00	152,00					№290 СБ дошк 2016
		сахар	5,00	5,00					
Хлеб пшеничный	20		20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00
Хлеб ржаной	30		30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46	
<b>Итого:</b>	<b>570</b>				<b>15,02</b>	<b>14,85</b>	<b>67,29</b>	<b>474,20</b>	<b>25,44</b>
<b>ПОЛДНИК</b>									
Молоко кипяченое (молоко)	150	молоко	158,00	150,00	4,36	3,76	7,22	80,45	1,95
Булочка с сахаром	50	Мука пшеничная	30,00	30,00	2,87	4,75	30,43	175,00	0,27
		Мука пшеничная на полпыл	1,00	1,00					№419 СБ дошк 2016
		Сахарный песок	3,90	3,90					№442 СБ шк 2017
		масло сливочное	1,40	1,40					
		Яйцо	2,88	2,40					
		Дрожжи сухие	0,25	0,25					
		Молоко	13,00	13,00					
		Соль йодированная	0,35	0,35					
		Вода	11,80	11,80					
		Масса полуфабриката		59,00					
		Яйцо (на смазку изделий)	1,44	1,20					
		Масло растительное на смазку листов	1,00	1,00					
<b>Итого:</b>	<b>200</b>				<b>7,23</b>	<b>8,51</b>	<b>37,65</b>	<b>255,45</b>	<b>2,22</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1135</b>				<b>30,21</b>	<b>33,73</b>	<b>151,17</b>	<b>1055,20</b>	<b>29,51</b>

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр.)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			3,84	3,06	19,47	123,94	0,00	ТТК №6Д
		Крупа пшено	17,70	17,70					
		Молоко	70,00	70,00					
		Вола	53,00	53,00					
		Сахар	2,00	2,00					
		соль йодированная	0,40	0,40					

Чай с молоком, сахаром	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Вода	25/5	90,00	90,00						№1 Дели сб дошк 2016
	Батон нарезной Масло сливочное		25,00 5,00	25,00 5,00	1,92	4,36	12,92	98,50		
<b>Итого:</b>					<b>8,79</b>	<b>9,81</b>	<b>42,87</b>	<b>298,20</b>	<b>1,38</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )		100	100,00	100,00	2,70	2,88	12,47	86,02	10,00	№386 СБ дошк 2016
<b>Итого:</b>					<b>2,70</b>	<b>2,88</b>	<b>12,47</b>	<b>86,02</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,57	2,03	3,60	34,96	12,98	№21 СБ дошк 2016
	капуста свежая		46,25	37,00						
	масса прогретой капусты			33,40						
	морковь		5,00	4,00						
	сахар		0,65	0,65						
	соль йодированная		0,40	0,40						
Суп из овощей на мясном бульоне, со сметаной	масло растительное		2,00	2,00						
		150/5			1,08	3,74	5,88	74,70	6,27	№22 сб шк 2017
	картофель		63,84	48,00						
	капуста свежая		26,25	21,00						
	морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,60	8,00						
Гуляш из отварной говядины	Масло растительное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Бульон		112,50	112,50						
	Сметана		5,00	5,00						
		30/30			7,71	6,20	1,98	94,50	0,30	293 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		42,00	42,00						
Каша гречневая рассыпчатая	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	Лук репчатый		6,36	5,30						
	томатная паста		0,90	0,90						
	масло растительное		2,00	2,00						
	вода		22,50	22,50						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
		110			6,46	2,96	29,15	169,00		№179 сб шк 2017
	Крупа гречневая		52,00	52,00						
Вода		78,00	78,00							
Кисель	Масло сливочное		1,70	1,70						
	соль йодированная		0,24	0,24						
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
Хлеб ржаной	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
		150			0,43	0,04	9,67	40,78	0,82	ТТК
<b>Итого:</b>					<b>18,23</b>	<b>15,34</b>	<b>62,17</b>	<b>473,40</b>	<b>20,37</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Запеканка творожная с повидлом		110/20			4,42	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб дошк 2016
	Творог		103,20	101,20						
	крупа манная		6,60	6,60						
	Яйцо		5,28	4,40						
	Сахар		8,80	8,80						
	Сметана		4,40	4,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	соль йодированная		0,55	0,55						
	повидло		20,00	20,00						
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт/напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	150			2,10	2,30	10,50	72,50	0,45	№420 СБ дошк 2016
			155,00	150,00						
<b>Итого:</b>					<b>6,52</b>	<b>7,27</b>	<b>32,43</b>	<b>212,59</b>	<b>1,06</b>	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>1284</b>		<b>36,23</b>	<b>35,30</b>	<b>149,94</b>	<b>1070,21</b>	<b>32,81</b>	



День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			4,26	3,41	21,97	146,61	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18,00	18,00						
Молоко		75,00	75,00						
Вода		48,00	48,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль йодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.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, с повидлом	25/5/20			2,00	4,36	25,92	148,50		№2 Девн сб дошк.2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		20,40	20,00						
<b>Итого:</b>	<b>373</b>			<b>9,11</b>	<b>10,18</b>	<b>58,24</b>	<b>369,69</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке	200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	2016
<b>Итого:</b>	<b>200</b>			<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,56	1,88	25,05		№10 СБ дошк 2016
зеленый горошек к/с		47,60	28,50						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с мясом птицы	150/10			3,38	3,27	18,63	124,55	7,43	№83 сб дошк 2016
картофель		79,95	60,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль йодированная		0,15	0,15						
вода питьевая		105,00	105,00						
цыплята - бройлеры с/м		24,30	23,00						
масса отварной мякоти птицы			10,00						
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40			8,06	12,27	19,99	200,98	14,34	№148 сб дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		52,20	50,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
масса готового мясного фарша			40,00						
картофель		81,20	48,60						
морковь		23,40	17,60						
масса запеченной моркови			16,00						
Лук репчатый		18,48	15,40						
масса припущенного лука			12,32						
капуста свежая		15,40	12,10						
масса припущенной капусты			10,70						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						
соус:									
вода		33,00	33,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Мука пшеничная		1,50	1,50						
Морковь		2,66	2,00						
Лук репчатый		1,20	1,00						
томатная паста		2,00	2,00						
Масло сливочное		0,50	0,50						
сахар		0,33	0,33						
соль йодированная		0,33	0,33						
масса соуса			33,00						
масса рагу с фаршем			150,00						
Напиток из свежих фруктов	150			0,12	0,12	7,77	33,27	2,83	№306 СБ дошк 2016
яблоки		28,50	25,00						
лимон		5,55	5,00						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						

Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47	0	134 Дели + 2012
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144 Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>540</b>			<b>15,95</b>	<b>17,74</b>	<b>70,00</b>	<b>490,31</b>	<b>24,60</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Слойка сладкая	50			4,22	4,81	25,22	151,00	0,17	стр 150 СбКазань
мука пшеничная		31,00	31,00						
мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
яйцо		3,00	2,50						
Масло сливочное		2,50	2,50						
молоко		12,50	12,50						
сахар		1,00	1,00						
дрожжи сухие		0,40	0,40						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса теста прослойка:			50,00						
сахар		5,00	5,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
масса полуфабриката			57,50						
яйцо для смазки изделий		0,90	0,75						
масло растительное для смазки листов		0,13	0,13						
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт/напиток ацидофильный)	150/2			4,35	3,75	7,98	82,98	1,05	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
сахар		2,00	2,00						
<b>Итого:</b>	<b>202</b>			<b>8,57</b>	<b>8,56</b>	<b>33,20</b>	<b>233,98</b>	<b>1,22</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1315</b>			<b>34,63</b>	<b>36,48</b>	<b>181,64</b>	<b>1178,42</b>	<b>31,66</b>	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			3,72	2,37	22,73	139,45	0,82	ТТК №4Д
Крупа манная		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк 2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>353</b>			<b>9,31</b>	<b>9,91</b>	<b>46,52</b>	<b>328,73</b>	<b>2,25</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	150	150,00	150,00	2,25	0,75	31,50	142,50	15,00	186 Дели + 2012
<b>Итого:</b>	<b>150</b>			<b>2,25</b>	<b>0,75</b>	<b>31,50</b>	<b>142,50</b>	<b>15,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Винегрет с солеными огурцами	40			0,56	4,02	2,92	50,04	3,85	№46 сб дошк 2016
Картофель		13,76	10,00						
Свекла		10,20	8,00						
Морковь		7,56	6,00						
Огурцы соленые		14,56	8,00						
Масло растительное		2,40	2,40						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5			3,19	3,75	15,64	111,01	9,72	№73 128 сб дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		11,90	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,10	0,10						
соль иодированная		0,50	0,50						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						

	масса готовых фрикаделек			10,00							
	Капуста свежая		37,50	30,00							
	Картофель		23,94	18,00							
	Морковь		7,50	6,00							
	Лук репчатый		7,14	6,00							
	Масло растительное		3,00	3,00							
	соль иодированная		0,10	0,10							
	вода		120,00	120,00							
	Сметана		5,00	5,00							
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		40/20			6,19	5,36	10,58	136,77	1,91	ТТК №98 от 09.04.2021	
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		39,10	25,40							
	вода		25,40	25,40							
	рис		4,00	4,00							
	рис		3,40	3,40							
	масса отварного рассычатого риса			10,00							
	Лук репчатый		8,64	7,20							
	Масло растительное		1,20	1,20							
	масса припущенного лука			6,00							
	соль иодированная		0,20	0,20							
	мука пшеничная		2,80	2,80							
	масса полуфабриката			48,00							
	соус сметанно- томатный:			20,00							
	сметана		5,00	5,00							
	мука пшеничная		1,50	1,50							
	вода		15,00	15,00							
	томатная паста		0,80	0,80							
	соль йодированная		0,16	0,16							
Вермишель отварная с маслом сливочным		110/3			3,17	2,30	20,90	122,85		№219 С6 доик.2016	
	вермишель		38,50	38,50							
	вода		231,00	231,00							
	соль иодированная		1,10	1,10							
	масло сливочное		3,00	3,00							
Компот из изюма		150			0,26	0,06	12,40	51,73	0,00	2016	
	изюм		15,30	15,00							
	масса отварных сухофруктов			28,80							
	Вода		152,00	152,00							
	сахар		5,00	5,00							
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144.Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>558</b>			<b>15,35</b>	<b>15,85</b>	<b>74,33</b>	<b>531,86</b>	<b>15,48</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>											
Омлет натуральный		130			4,92	6,90	15,69	150,06	0,25	№220.с6 доик.2016	
	яйцо		84,00	70,00							
	молоко		65,00	65,00							
	масса омлетной смеси			135,00							
	масло сливочное		2,00	2,00							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	масса готового омлета			130,00							
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,89	2,24	№293 Дели2010	
	чай весовой		0,40	0,40							
	Сахар		5,00	5,00							
	лимон		5,55	5,00							
	Вода		150,00	150,00							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134.Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>310</b>			<b>6,54</b>	<b>7,08</b>	<b>30,71</b>	<b>218,95</b>	<b>2,49</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1371</b>			<b>33,45</b>	<b>33,59</b>	<b>183,06</b>	<b>1222,03</b>	<b>35,22</b>		

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр )		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			2,54	2,60	19,77	113,50	0,67	ТТК №9Д
		18,00	18,00						
		70,00	70,00						
		53,00	53,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						

Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№8-413 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		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб.дошк2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>		<b>364</b>			<b>8,10</b>	<b>10,69</b>	<b>43,17</b>	<b>304,93</b>	<b>2,12</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок в ассортименте в инд.упаковке		200	200,00	200,00	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 сб.дошк 2016
<b>Итого:</b>		<b>200</b>			<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>4,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Икра морковная		30			0,60	0,03	6,17	27,36		ТТК №135 от 26.02.2019
	морковь		31,25	25,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	томатная паста		4,00	4,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	Сахар		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,30	0,30						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной		150/10/6			2,51	6,73	18,51	166,84	5,13	№82 сб дошк2016
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		17,50	11,40						
	Лук репчатый		11,40	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	вода		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	Картофель		59,85	45,00						
	Лук репчатый		3,57	3,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Перловая крупа		6,00	6,00						
	Огурцы соленые		16,38	9,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,80	0,80						
	Бульон		114,00	114,00						
	Сметана		6,00	6,00						
Колеты рыбные		60			7,57	2,45	5,09	72,75	0,18	СБ дошкольн. №271, 2016
	минтай ПБГ с/м или фарш рыбный		62,00	45,00						
	Лук репчатый		47,25	45,00						
	Лук репчатый		12,00	10,00						
	масло растительное		0,75	0,75						
	масса припущенного лука			5,00						
	Хлеб пшеничный		10,00	10,00						
	Вода		10,50	10,50						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	масса полуфабриката			69,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Пюре Картофельное		120			2,06	3,84	16,36	109,84	14,53	2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Кисель		150			0,00	0,00	13,00	52,00	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47	0	134, Дем + 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144, Дем + 2012
<b>Итого:</b>		<b>576</b>			<b>16,25</b>	<b>13,57</b>	<b>80,86</b>	<b>535,25</b>	<b>20,67</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Ватрушка с творогом		50			5,98	6,92	24,45	180,00	0,03	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		26,50	26,50						
	Яйцо куриное		1,68	1,40						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	вода питьевая		10,70	10,70						
	сахарный песок		1,40	1,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						

	соль йодированная		0,40	0,40						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	творог		19,70	19,50						
	Яйцо куриное		1,08	0,90						
	сахарный песок		1,10	1,10						
	мука пшеничная		0,90	0,90						
	Яйцо куриное		1,20	1,00						
	Масло растительное		0,20	0,20						
	Масло растительное		0,20	0,20						
Чай с сахаром		150/5			0,04	0,01	5,01	19,95	0,02	№392 Дели2010
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
<b>Итого:</b>		<b>205</b>			<b>6,02</b>	<b>6,93</b>	<b>29,47</b>	<b>199,95</b>	<b>0,05</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1145</b>			<b>30,37</b>	<b>31,19</b>	<b>153,50</b>	<b>1040,14</b>	<b>22,84</b>	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	3,27	23,87	152,91	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
Соль йодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутиерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
<b>Итого:</b>	<b>359,00</b>			<b>9,01</b>	<b>10,04</b>	<b>47,14</b>	<b>325,99</b>	<b>1,84</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )	100	100,00	100,00	2,70	2,88	12,47	86,02	10,00	№386 СБ дошк.2016
<b>Итого:</b>	<b>100</b>			<b>2,70</b>	<b>2,88</b>	<b>12,47</b>	<b>86,02</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>									
Салат из кукурузы к/с	30			0,86	1,85	2,41	29,80	2,79	№12. сб дошк.2016
кукуруза к/с		46,60	27,90						
масло растительное		1,80	1,80						
сахар		0,60	0,60						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	150			1,71	3,69	12,75	118,83	0,30	№94 сб дошк.2016
Мука пшеничная		11,30	11,30						
Яйцо		3,60	3,00						
бульон		2,10	2,10						
Соль		0,20	0,20						
Масса лапши			12,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Бульон		143,00	143,00						
Соль		0,50	0,50						
Биточки "Домашние"	50			5,84	5,07	10,68	110,54	0,05	акт. проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		59,50	39,38						
морковь		39,38	39,38						
морковь		11,75	9,40						
Лук репчатый		9,00	7,50						
соль йодированная		0,40	0,40						
яйцо		0,60	0,50						
Мука пшеничная		3,75	3,75						
масло растительное		1,90	1,90						
Капуста тушеная	120			2,48	3,88	11,31	90,12	20,59	№354 облашк.2016
Капуста свежая		172,00	137,60						
Лук репчатый		5,71	4,80						
Морковь		3,00	2,40						
Мука пшеничная		1,44	1,44						
Масло растительное		4,20	4,20						
Сахар		0,90	0,90						

	соль йодированная		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	17,34	57	0,54	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,89	59,46		табл 6 стр 144. Дети + 2012
<b>Итого:</b>		<b>530</b>			<b>13,37</b>	<b>14,92</b>	<b>66,38</b>	<b>465,57</b>	<b>24,27</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Макаронные изделия отварные с сыром		130			1,65	3,84	18,08	121,47		№204 Сб шк 2017
	макаронные изделия		43,00	43,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Вода питьевая		258,00	258,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	сыр голландский		8,16	8,00						
Молоко кипяченое (молоко)		150			4,36	3,76	7,22	80,45	1,95	№419 Сб дошк 2016
	молоко		158,00	150,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	4,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134. Дети + 2012
<b>Итого:</b>		<b>300</b>			<b>7,53</b>	<b>7,76</b>	<b>30,14</b>	<b>248,92</b>	<b>1,95</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1289,00</b>			<b>32,61</b>	<b>35,60</b>	<b>156,12</b>	<b>1126,50</b>	<b>38,06</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>		<b>12978,00</b>			<b>334,74</b>	<b>354,01</b>	<b>1706,93</b>	<b>11469,64</b>	<b>359,17</b>	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДООУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
  - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дети принт 2010г.
  - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
  - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва, Дети Плюс 2012 г.
  - 1.4. Справочник рецептов, блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
  - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
  - 1.6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дети плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
  - говядина I 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% отходов) моркови, свекла рассчитаны с 1,09 (20% отходов)
  - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
  - орехи соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
  - сметана с массовой долей жира 15%
  - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%