



Меню-раскладка к примерному 10-дневному меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 3-7 лет

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ЦДНУ "Детский сад №15"

Е.В. Васильева

15.02.2012.

День 1 - ый

Прием пищи	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры		
Наименование блюд				брутто	нетто	белки				жиры	угл-ды
ЗАВТРАК											
Каша манная молочная с маслом	200/5			10,00	10,00	24,50	228,00	0,22	ТТК №4		
Крупа манная		20,00	20,00								
Молоко		176,00	176,00								
Сахар		3,00	3,00								
Соль		1,50	1,50								
Масло сливочное		5,00	5,00								
Чай с сахаром	180/5			0,06	0,02	4,99	20,38	0,03	№ 411 Дели2016		
Заварка		0,45	0,45								
сахар		5	5								
Вода		180	180								
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010		
Батон нарезной		30,00	30,00								
Масло сливочное		5,00	5,00								
Итого	425			12,36	14,52	44,89	359,38	0,25			
Сок абрикосовый	125	125	125	0,60	0,06	22,00	90,90	5,00	№418Дели2016		
Итого:	125			0,60	0,06	22,00	90,90	5,00			
	550			12,96	14,58	66,89	450,28				
ОБЕД											
Салат "Пестрый"	50			0,50	2,25	6,00	46,00		№31 Справочник Москва2003		
Свекла		42,60	33,30								
Яблоки		15,20	13,30								

	Сахар		1.70	1.70						
	Масло растительное		2.50	2.50						
Щи со свежей капустой, картофелем, с курицей и сметаной		200/15/5			4.60	8.00	17.00	158.50	9.60	№73 Дели 2016
	цыплята		33.85	22						
	Капуста свежая		50.00	40.00						
	Картофель		40.08	24.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		9.52	8.00						
	Масло растительное		3.00	3.00						
	Сметана		5.00	5.00						
	Соль		1.20	1.20						
	Вода		160.00	160.00						
Котлеты рубленые из говядины		70			6.2	7.3	12	138.5	0.46	№299 Дели2016
	фарш из говядины		51.9	51.9						
	Хлеб пшеничный 1с		12.6	12.6						
	Вода		16.8	16.8						
	Лук репчатый		5.9	5						
	Сухари панировочные		7	7						
	Соль		0.5	0.5						
	масса полуфабриката			86						
	Масло растительное		2	2						
Макароны отварные		130			4.80	3.60	29.40	169.20		№218 Дели 2016
	макаронные изделия		45.50	45.50						
	Масло сливочное		2.60	2.60						
	Соль		0.70	0.70						
Компот из свежих яблок		180			0.10	0.10	11.80	48.50	1.20	№ 390 Дели 2016
	яблоки		40.8	36.0						
	вода		155.0	155.0						
	сахар		5.0	5.0						
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		687.5			18.00	21.65	94.20	643.20	11.26	
ПОЛДНИК										
Пицца с сыром		60			5.40	4.20	28.00	174.50	0.80	ТТК №1585 от 08.09.2021

	Мука пшеничная		26.50	26.50						
	сахар		1.65	1.65						
	соль		0.20	0.20						
	дрожжи сухие		0.25	0.25						
	Масло растительное		1.65	1.65						
	Вода		13.40	13.40						
	Начинка									
	Сыр		21.60	21.20						
	Сметана		12.45	12.35						
	Масло сливочное		1.41	1.41						
	Яйцо		1.70	1.70						
	Мука пшеничная		0.70	0.70						
Катык		120			3.77	3	5	62.1	0.84	№401Дели2010
	катык		123.60	120.00						
Рагу с курицей		40/120			5.00	10.00	16.00	174.00	20.40	ТТК №63
	цыплята		86.12	56.00						
	Картофель		146.96	88.00						
	Морковь		14.89	11.20						
	Соль		0.50	0.50						
	вода		32.00	32.00						
	Масло растительное		8.00	8.00						
	Мука пшеничная		2.00	2.00						
	сахар		0.38	0.38						
Чай фруктовый		180/7			0.18	0.09	17.00	69.50		ТТК №56
	Заварка		0.45	0.45						
	урюк		7.2	7.2						
	сахар		7	7						
	Вода		180	180						
Хлеб пшеничный 1с		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
Итого:		550			16.15	17.52	77.30	534.60	22.04	
ВСЕГО:		1787.5			47.11	53.75	238.39	1628.08	38.55	

День 2- ой

Прием пищи	Выход блюда	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	Витамин	№ рецептуры
------------	-------------	----------	----------	----------------------	----------------	---------	-------------

Наименование блюд		(в гр)	(в гр)				ценность		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5			5.20	5.80	25.20	173.80	0.21	ТТК №7
Крупа рисовая		15.00	15.00						
Крупа пшениная		11.00	11.00						
Молоко		100.00	100.00						
Вода		72.00	72.00						
Сахар		1.00	1.00						
Соль		1.00	1.00						
Масло сливочное		5.00	5.00						
Какао с молоком	180			2.42	2.58	13.61	87.30	0.39	№397 Дели2010
Какао-порошок		2.00	2.00						
Сахар		10.00	10.00						
Молоко		90.00	90.00						
Вода		100.00	100.00						
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3			4.80	7.20	15.40	146.00	0.19	№3 Дели2010
Батон нарезной		30.00	30.00						
Сыр		7.14	7.00						
Масло сливочное		3.00	3.00						
Итого:	425			12.42	15.58	54.21	407.10	0.80	
Фрукты свежие апельсин	100	114	100	1.00	0.00	8.10	36.40	60.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	100			1.00	0.00	8.10	36.40	60.00	
	525			13.42	15.58	62.31	443.50	60.80	
ОБЕД									
Салат из свеклы	50			0.60	2.50	4.20	42.00	1.00	№34, Дели2016
Свекла		64.60	47.50						
Масло растительное		2.50	2.50						
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/15			3.91	7.80	25.60	188.24		№38 Пермь2001
Фарш из говядины		17.1	17.1						
Лук репчатый		1.79	1.5						
Яйцо		1.5	1.5						

			Вода для фарша	1.7	1.7						
			Масса полуфабриката		20.1						
			Картофель	66.8	40						
			Лук репчатый	9.52	8						
			Морковь	10.64	8						
			Масло растительное	1.7	1.7						
			соль	1	1						
			Мука пшеничная	16.00	16.00						
			Яйцо	4.50	4.50						
			Масло сливочное	1.80	1.80						
			вода	152.00	152.00						
Биточки рубленые из рыбы	70					9.75	5.00	4.15	100.60		ТТК №3Д
			Фарш из минтая	52.50	52.50						
			Яйцо	10.50	10.50						
			крупа манная	1.75	1.75						
			Лук репчатый	15.50	13.00						
			вода	5.30	5.30						
			Соль	0.50	0.50						
			сухари панировочные	5.00	5.00						
			Масло растительное	1.50	1.50						
			Сахар	0.20	0.20						
			Масса полуфабриката		83.00						
Пюре Картофельное	130					3.70	4.44	25.00	155.00	9.00	№137 Партнер 2014
			Картофель	186.37	111.60						
			Молоко	20.50	19.50						
			Масло сливочное	3.00	3.00						
			Соль	1.00	1.00						
Кисель	180							10.00	40.00		№284Партнер2014
			Кисель-концентрат	21.60	21.60						
			вода	172.00	172.00						
			Сахар	5.00	5.00						
Хлеб сельский	37.5			37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		

Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5			6.70	7.50	22.00	182.30	0.23	ТТК №5
Крупа Геркулесовая		25.00	25.00						
Молоко		120.00	120.00						
вода		56.00	56.00						
Сахар		1.00	1.00						
Соль		1.00	1.00						
Масло сливочное		5.00	5.00						
Чай с молоком,сахаром	180/5			2.60	2.30	14.30	89.00	0.02	№ 394 Дели2010
Заварка		0.45	0.45						
Сахар		5	5						
Молоко		48	48						
Вода		130	130						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2.30	4.50	15.40	111.00		№1 Дели2010
Батон нарезной		30.00	30.00						
Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:	425			11.60	14.30	51.70	382.30	0.25	
Сок яблочно-абрикосовый	125	125	125	1.20	0.00	12.00	49.60	2.50	№418Дели2016
Итого:	125			1.20	0.00	12.00	49.60	2.50	
	550			12.80	14.30	63.70	431.90	2.75	
ОБЕД									
Икра кабачковая	50			0.95	4.45	7.50	73.85		№ 57 Дели 2016
Икра кабачковая		52.50	50.00						
Свекольник со сметаной	200/6			3.16	5.40	8.14	94.00	3.86	№35,сб Пермь2001
Свекла		69.36	51.00						
Картофель		57.61	34.50						
Морковь		11.70	8.80						
Лук репчатый		10.59	8.90						
Масло растительное		4.00	4.00						
Томат-паста		1.00	1.00						
Сахар		1.30	1.30						
Сметана		6.00	6.00						
Соль		1.00	1.00						

Гуляш из индейки	Вода		160.00	160.00						
		45/45			7.56	7.80	17.06	168.70	2.30	ТТК №61
	Индейка филе		67.00	64.00						
	Масло растительное		6.00	6.00						
	Томат-паста		3.00	3.00						
	Морковь		5.32	4.00						
	Лук репчатый		1.20	1.00						
	Мука пшеничная		2.00	2.00						
	Сахар		0.45	0.45						
Каша гречневая вязкая	Соль	130/3	1.00	1.00						
					4.90	3.50	21.00	135.10		№182,Дели 2016
	Крупа гречневая		32.50	32.50						
	Вода		108.00	108.00						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Компот из замороженных ягод	Соль	180	0.50	0.50						
					0.27	0.1	15.0	62		ТТК №12
	Ягодная смесь зам.		22.50	22.50						
	вода		160.00	160.00						
Хлеб сельский	Сахар		5.00	5.00						
		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		696.5			18.64	21.65	86.70	616.15	6.16	
ПОЛДНИК										
Вак-балиш		75			7.50	8.00	44.50	280.00	1.10	Сб.рецептур татарской нац. кухни Казань1997
	мука пшеничная		26.6	26.6						
	Яйцо		2.16	2.16						
	Масло сливочное		2.16	2.16						
	Соль		0.16	0.16						
	Молоко		10.4	10.4						
	Сахар		0.8	0.8						
	Дрожжи сухие		0.25	0.25						
	Масса теста			42						
	Фарш из говядины		18.75	18.75						
	Крупа рисовая		5.00	5.00						

	Масса сваренного риса			12.50						
	Лук репчатый		6.40	5.40						
	Масло сливочное		6.20	6.20						
	Соль		0.10	0.10						
	масса фарша			42.00						
	На смазку изделий									
	Яйцо		0.80	0.80						
	Масло сливочное		0.80	0.80						
	Масло растительное		0.10	0.10						
Ряженка		120			4.30	3.00	5.00	64.00	0.65	№401 Дели2010
	ряженка		123.6	120						
Рагу из овощей		130			2.00	6.00	13.65	117.00		№362 Дели2016
	Картофель		69.47	41.60						
	Морковь		13.83	10.40						
	Лук репчатый		12.37	10.40						
	Капуста свежая		71.50	57.20						
	Масло растительное		3.90	3.90						
	соус сметанный:			39.00						
	Сметана		9.00	9.00						
	Вода		29.25	29.25						
	Мука пшеничная		2.92	2.92						
	Соль		1.30	1.30						
Хлеб пшеничный 1с		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.38	0.03	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.45	0.45						
	сахар		5	5						
	Вода		180	180						
Итого:		533			15.66	17.25	79.44	535.88	1.78	
ВСЕГО:		1779.5			47.10	53.20	229.84	1583.93	10.69	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									

Каша пшеничная молочная с маслом		200/5			8.00	6.60	26.00	195.40	0.22	ТТК №6
	Крупа пшеничная		30.00	30.00						
	Молоко		100.00	100.00						
	Вода		72.00	72.00						
	Сахар		1.00	1.00						
	Соль		1.00	1.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Кофейный напиток с молоком		180			1.22	1.34	11.94	65.00	0.19	№395 Дели2010
	Кофейный напиток		2.50	2.50						
	Сахар		10.00	10.00						
	Молоко		90.00	90.00						
	Вода		108.00	108.00						
Бутерброд с сыром, маслом		30/7/3			4.80	7.20	15.40	146.00	0.19	№3 Дели2010
	Батон нарезной		30.00	30.00						
	Сыр		7.14	7.00						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Итого:		425			14.02	15.14	53.34	406.40	0.60	
Фрукты свежие		100	114	100	0.50	0.43	14.00	61.00	7.00	№ 386 Дели 2016
груша										
Итого:		100			0.50	0.43	14.00	61.00	7.00	
		525			14.52	15.57	67.34	467.40	7.60	
	ОБЕД									
Салат из свеклы и моркови		50			1.00	2.50	4.50	43.10		ТТК№60
	свекла		35.48	28.40						
	морковь		28.91	21.74						
	Масло растительное		2.50	2.50						
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной		200/15/5			4.56	7.50	12.64	136.30	5.37	№82 Дели 2016
	цыплята		33.85	22						
	Картофель		100.20	60.00						
	Крупа перловая		8.00	8.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		4.76	4.00						
	Масло растительное		3.00	3.00						
	Огурцы соленые		21.84	12.00						
	Сметана		5.00	5.00						

Макаронник с мясом	Соль		1.00	1.00						
	Вода		152.00	152.00						
		160/3			10.80	10.00	35.00	275.00	0.50	№431(3),сб1996
	Фарш из говядины		53.70	53.7						ТТК №9Д
	масло растительное		2.60	2.6						
	масса готового мяса			34.0						
	Вермишель		48.3	48.3						
	вермишель отварные			140.0						
	Масло растительное		2.0	2.0						
	лук репчатый		14.3	12.0						
	пассерованный лук			6.4						
	Сухари панировочные		1.6	1.6						
	Масло сливочное		2.4	2.4						
	яйцо		5.6	5.6						
	соль		1.7	1.7						
	масса полуфабриката			188.0						
Компот из сухофруктов	Масло сливочное	180	3.0	3.0	0.7	0.0	18.0	75	0.13	№394, Дели 2016
	сухофрукты		18.36	18.00						
	вода		182.00	182.00						
Хлеб сельский	Сахар		5.00	5.00						
		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		650.5			18.86	20.44	88.14	612.10	6.00	
ПОЛДНИК										
Кондитерские изделия		20	20	20	1.20	0.80	30.00	135.00		
	печенье		20	20						
Молоко кипяченое		120			3.40	3.00	5.70	63.40	0.43	№419 Дели2016
	молоко		126.46	120.00						
Салат из моркови с яблоками		50			0.37	2.00	4.30	37.00	0.80	№41Дели2016
	Морковь		35.37	26.60						
	Яблоки		24.45	21.50						
	Масло растительное		2.00	2.00						
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным		150			9.00	12.50	24.00	244.50	0.23	№ 250 Дели 2016
	Творог		98.8	97.5						
	Крупа рисовая		18	18						

Напиток шиповника	Сахар		9	9						
	Яйцо		7.8	7.8						
	Масло сливочное		3.9	3.9						
	Сметана		3.9	3.9						
	Масса полуфабриката			153.4						
	Молоко сгущенное		20	20						
		180/5			0.6	0.3	6.5	31.1	90	ТТК № 59
	шиповник порошок		2.7	2.7						
Хлеб пшеничный 1с	Сахар		5	5						
	Вода		180	180						
		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
Итого:		548			16.37	18.83	81.80	565.50	91.46	
ВСЕГО:		1723.5			49.75	54.84	237.28	1645.00	105.06	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд		Выход блюда	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин	№ рецептуры
			(в гр)	(в гр)				ценность		
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша полбяная молочная с маслом	ЗАВТРАК	200/5								ТТК №1
	Полба		25.00	25.00						
	Молоко		100.00	100.00						
	Вода		72.00	72.00						
	Сахар		1.00	1.00						
	соль		1.00	1.00						
Какао с молоком	Масло сливочное	180	5.00	5.00						№397 Дели2010
	Какао-порошок		2.00	2.00	2.42	2.58	13.61	87.30	0.39	
	Сахар		10.00	10.00						
	Молоко		90.00	90.00						
	Вода		100.00	100.00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2.30	4.50	15.40	111.00		№1 Дели2010

	Батон нарезной		30.00	30.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		420			12.02	14.50	51.81	385.50	0.61	
Сок вишневый		125	125	125	0.87	0.25	20.00	85.00	9.25	№418 Дели 2016
Итого:		125			0.87	0.25	16.50	71.00	9.25	
		545			12.89	14.75	68.31	456.50	9.86	
ОБЕД										
Салат из моркови		50			0.75	0.06	8.50	37.00		№42 Дели 2016г
Морковь			66.5	50						
Сахар			0.5	0.5						
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками		200/15			4.86	5.80	15.24	132.60	5.28	№88 Дели 2016
Фарш из говядины			17.1	17.1						
Лук репчатый			1.79	1.5						
Яйцо			1.5	1.5						
Вода для фарша			1.7	1.7						
Масса полуфабриката				20.1						
Картофель			100.20	60.00						
Морковь			10.64	8.00						
Лук репчатый			9.52	8.00						
Вермишель			8.00	8.00						
Масло растительное			2.40	2.40						
Соль			1.00	1.00						
Вода			152.00	152.00						
Плов из курицы		160			12.3	15.1	41.2	352		№321 Дели 2016
Цыпята			104.58	68						
Масло растительное			3	3						
масса готового мяса				50						
Масло растительное			3	3						
Морковь			19	14.3						
Лук репчатый			7.7	7						
крупя рисовая			38.50	38.50						
соль			0.80	0.80						

Компот из свежих яблок	масса гарнира			110.00						№ 390 Дели 2016
		180			0.10	0.10	11.80	48.50	1.20	
	яблоки		40.8	36.0						
	вода		155.0	155.0						
Хлеб сельский	сахар		5.0	5.0						
		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		642.5			19.81	21.46	94.74	652.60	6.48	
ПОЛДНИК										
Кондитерские изделия		30	30.00	30.00	2.30	6.00	40.00	217.00		
	печенье		30.00	30.00						
Кефир		120			3.50	3.00	4.80	60.20	0.80	№401 Дели2010
	кефир		123.60	120.00						
Омлет натуральный		140			8.50	8.68	13.60	167.40	0.17	№229 Дели2016
	Яйцо		105.00	105.00						
	Молоко		40.00	40.00						
	масса омлетной смеси			145.30						
	Масло сливочное		4.00	4.00						
	Соль		1.10	1.10						
Хлеб пшеничный 1с		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	№ 411 Дели2016
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.38	0.03	
	Заварка		0.45	0.45						
	сахар		5	5						
	Вода		180	180						
Итого:		498			16.16	17.93	74.69	519.48	1.00	
ВСЕГО:		1685.5			48.86	54.14	237.74	1628.58	17.34	

2 неделя

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюдо	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5			6.70	7.50	22.00	182.30	0.23	ТТК №5
Крупа Геркулесовая		25.00	25.00						
Молоко		120.00	120.00						

Чай с молоком,сахаром	вода	180/5	56.00	56.00	2.60	2.30	14.30	89.00	0.02	№ 394 Дели2010
	Сахар		1.00	1.00						
	Соль		1.00	1.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
	Заварка		0.45	0.45						
	Сахар		5	5						
	Молоко		48	48						
	Вода		130	130						
Бутерброд с сыром, маслом		30/7/3			4.80	7.20	15.40	146.00	0.19	№3 Дели2010
	Батон нарезной		30.00	30.00						
	Сыр		7.14	7.00						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Итого:		430			14.10	17.00	51.70	417.30	0.44	
Фрукты свежие яблоко		100	114	100	0.40	0.40	12.00	53.20	10.00	№ 386 Дели 2016
Итого:		100			0.40	0.40	12.00	53.20	10.00	
		530			14.50	15.40	63.70	470.50		
ОБЕД		50			0.50	2.25	6.00	46.00		№31 Справочник Москва2003
Салат "Пестрый"										
Свекла			42.60	33.30						
Яблоки			15.20	13.30						
		200/15/10	1.70	1.70	3.25	4.40	26.00	157.00	5.80	ТТК№139
Сахар			1.70	1.70						
Масло растительное			2.50	2.50						
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками										
Фарш из говядины			17.1	17.1						
Лук репчатый			1.79	1.5						
Яйцо			1.5	1.5						
Вода для фарша			1.7	1.7						
Масса полуфабриката				20.1						
Картофель			66.80	40.00						
Горох			20.25	20.00						
Морковь			10.64	8.00						
Лук репчатый		9.52	8.00							

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК	200/5								
Каша манная молочная с маслом				10.00	10.00	24.50	228.00	0.22	ТТК №4
Крупа манная		20.00	20.00						
Молоко		176.00	176.00						
Сахар		3.00	3.00						
Соль		1.50	1.50						
Масло сливочное		5.00	5.00						

Кофейный напиток с молоком		180			1.22	1.34	11.94	65.00	0.19	№395 Дели2010
	Кофейный напиток		2.50	2.50						
	Сахар		10.00	10.00						
	Молоко		90.00	90.00						
Бутерброд с маслом сливочным	Вода	30/5	108.00	108.00						№1 Дели2010
	Батон нарезной		30.00	30.00	2.30	4.50	15.40	111.00		
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		420			13.52	15.84	51.84	404.00	0.41	№418Дели2016
Сок персик-банан		125	125	125	0.60	0.01	15.00	64.00	3.70	
Итого:		125			0.60	0.01	15.00	64.00	3.70	
		545			14.12	15.85	66.84	468.00		
ОБЕД										
Огурцы соленые		50			0.40	0.05	0.85	5.50		стр563,сб1996
	Огурцы соленые		91.00	50.00						
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной		200/15/5			3.00	7.90	18.80	158.30	6.36	№63 Дели 2016
	Фарш из говядины		17.1	17.1						
	Лук репчатый		1.79	1.5						
	Яйцо		1.5	1.5						
	Вода для фарша		1.7	1.7						
	Масса полуфабриката			20.1						
	Капуста свежая		20.00	16.00						
	Картофель		26.72	16.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		9.52	8.00						
	Свекла		43.52	32.00						
	Сахар		1.00	1.00						
	Томат-паста		1.00	1.00						
	Масло растительное		3.00	3.00						
	Сметана		5.00	5.00						
	Соль		1.60	1.60						
	Вода		160.00	160.00						

Биточки рубленые из рыбы		70			9.75	5.00	4.15	100.60		ТТК №3Д
	фарш из минтая		52.50	52.50						
	Яйцо		10.50	10.50						
	крупа манная		1.75	1.75						
	Лук репчатый		15.50	13.00						
	вода		5.30	5.30						
	Соль		0.50	0.50						
	сухари панировочные		5.00	5.00						
	Масло растительное		1.50	1.50						
	Сахар		0.20	0.20						
	Масса полуфабриката			83.00						
Рис отварной		130			3.40	6.80	35.00	214.80		№201 Пермь 2001
	Крупа рисовая		46.80	46.80						
	Вода		98.00	98.00						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
	Соль		1.00	1.00						
Компот из замороженных ягод		180			0.27	0.1	15.0	62		ТТК №12
	крыжовник зам.		22.50	22.50						
	вода		160.00	160.00						
	Сахар		8.50	8.50						
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		687.5			18.62	20.25	91.80	623.70	6.36	
ПОЛДНИК										
Кондитерские изделия		10	10.00	10.00	0.50	1.90	21.00	98.00		
крекер			10.00	10.00						
Молоко кипяченое		120			3.40	3.00	5.70	63.40	0.43	№419 Дели2016
	молоко		126.46	120.00						
Салат из моркови с яблоками		50			0.37	2.00	4.30	37.00	0.80	№41Дели2016
	Морковь		35.37	26.60						
	Яблоки		24.45	21.50						
	Масло растительное		2.00	2.00						
Запеканка творожная с молоком густенным		150/20			9.80	10.00	28.30	241.00	0.27	№237 Дели2010

Бутерброд с сыром, маслом		30/7/3			4.80	7.20	15.40	146.00	0.19	№3 Дели2010
Батон нарезной			30.00	30.00						
Сыр			7.14	7.00						
Масло сливочное			3.00	3.00						
Итого:		425			15.22	16.38	55.01	427.30	0.80	
Фрукты свежие		100	114	100	0.06	0.36	12.00	49.00	10.00	№ 386 Дели 2016
яблоко										
Итого:		100			0.06	0.36	12.00	49.00	10.00	
		525			14.20	15.74	67.01	472.00		
	ОБЕД									
Салат из свеклы		50			0.60	2.50	4.20	42.00		№34, Дели2016
Свекла			64.60	47.50						
Масло растительное			2.50	2.50						
Суп крестьянский с курицей, сметаной		200/15/5			5.7	6.80	15.40	144	3.50	№62"Партнер"2014
цыплята			33.85	22						
Капуста свежая			30.00	24.00						
Картофель			33.40	20.00						
Морковь			10.64	8.00						
Лук репчатый			9.52	8.00						
Крупа пшениная			8.00	8.00						
Масло растительное			4.00	4.00						
Соль			1.20	1.20						
Вода			176.00	176.00						
Сметана			5.00	5.00						
Запеканка картофельная с мясом		150/20			9.20	12.00	34.00	281.00	4.40	№291 Дели2010
фарш из говядины			58.00	58.00						
Картофель			238.81	143.00						
Лук репчатый			12.26	10.30						
Масло сливочное			2.00	2.00						
Соль			1.80	1.80						
сухари панировочные			2.00	2.00						
Соус :										
Сметана			5.00	5.00						
Мука пшеничная			1.30	1.30						
вода			15.00	15.00						

Компот из сухофруктов	Соус сметанный			20.00						
		180			0.7	0.0	18.0	75	0.13	№394, Дели 2016
	сухофрукты		18.36	18.00						
	вода		182.00	182.00						
Хлеб сельский	Сахар		5.00	5.00						
		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		657.5			18.00	21.74	89.60	624.70	8.03	
ПОЛДНИК										
Шафран с яблоками		50			2.42	3.5	24.9	140	1.46	Сб.нац блюд 1996,акт20
	Мука пшеничная		24.8	24.8						
	Сахар		3.46	3.46						
	Яйцо		2.73	2.73						
	соль		0.3	0.3						
	дрожжи сухие		0.3	0.3						
	Молоко		10	10						
	Масло сливочное		2.44	2.44						
	Яблоки		16.6	14.56						
	Масло растительное		1	1						
Катык		120			3.77	3	5	62.1	0.84	№401Дели2010
	катык		123.60	120.00						
Гречка с фаршем и овощами		160			7.50	11.20	33.20	263.00		ТТК №1630 от 10.11.2021
	фарш из говядины		53	53						
	вода		65	65						
	Крупа гречневая		57	57						
	Морковь		19.28	14.5						
	Лук репчатый		8.7	7.3						
	Масло растительное		7.2	7.2						
	соль		1	1						
	Хлеб пшеничный 1с	23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
	Чай с сахаром	180/5			0.06	0.02	4.99	20.38	0.03	
	Заварка		0.45	0.45						№ 411 Дели2016
	сахар		5	5						
	Вода		180	180						
Итого:		538			15.55	17.95	79.39	539.98	2.33	

ВСЕГО:	1720.5			48.83	56.43	236.00	1640.98	21.16	
--------	--------	--	--	-------	-------	--------	---------	-------	--

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК Суп молочный с вермишелью	180			9.80	9.60	19.40	203.00	0.50	№100 Дели 2016
			14.00	14.00					
			1.00	1.00					
			136.00	136.00					
			30.00	30.00					
			1.00	1.00					
			1.00	1.00					
Чай с сахаром	180/5			0.06	0.02	4.99	20.38	0.03	№ 411 Дели2016
			0.45	0.45					
			5	5					
Бутерброд с маслом сливочным	30/5		180	180					№1 Дели2010
				2.30	4.50	15.40	111.00		
			30.00	30.00					
			5.00	5.00					
Итого:	400			12.16	14.12	39.79	334.38	0.53	
Сок яблоко-груша	125	125	125	0.75	0.38	23.00	98.42	5.60	№ 368 Дели 2010
Итого:	125			0.75	0.38	23.00	98.42	5.60	
	525			12.91	14.50	62.79	432.80	6.13	
ОБЕД									
Икра кабачковая	50			0.95	4.45	7.50	73.85		№ 57 Дели 2016
			52.50	50.00					
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б	200/6			3.40	4.50	14.20	111.00	9.60	№73 Дели 2016
			50.00	40.00					
			40.08	24.00					
			10.64	8.00					
			9.52	8.00					

	Масло растительное		3.00	3.00						
	Сметана		6.00	6.00						
	Соль		1.20	1.20						
	Вода		160.00	160.00						
Плов из отварной говядины		180			13.50	12.00	35.00	302.00	0.65	№108"Партнер"2014
	Говядина		52.00	52.0						
	масса вареного мяса			32.0						
	Масло растительное		7.0	7.0						
	Лук репчатый		10.7	9.0						
	Морковь		15.6	11.7						
	Крупа рисовая		51.3	51.3						
	вода		77.4	77.4						
	Соль		1.8	1.8						
	масса гарнира			151.0						
Компот из свежих яблок		180			0.10	0.10	11.80	48.50	1.20	№ 390 Дели 2016
	яблоки		40.8	36.0						
	вода		155.0	155.0						
	сахар		5.0	5.0						
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		653.5			19.75	21.45	86.50	617.85	11.45	
	ПОЛДНИК									
Кондитерские изделия		20	20	20	0.20	3.60	10.00	68.00		
печенье			20	20						
Молоко кипяченое		120			3.40	3.00	5.70	63.40	0.43	№419 Дели2016
	молоко		126.46	120.00						
Салат из моркови		50			0.75	0.06	8.50	37.50	1.90	№42 Дели2016г
	Морковь		66.5	50						
	Сахар		0.5	0.5						
Запеканка из творога с крошкой		150			10.00	10.00	35.20	271.00		№ 322 Сб Самара 2013г
	Мука пшеничная		40.5	40.5						
	Сахар		15	15						
	соль		0.5	0.5						
	масло сливочное		18	18						
	Творог		85	83.75						

Напиток шиповника	Яйцо		10.5	10.5						
	Масло растительное		1	1						
	масса полуфабриката			170						
		180/5			0.6	0.3	6.5	31.1	90	ТТК № 59
	шиповник порошок		2.7	2.7						
	Сахар		5	5						
Хлеб пшеничный 1с	Вода		180	180						
		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
Итого:		548			16.75	17.19	77.20	525.50	92.33	
ВСЕГО:		1726.5			49.41	53.14	226.49	1576.15	109.91	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин	№ рецептуры
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная с маслом	200/5			7.00	6.35	16.00	148.00	0.21	ТТК №8
крупa рисовая		25.00	25.00						
Молоко		100.00	100.00						
Вода		72.00	72.00						
Сахар		1.00	1.00						
Соль		1.00	1.00						
Масло сливочное		5.00	5.00						
Кофейный напиток с молоком	180			1.22	1.34	11.94	65.00	0.19	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2.50	2.50						
Сахар		10.00	10.00						
Молоко		90.00	90.00						
Вода		108.00	108.00						
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3			4.80	7.20	15.40	146.00	0.19	№3 Дели2010
Батон нарезной		30.00	30.00						
Сыр		7.14	7.00						
Масло сливочное		3.00	3.00						
Итого:	425			13.02	14.89	43.34	359.00	0.59	№ 386 Дели 2016
Фрукты свежие яблоко	100	114	100	0.36	0.36	22.00	92.68	10.00	

Итого:		100			0.36	0.36	22.00	92.68	10.00	
		525			13.38	15.25	65.34	451.68	10.59	
ОБЕД										
Салат из моркови с яблоками		50			0.37	2.00	4.30	37.00		№41Дели2016
	Морковь		35.37	26.60						
	Яблоки		24.45	21.50						
	Масло растительное		2.00	2.00						
Суп-лапша домашняя с курицей		200/15			4.96	3.60	14.44	110.00	0.50	№86Дели2010
	цыплята		33.85	22						
	Мука пшеничная		15.00	15.00						
	Яйцо		4.00	4.00						
	Вода		2.80	2.80						
	Соль		0.20	0.20						
	Масса лапши			16.00						
	Морковь		10.64	8.00						
	Лук репчатый		9.52	8.00						
	Масло растительное		2.00	2.00						
	Вода		190.00	190.00						
	соль		1.00	1.00						
Котлеты "Аппетитные"		70			6.41	7.50	17.50	163.20		ТТК №7Д акт к.п.2014
	Фарш из говядины		41.70	41.70						
	Цыплята		47.73	31.03						
	Лук репчатый		10.41	8.75						
	Яйцо		3.50	3.50						
	Хлеб пшеничный 1с		9.00	9.00						
	Сухари панировочные		5.80	5.80						
	Вода		9.00	9.00						
	Соль		0.50	0.50						
	Масло растительное		2.00	2.00						
Каша перловая с овощами		130/4			4.90	7.50	25.00	187.00		№180,Дели 2016
	Крупа перловая		25.50	25.50						
	Вода		90.00	90.00						
	Морковь		22.61	17.00						
	Лук репчатый		2.38	2.00						
	Соль		0.50	0.50						

	Масло сливочное		4.00	4.00						
Компот из замороженных ягод		180			0.27	0.1	15.0	62		ТТК №12
	Ягодная смесь зам.		22.50	22.50						
	вода		160.00	160.00						
	Сахар		5.00	5.00						
Хлеб сельский		37.5	37.50	37.50	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:		686.5			18.71	21.10	94.24	641.70	0.50	
ПОЛДНИК										
Кондитерские изделия		30	30.00	30.00	1.60	5.50	39.70	206.00		
печенье			30.00	30.00						
Кефир		120			3.50	3.00	4.80	60.20	0.80	№401 Дели2010
	кефир		123.60	120.00						
Омлет натуральный		140			8.50	8.68	13.60	167.40	0.17	№229 Дели2016
	Яйцо		105.00	105.00						
	Молоко		40.00	40.00						
	масса омлетной смеси			145.30						
	Масло сливочное		4.00	4.00						
	Соль		1.10	1.10						
Хлеб пшеничный 1с		23	23.00	23.00	1.80	0.23	11.30	54.50	0.00	
Чай с сахаром		180/5			0.06	0.02	4.99	20.38	0.03	№ 411 Дели2016
	Заварка		0.45	0.45						
	сахар		5	5						
	Вода		180	180						
Итого:		498			15.46	17.43	74.39	508.48	1.00	
ВСЕГО:		1709.5			47.55	53.78	233.97	1601.86	12.09	
ИТОГО за 10 дней:		17471.00			486.10	543.03	2349.48	16201.92	443.75	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
 2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)
- При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.
 - 3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

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

3.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.
оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженная крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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



































































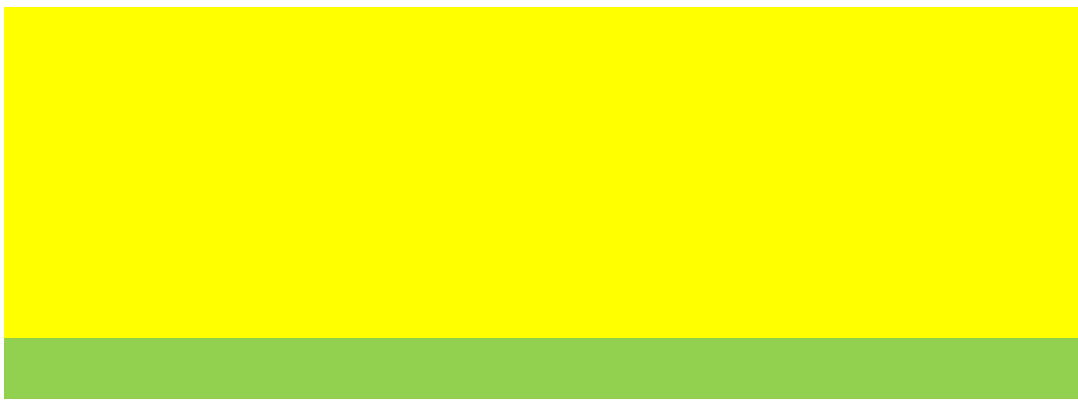




























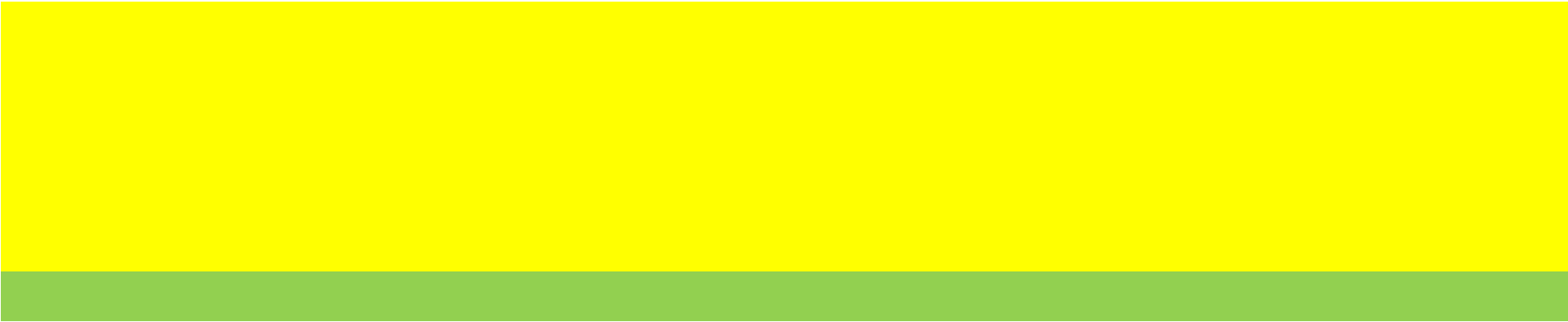










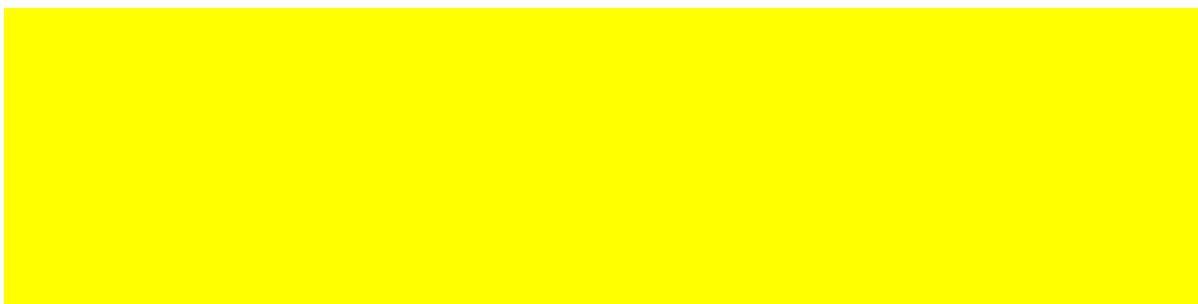






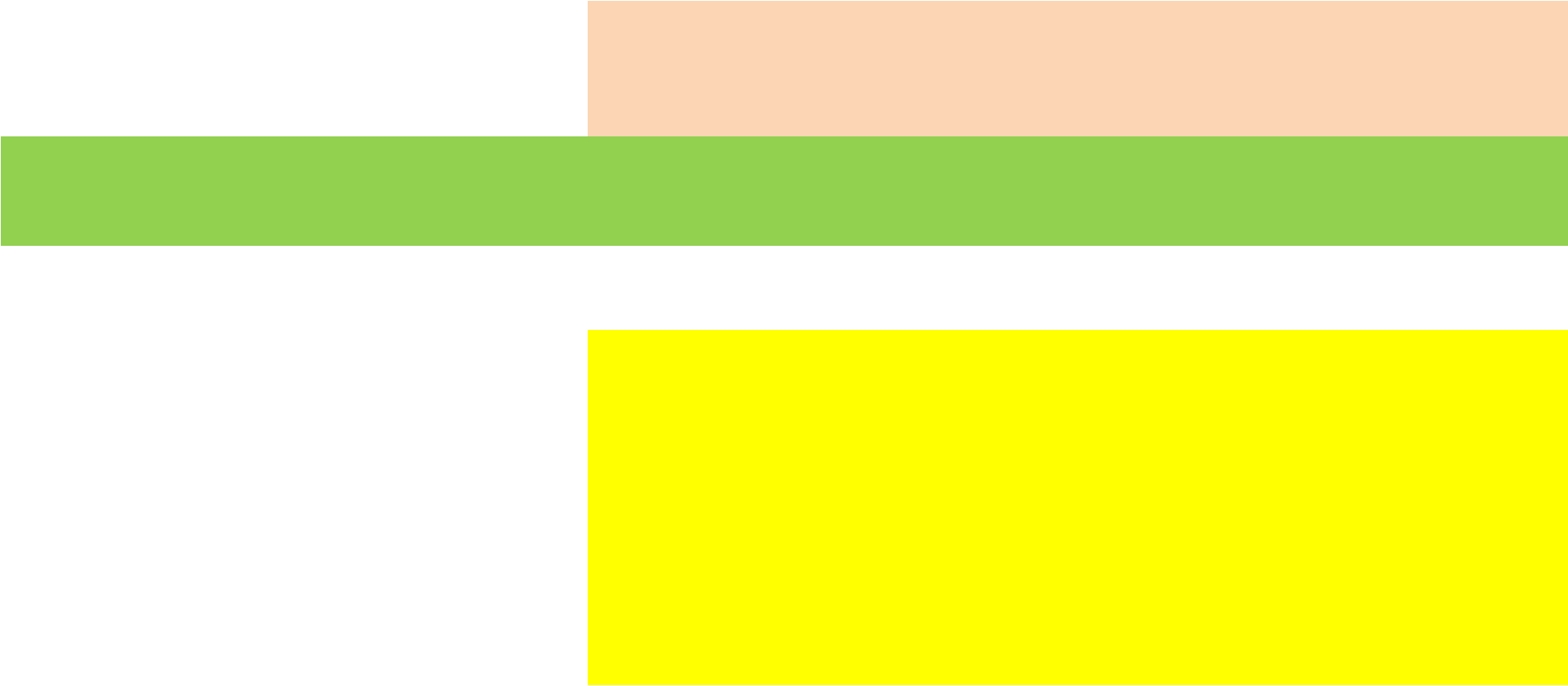


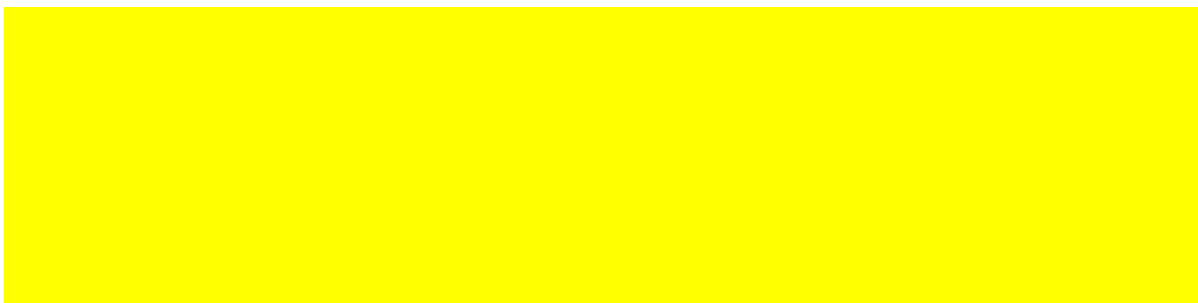










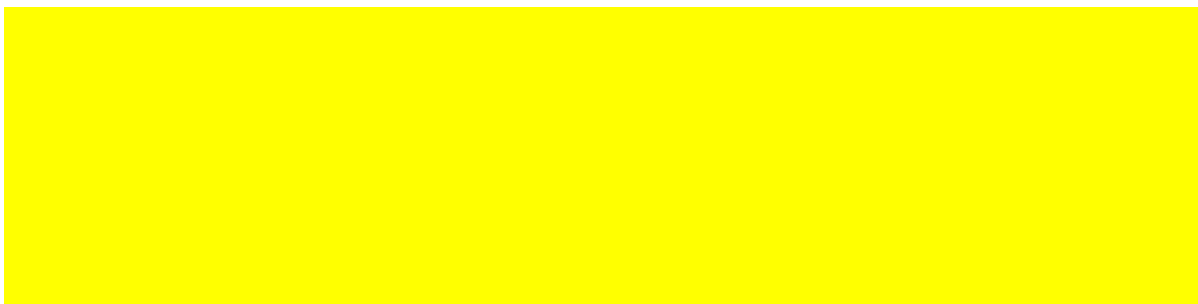














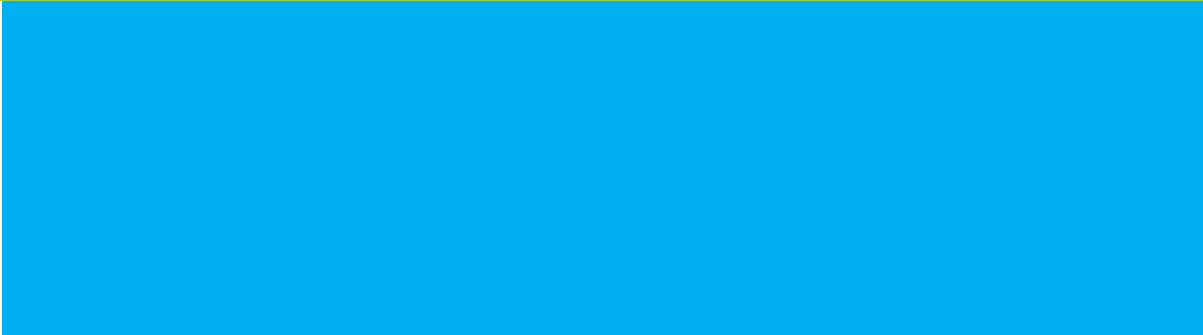


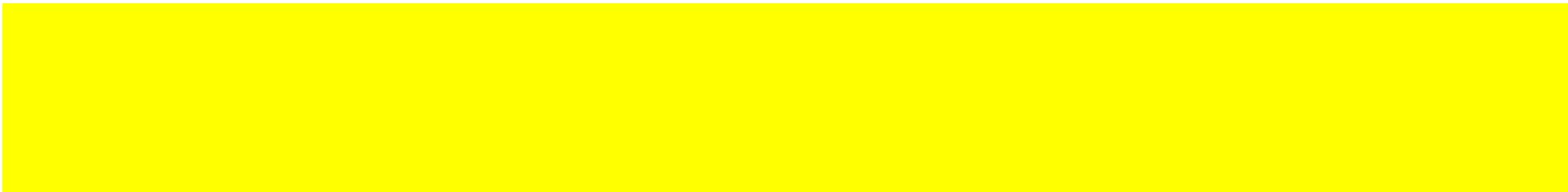


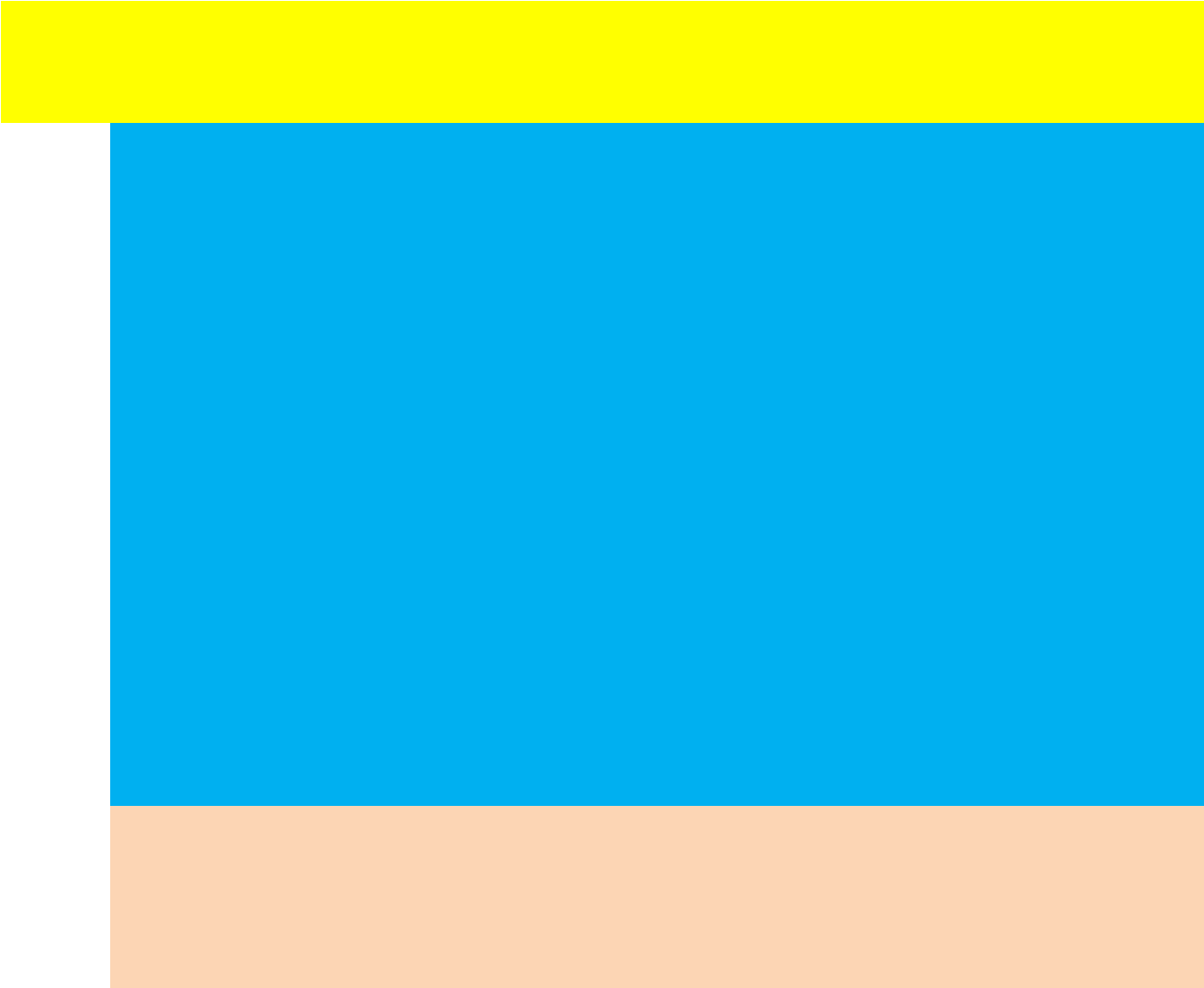
1. The first step is to identify the problem or goal. This involves understanding the current situation, the desired outcome, and the constraints. Once the problem is clearly defined, the next step is to generate potential solutions. This can be done through brainstorming, research, or consulting with experts. The third step is to evaluate the solutions based on their feasibility, effectiveness, and cost. The final step is to implement the chosen solution and monitor its progress.

2. The second step is to develop a plan. This involves breaking down the problem into smaller, manageable tasks and determining the sequence of actions required to achieve the goal. A plan should also include a timeline and a budget. Once the plan is developed, the next step is to execute it. This involves assigning responsibilities to team members, allocating resources, and monitoring the progress. The final step is to evaluate the results and make adjustments as needed.

3. The third step is to implement the plan. This involves putting the plan into action and ensuring that all tasks are completed on time and within budget. It is important to communicate the plan to all team members and to provide them with the necessary resources and support. Once the plan is implemented, the next step is to monitor the progress and make adjustments as needed.

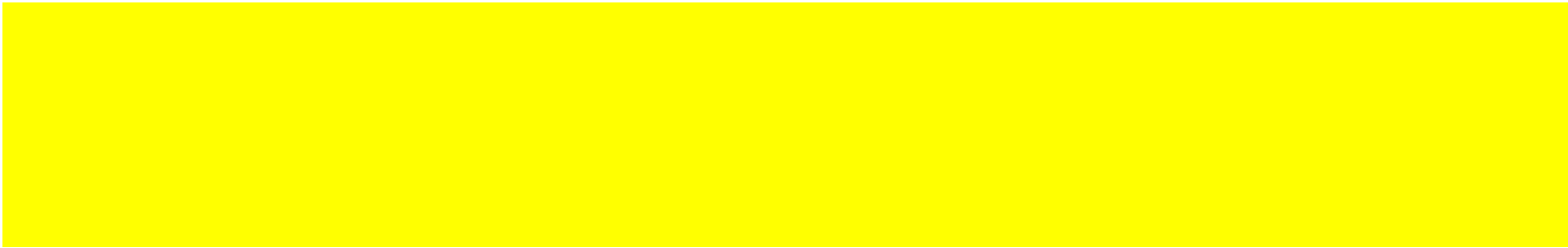






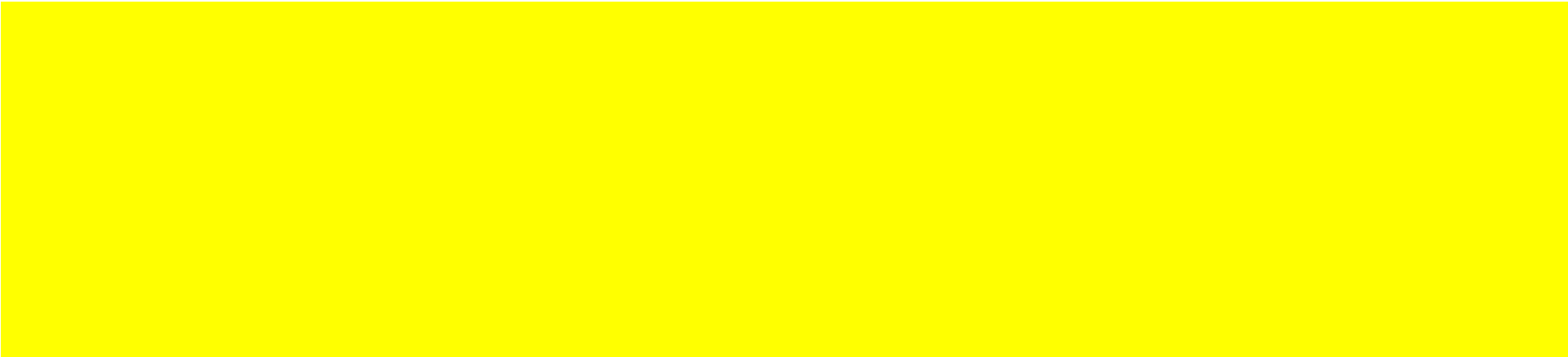
























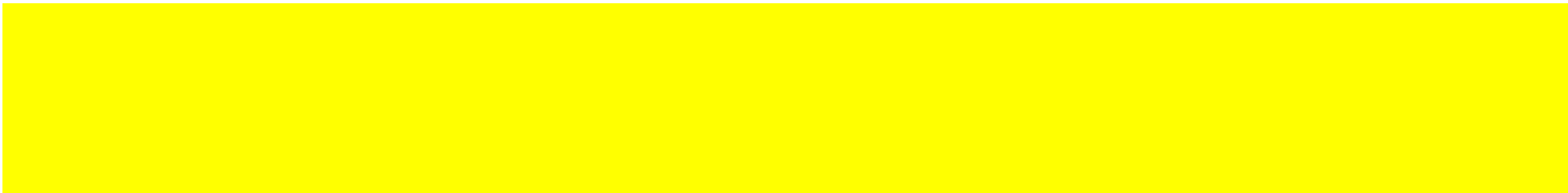








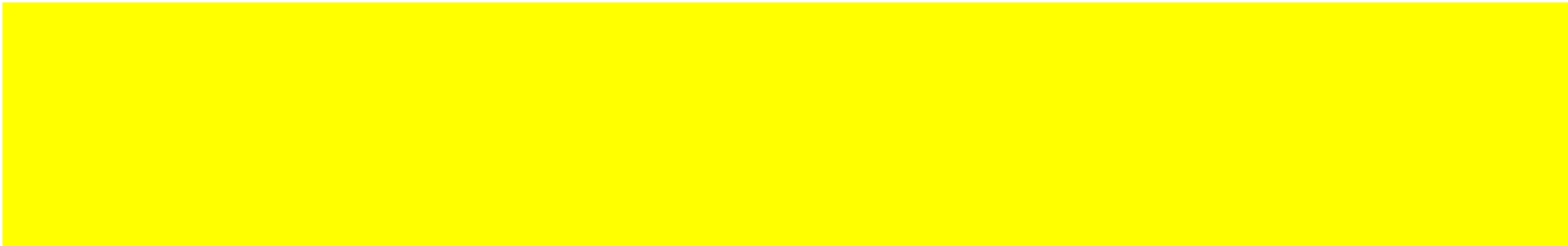






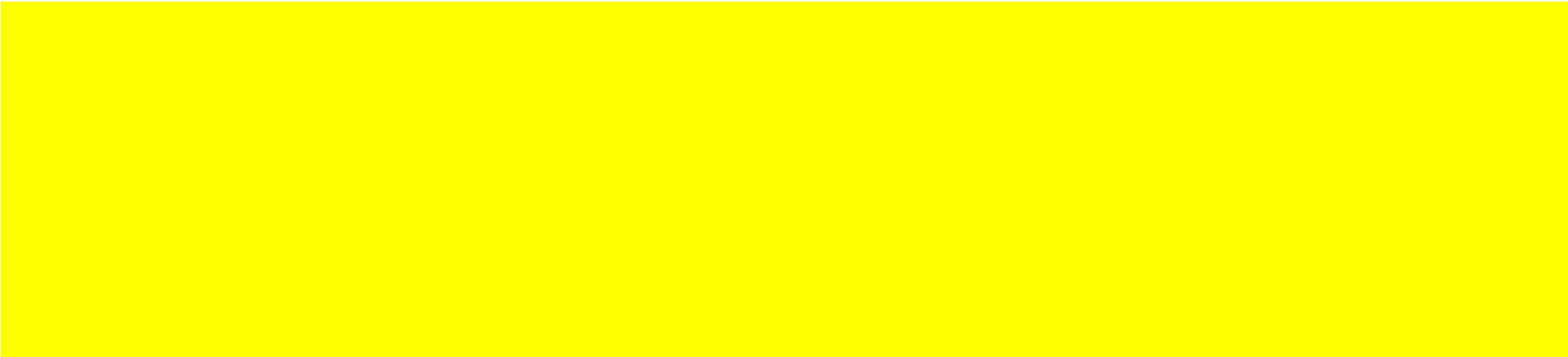
























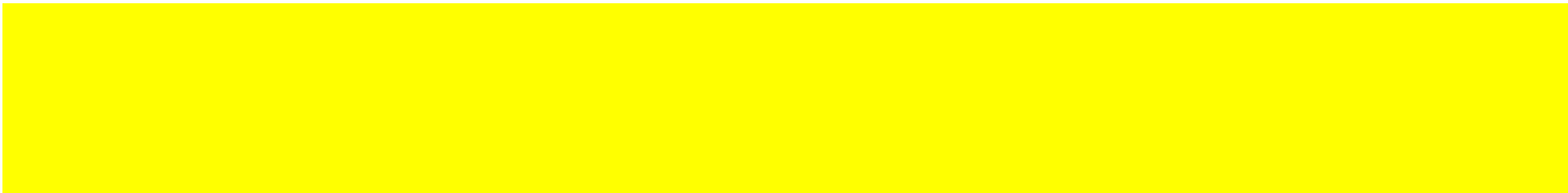














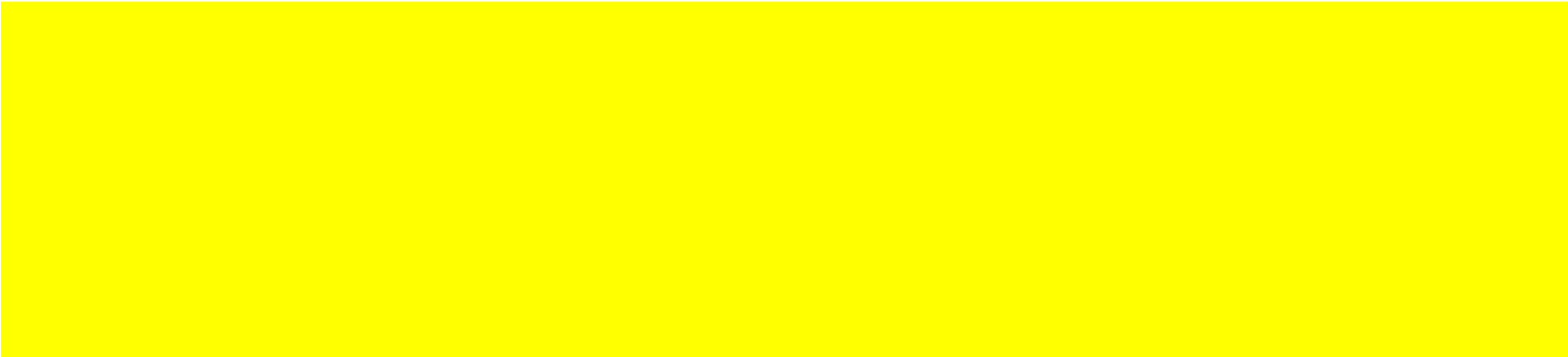
















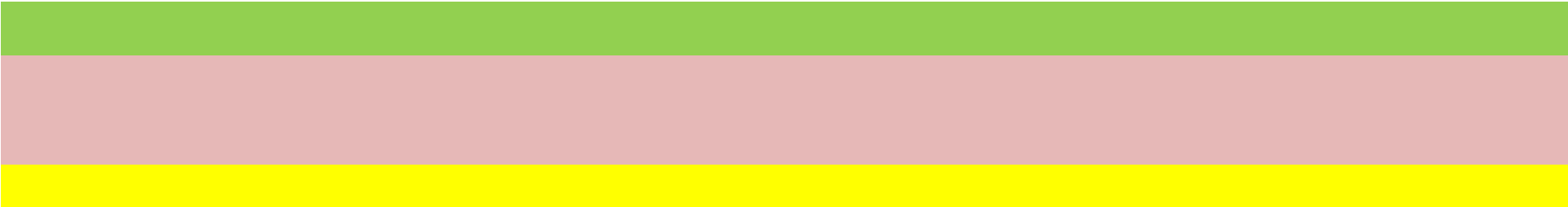








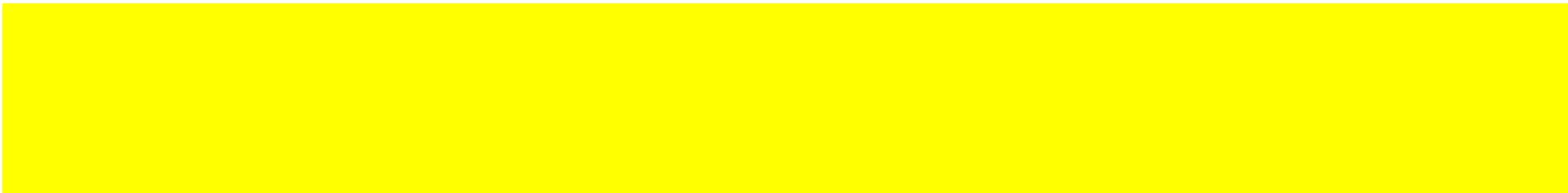














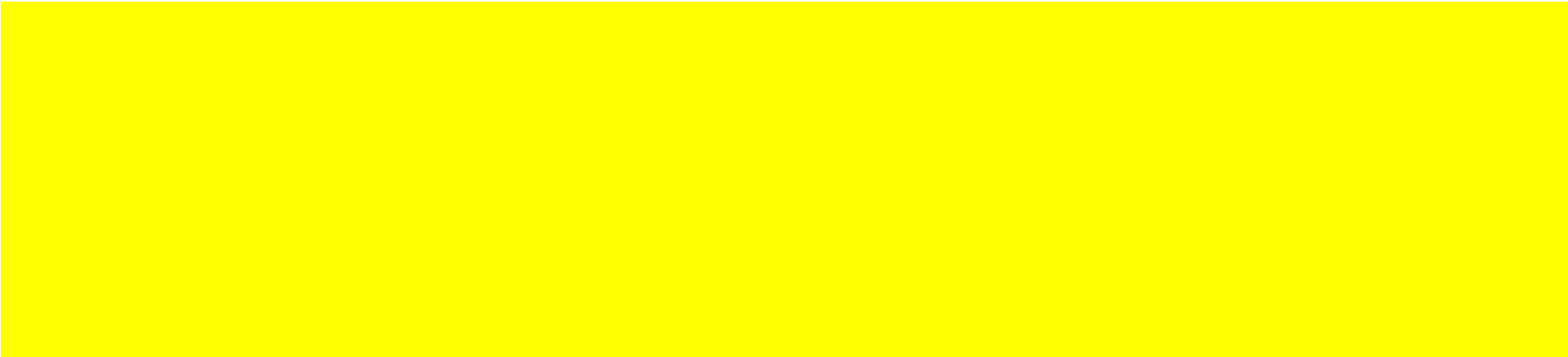
























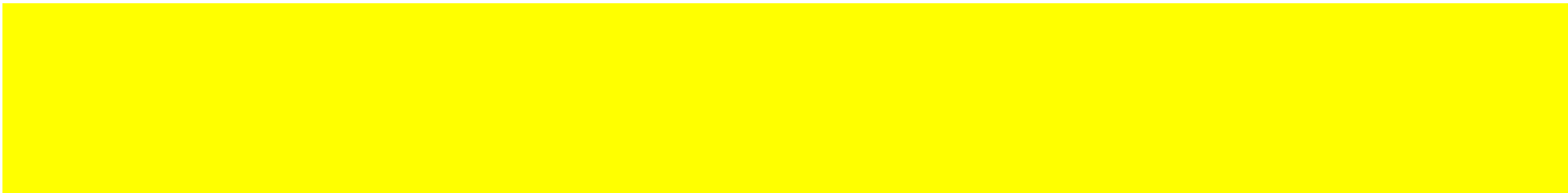














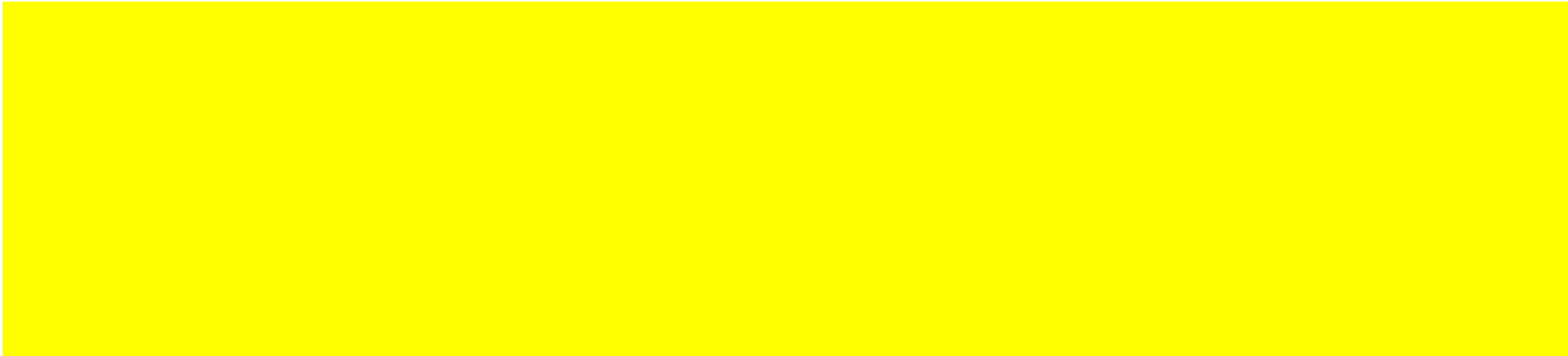


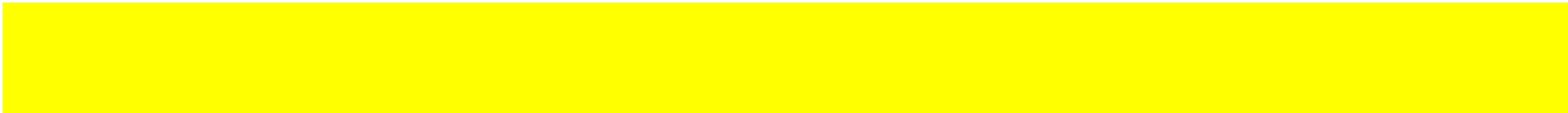






















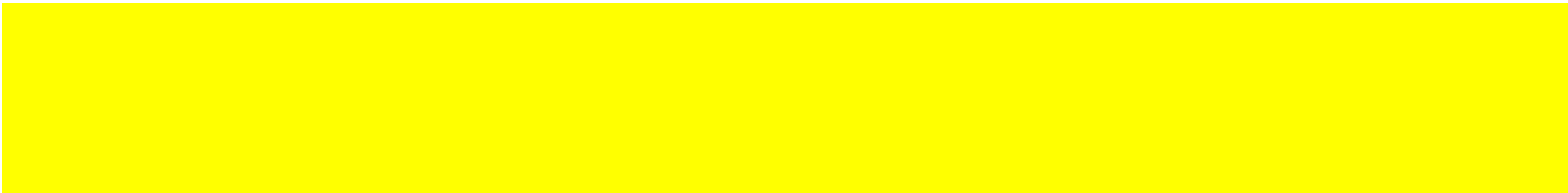














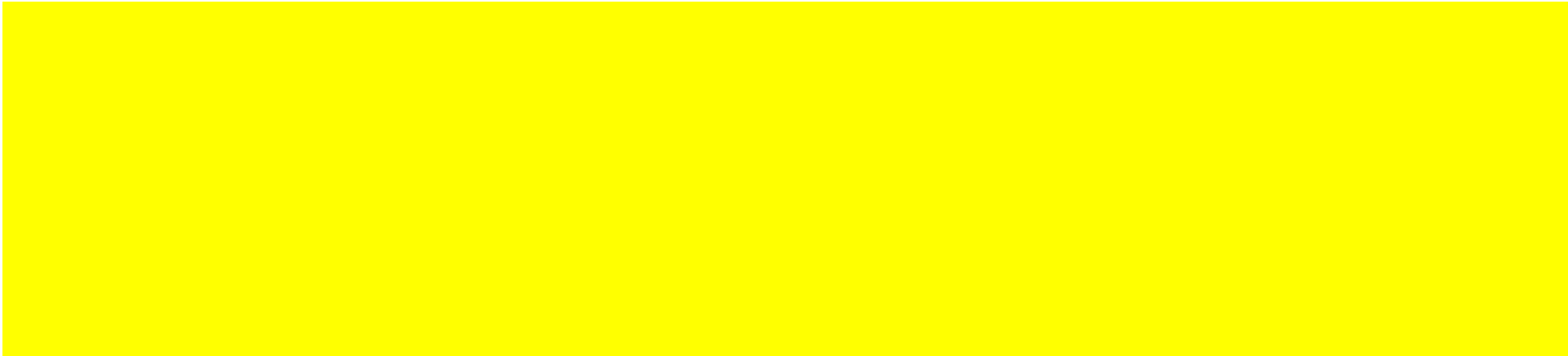
























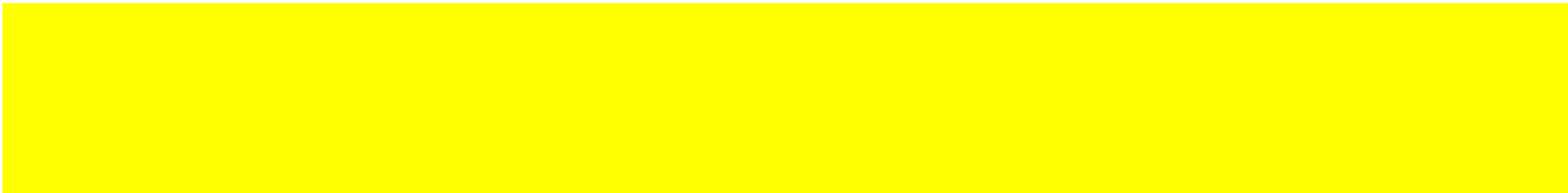














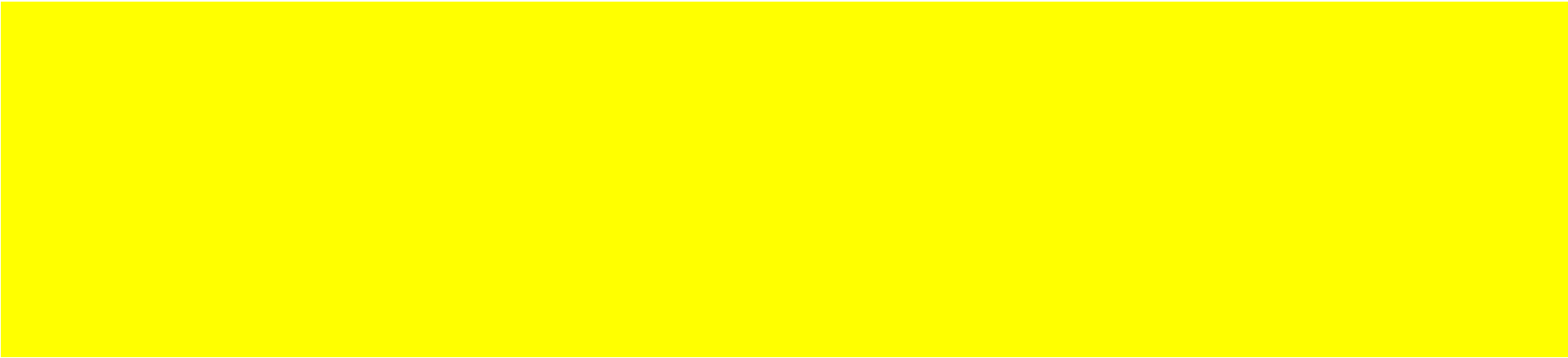




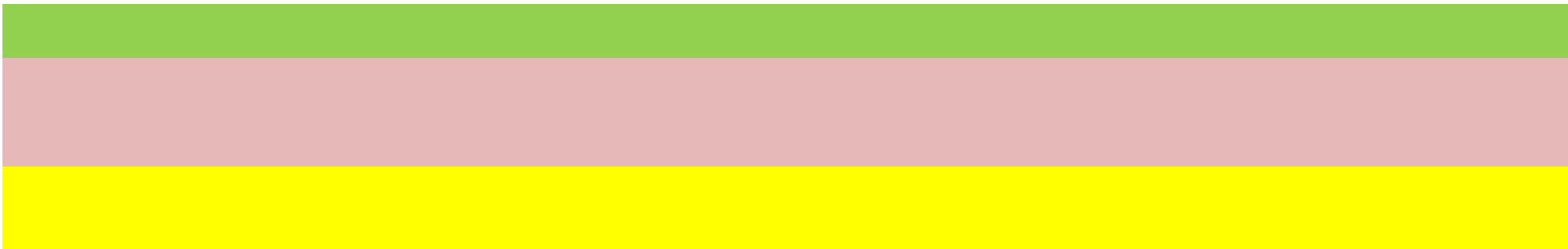




















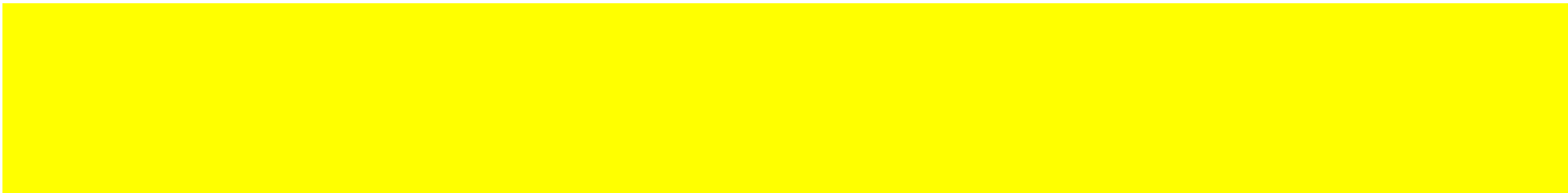




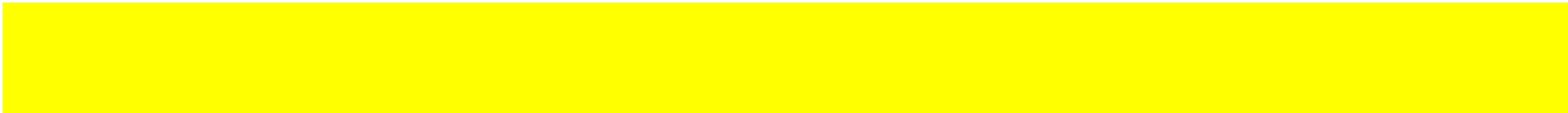




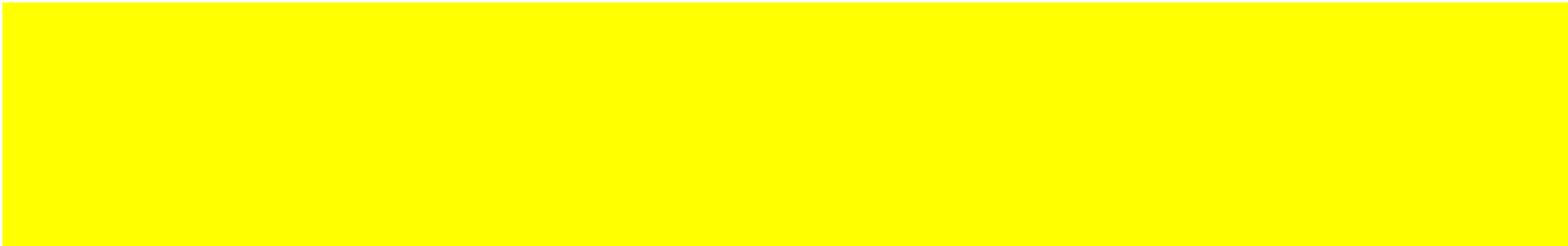






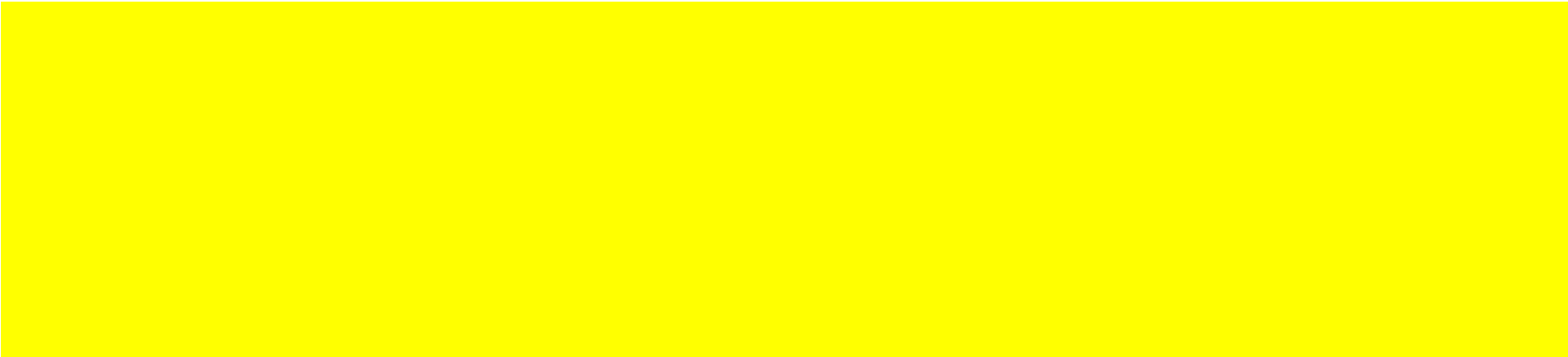
























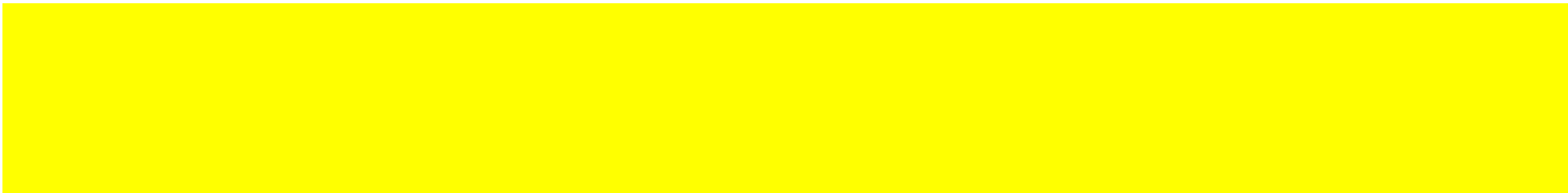








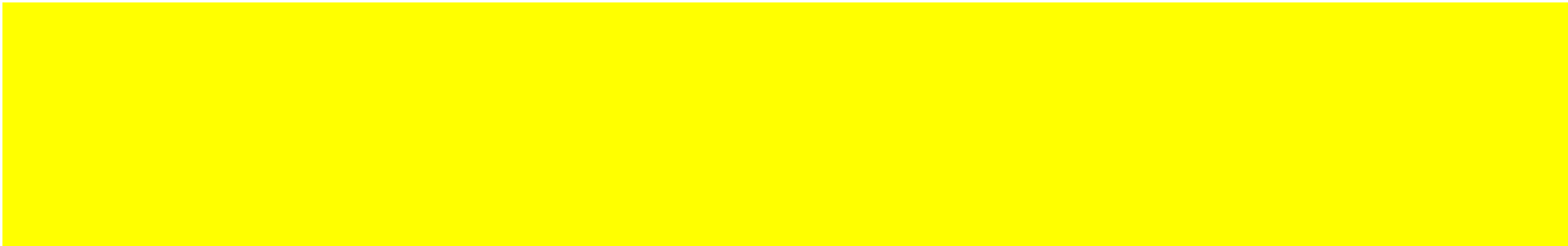






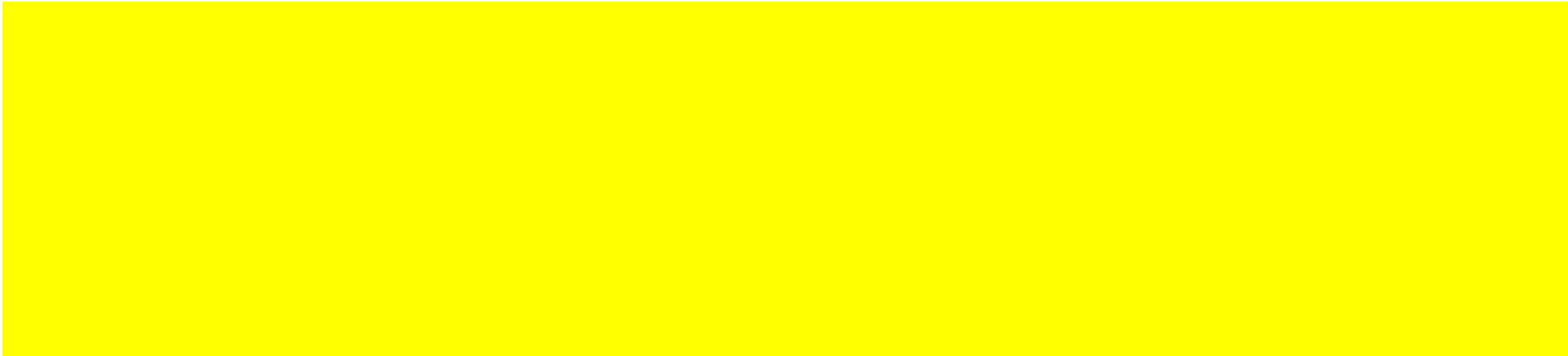
























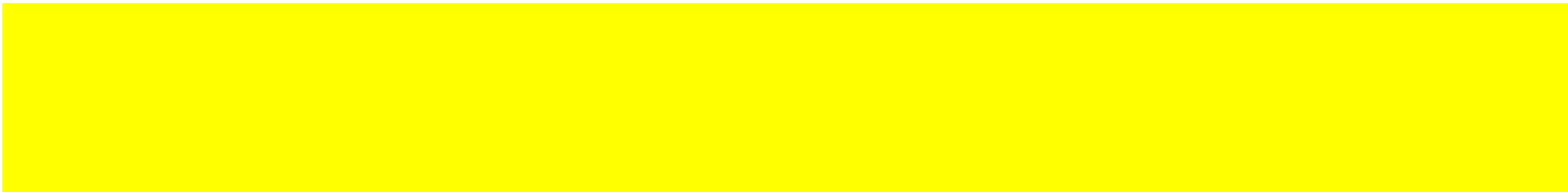








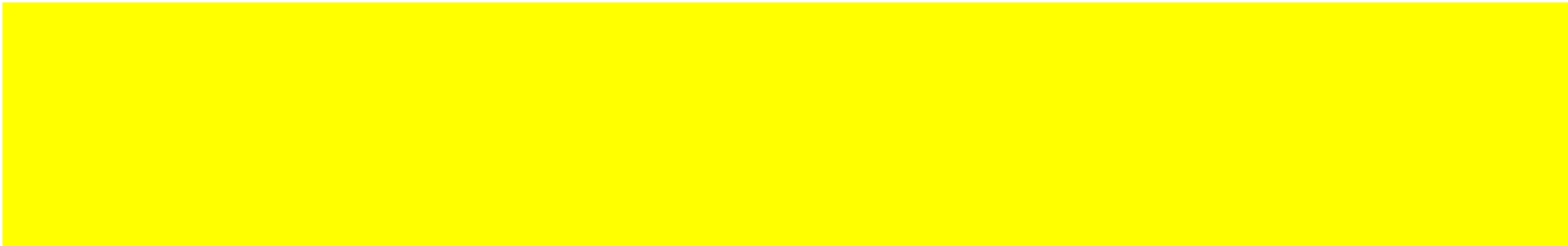






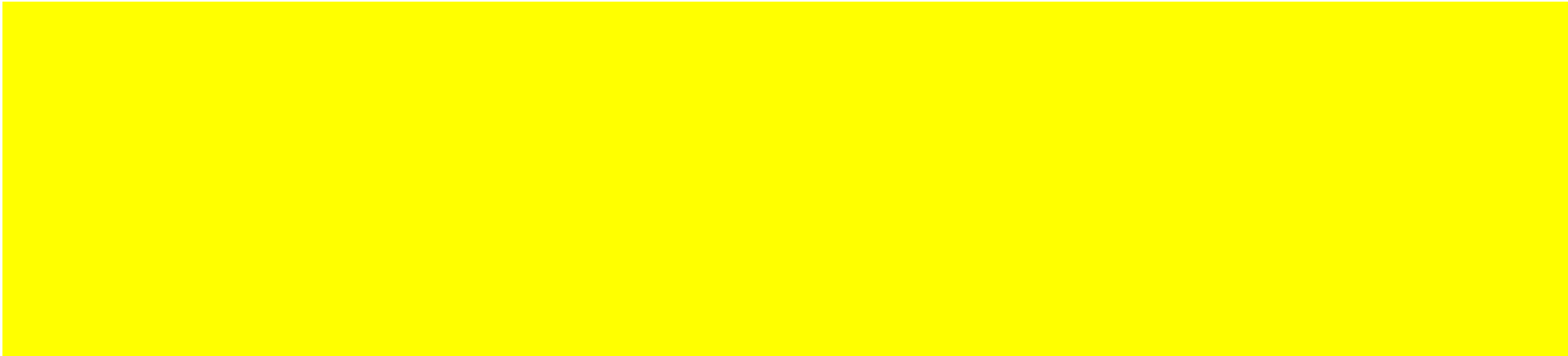
























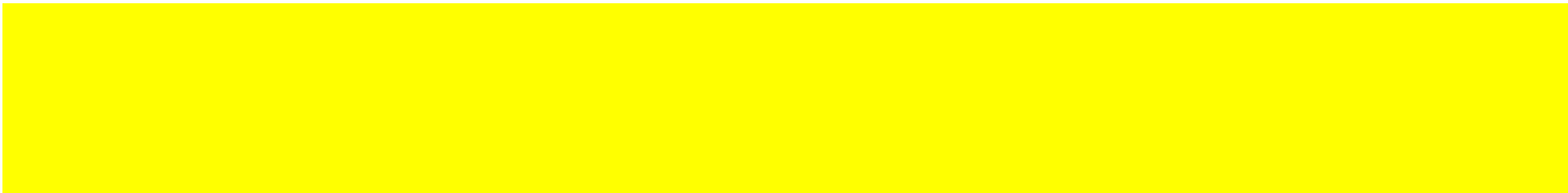














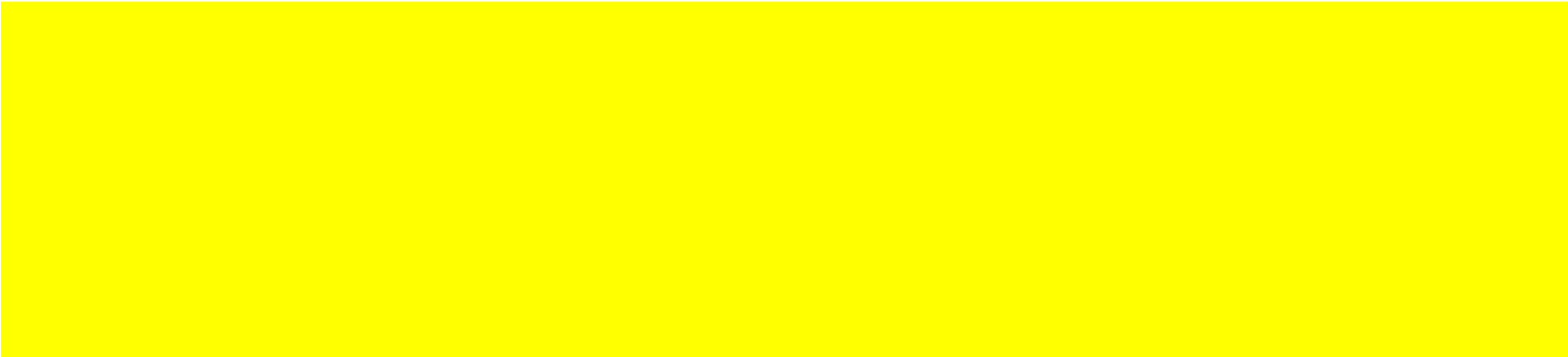




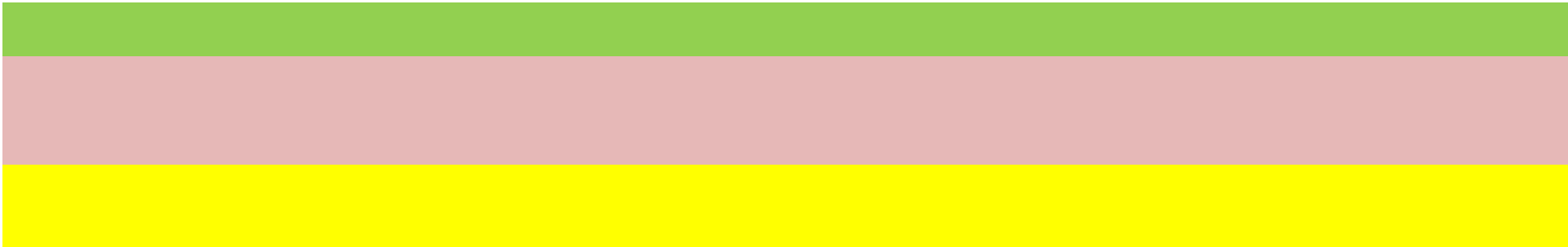




















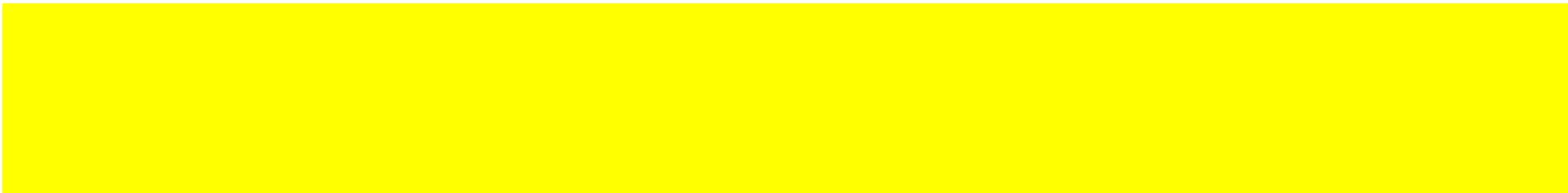














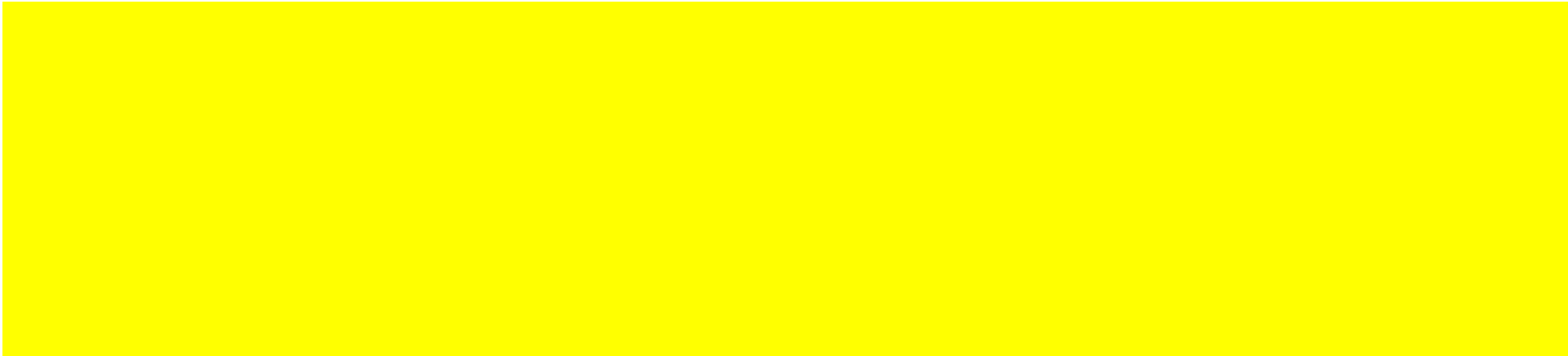












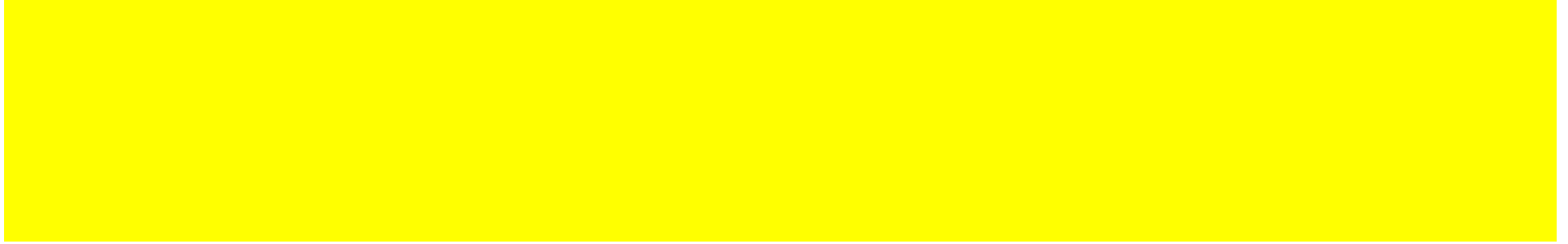












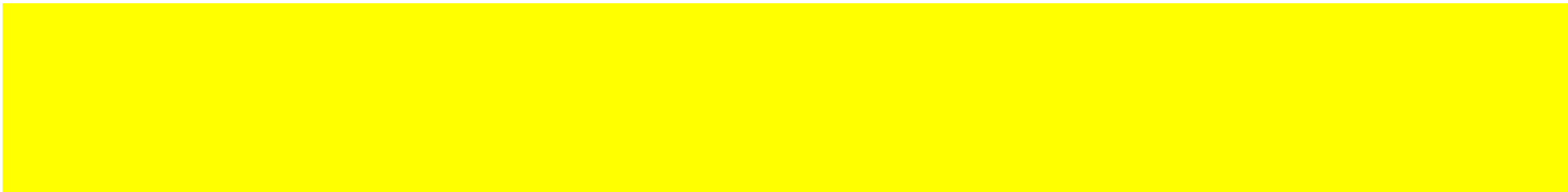














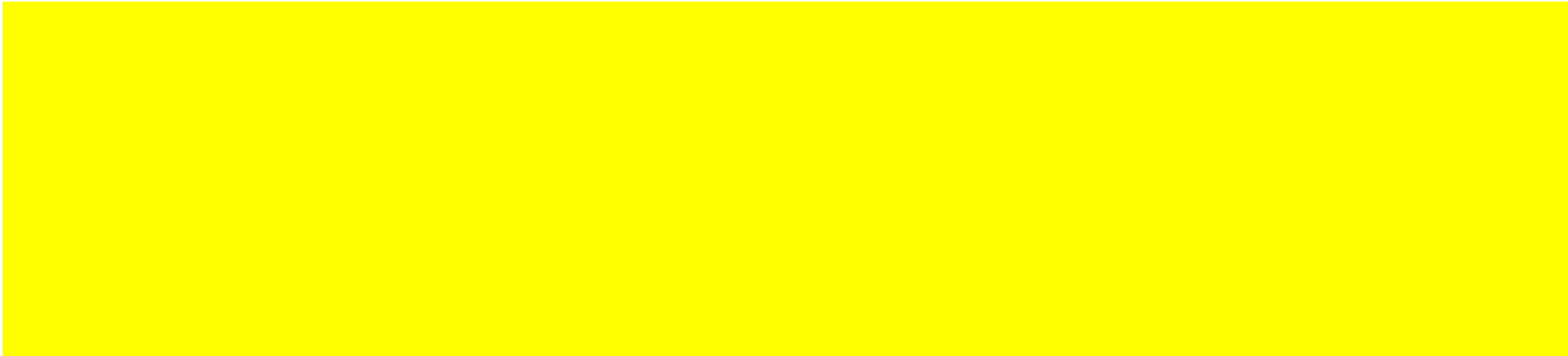




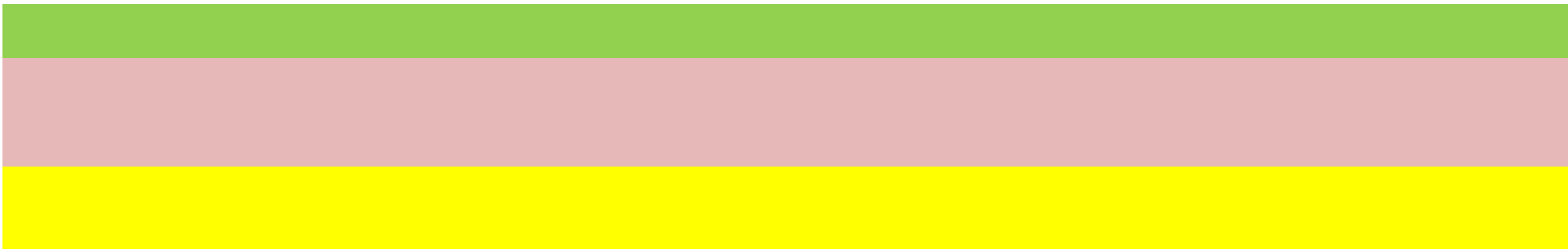




















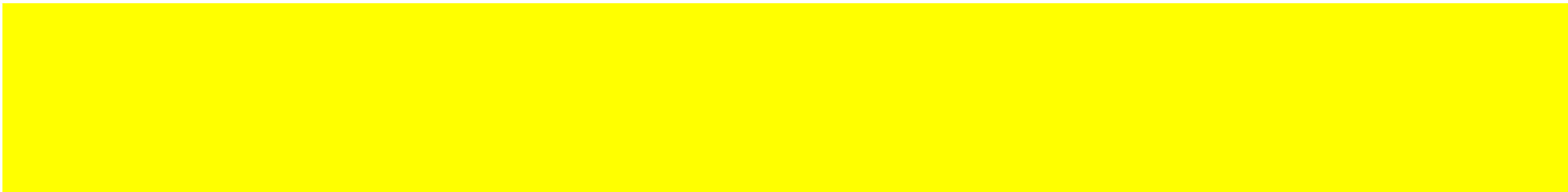














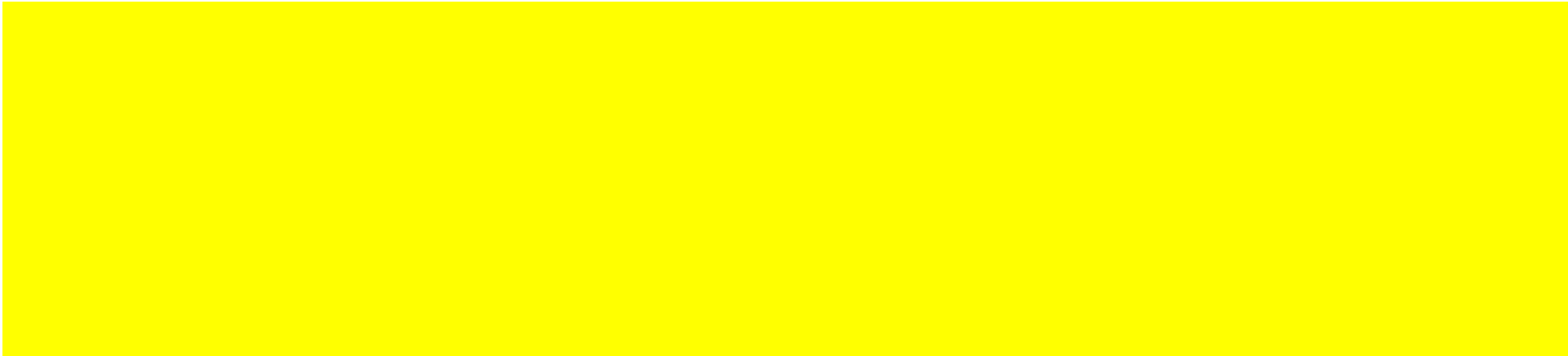
























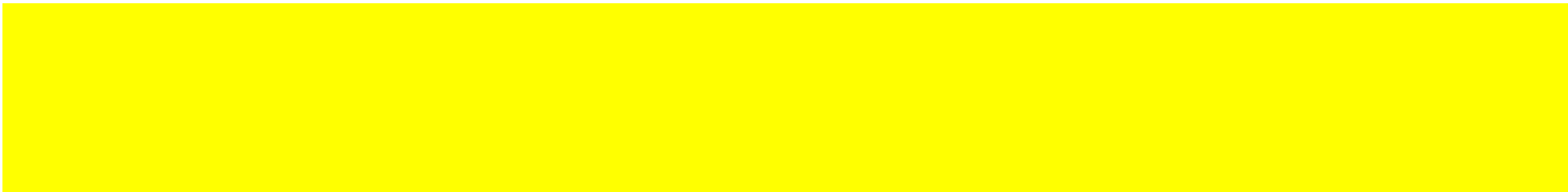














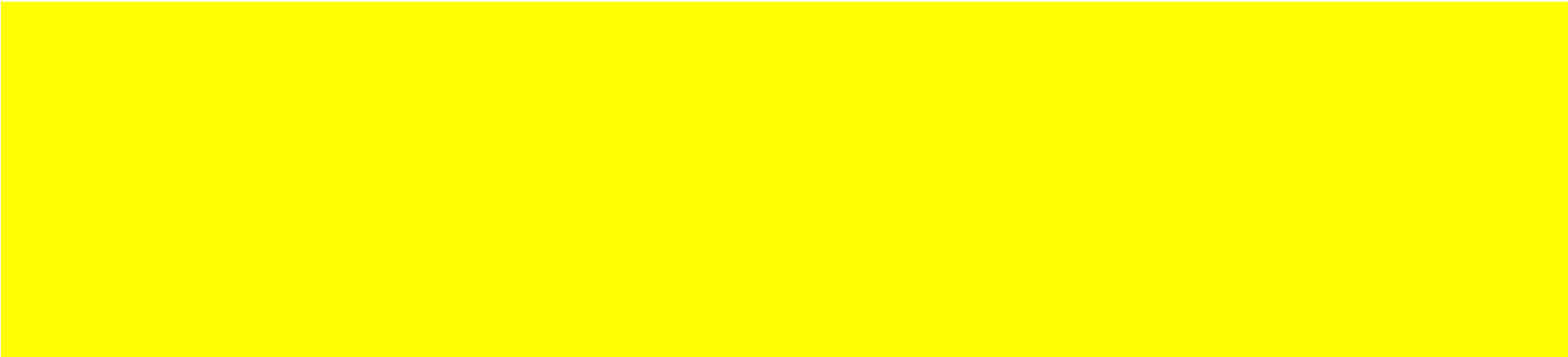




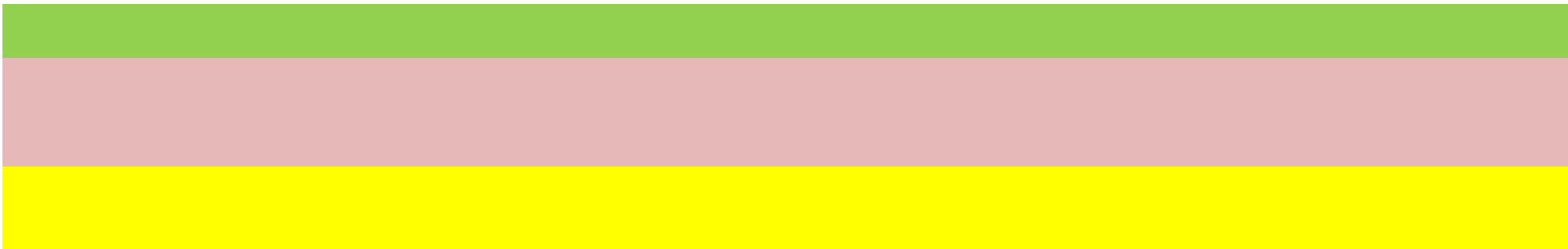




















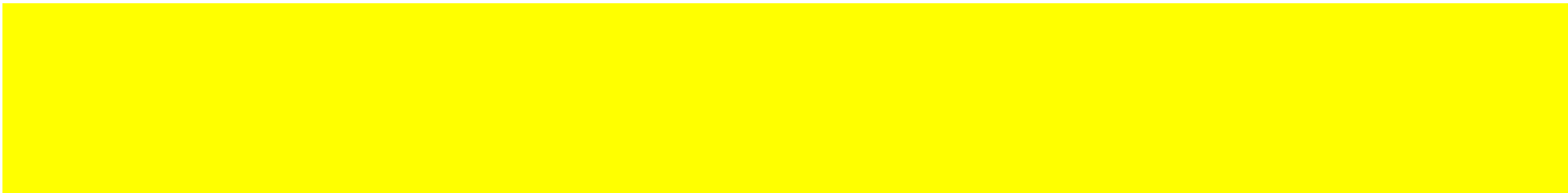




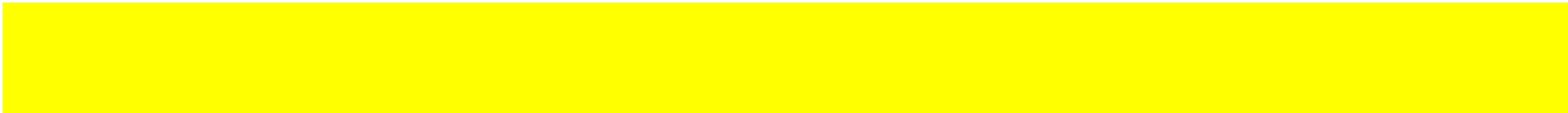




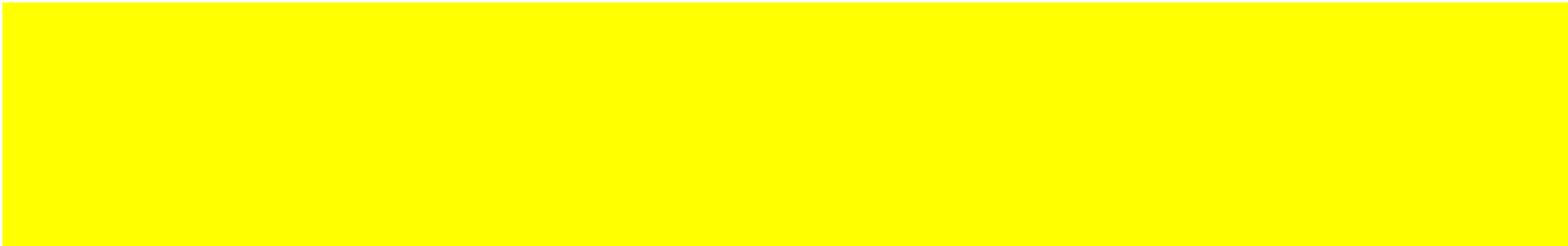






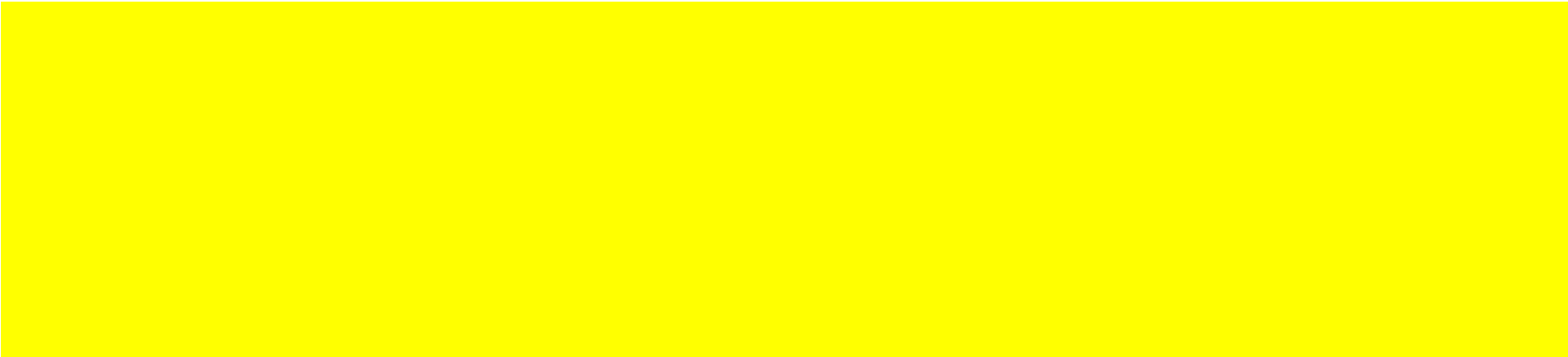












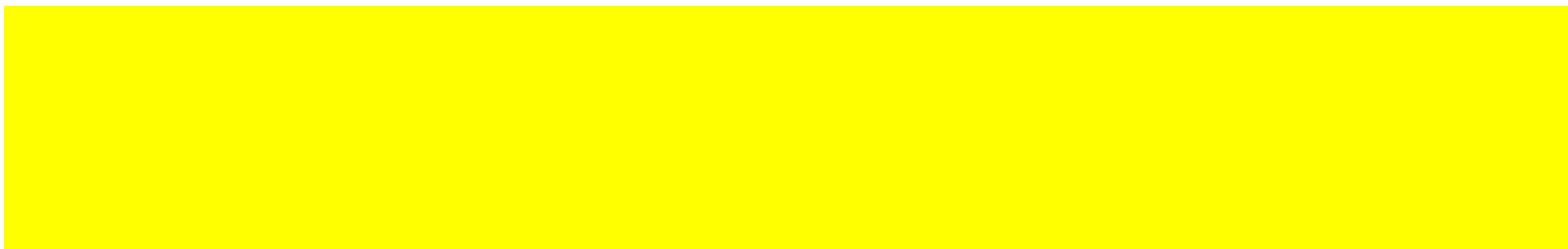












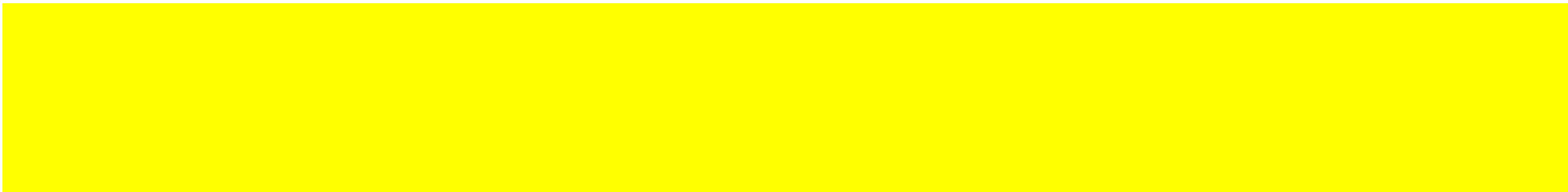








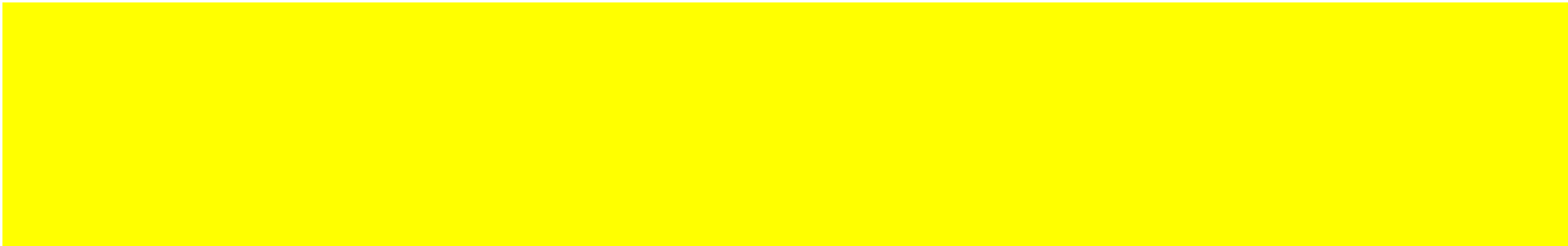






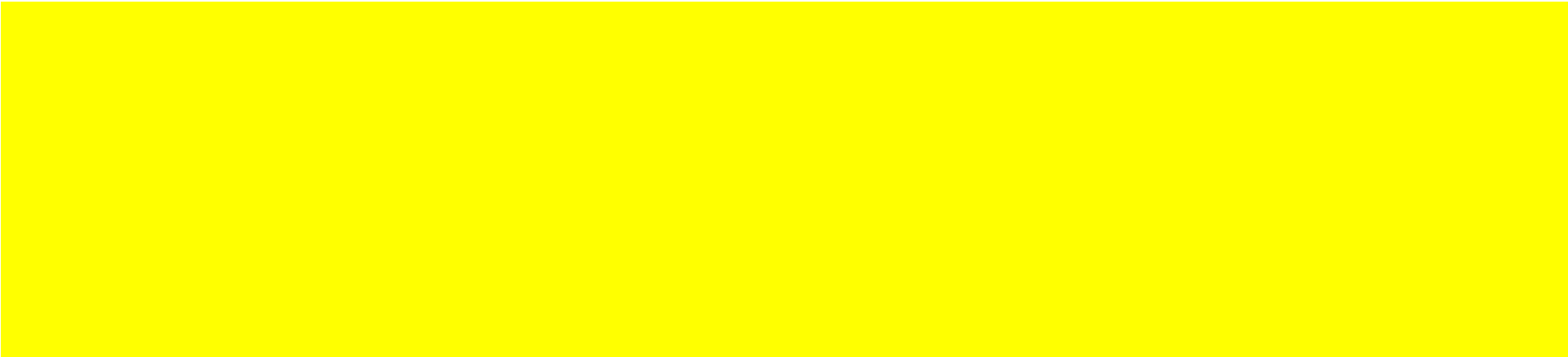
























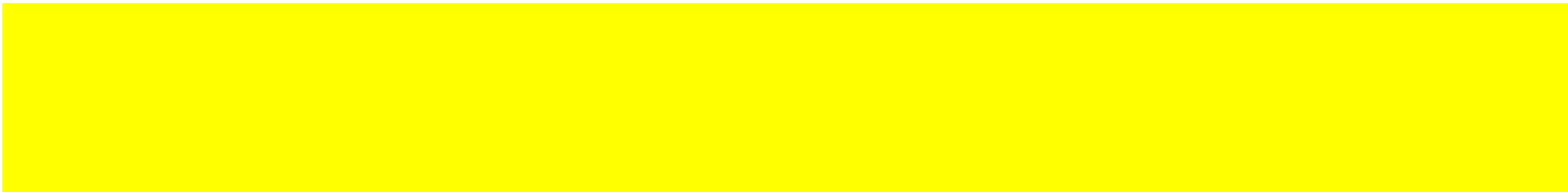








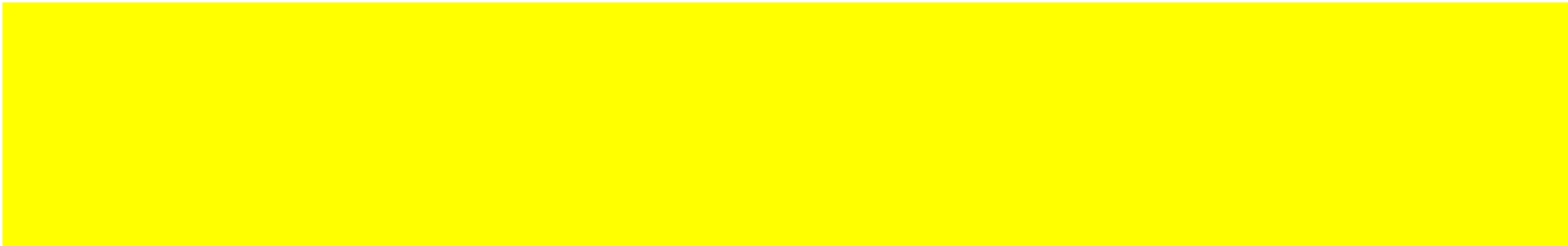






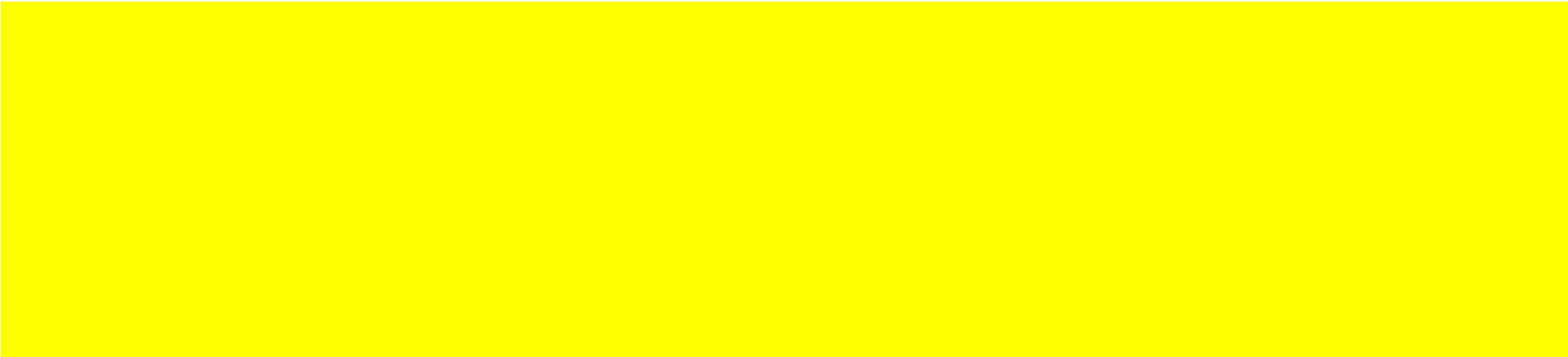
























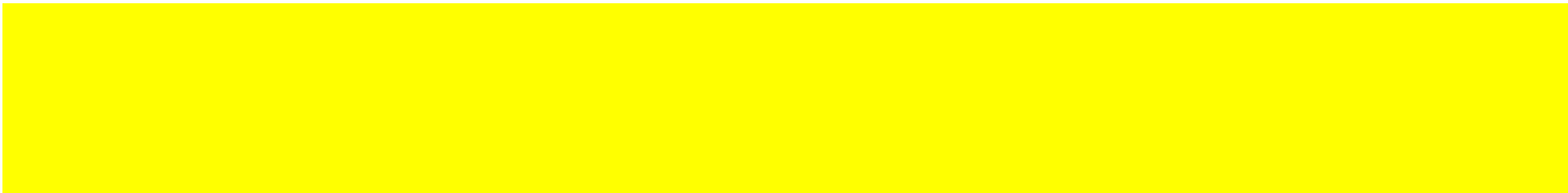














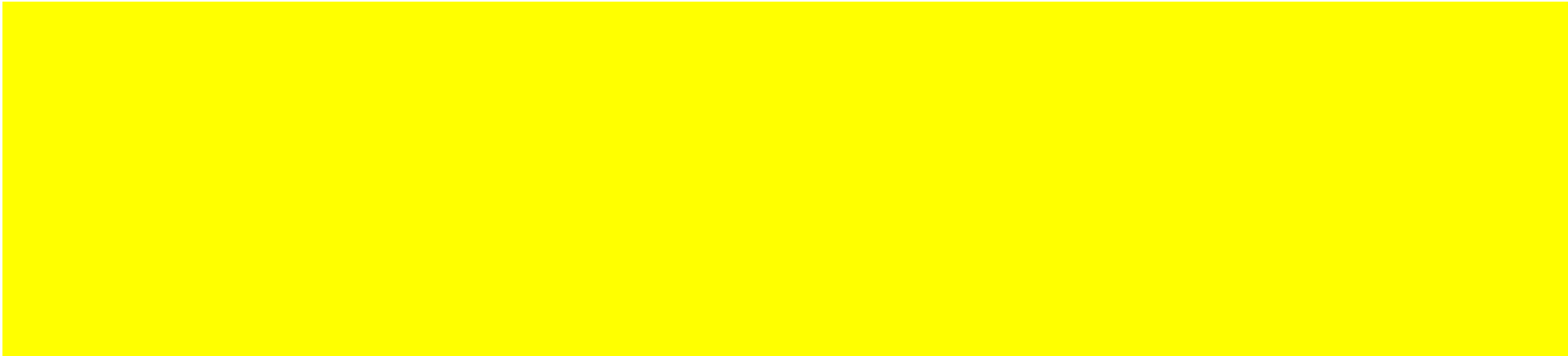
















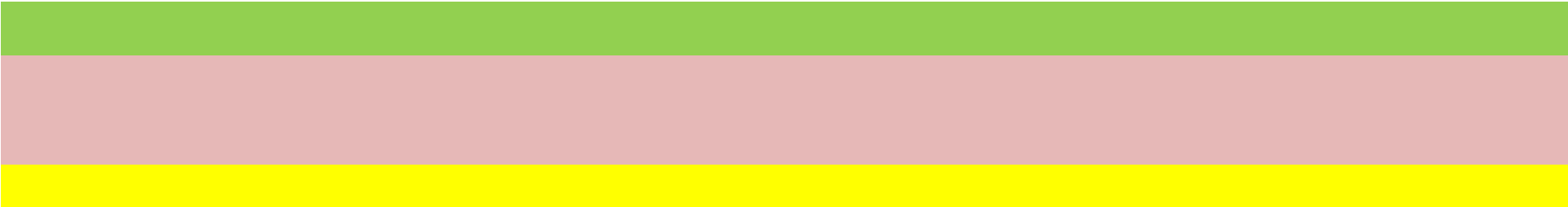








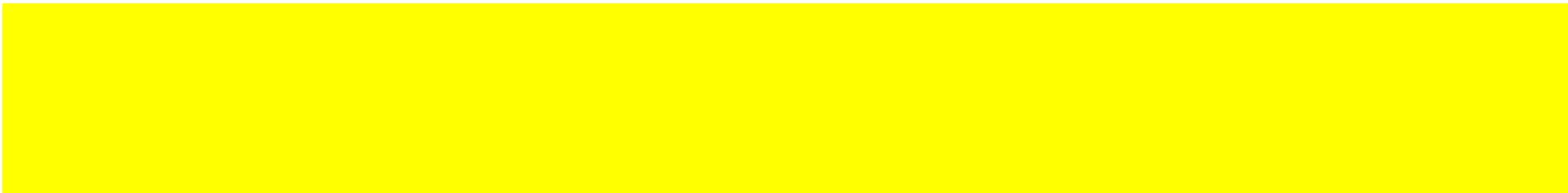














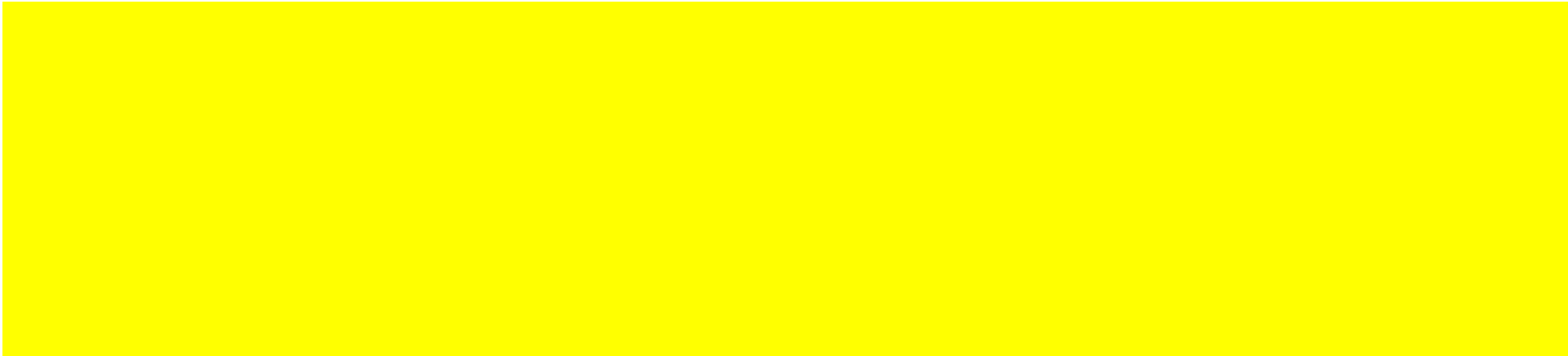




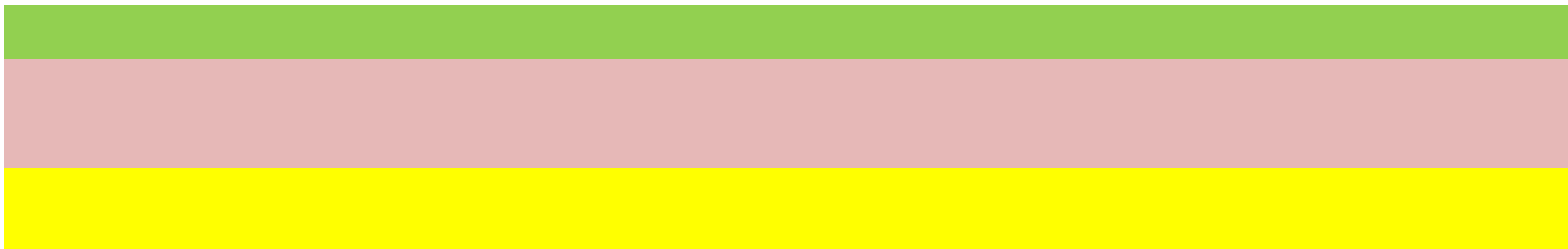




















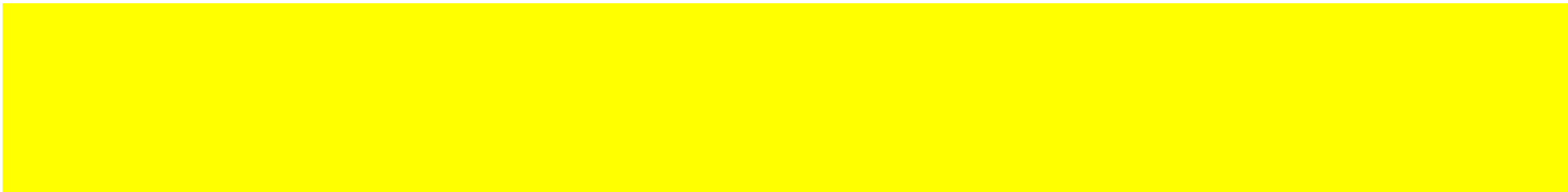








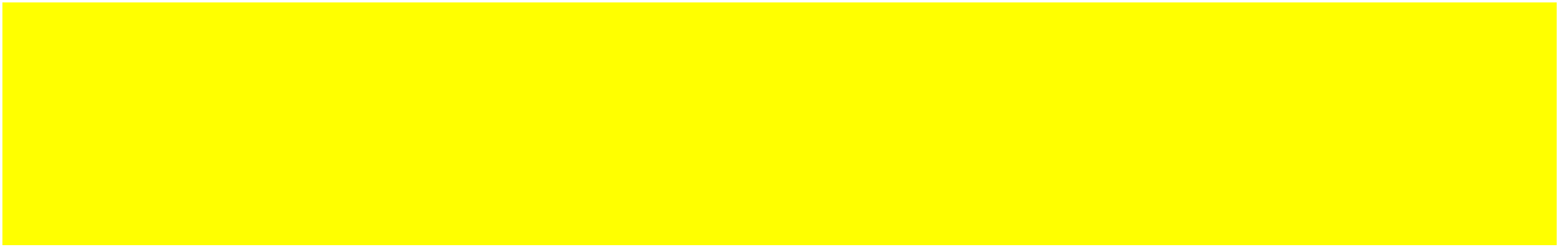






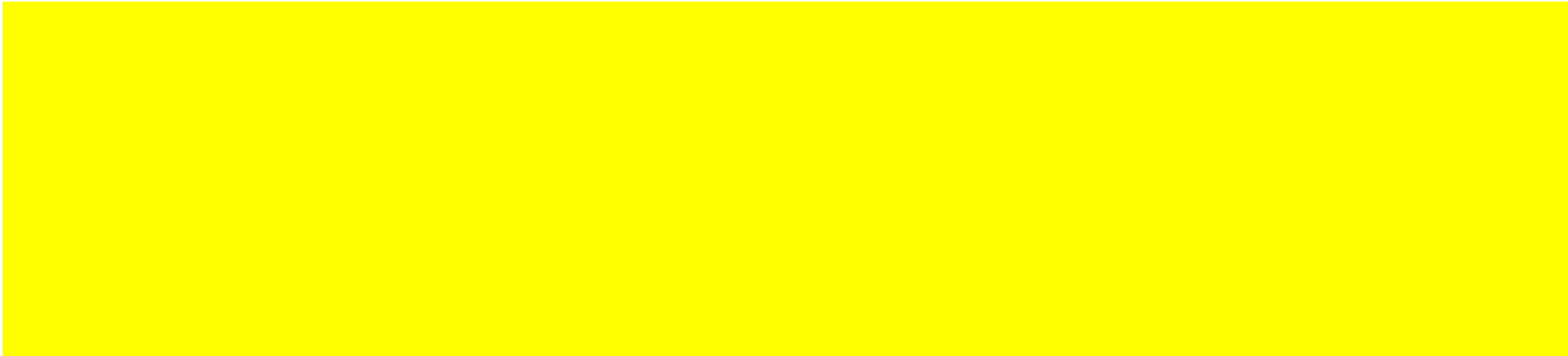


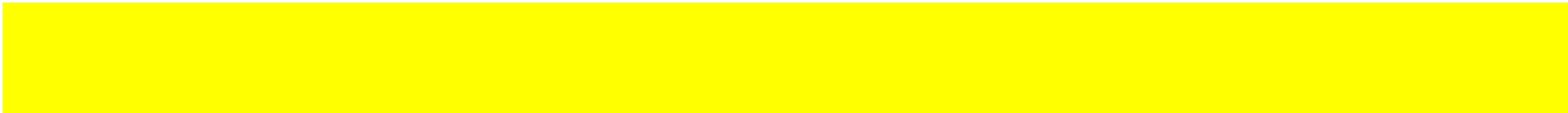






















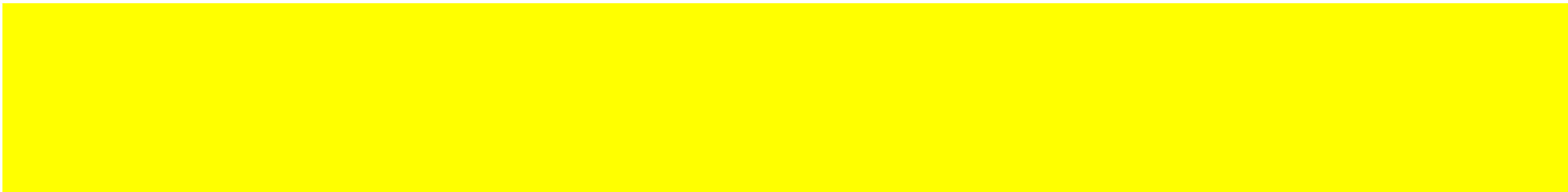














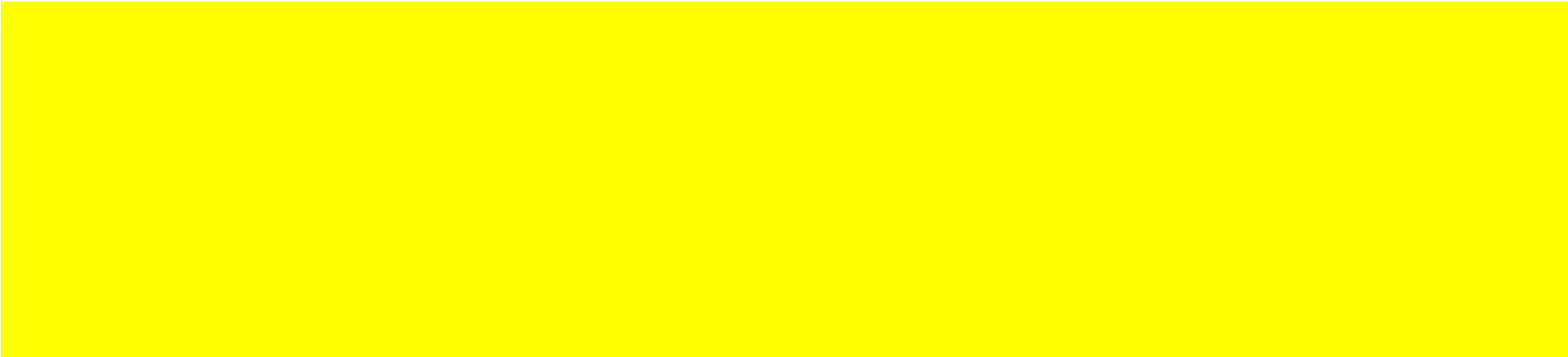
























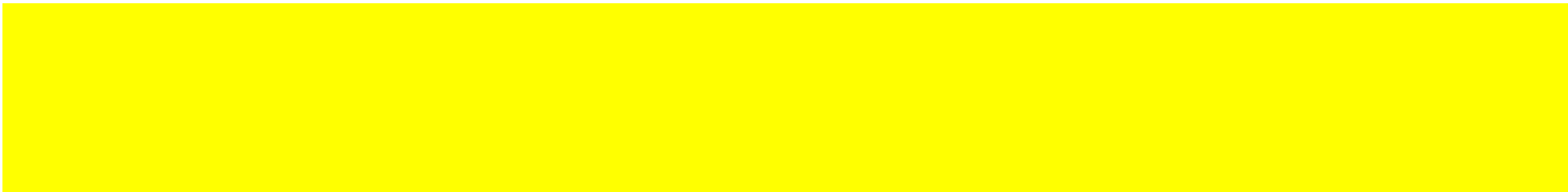














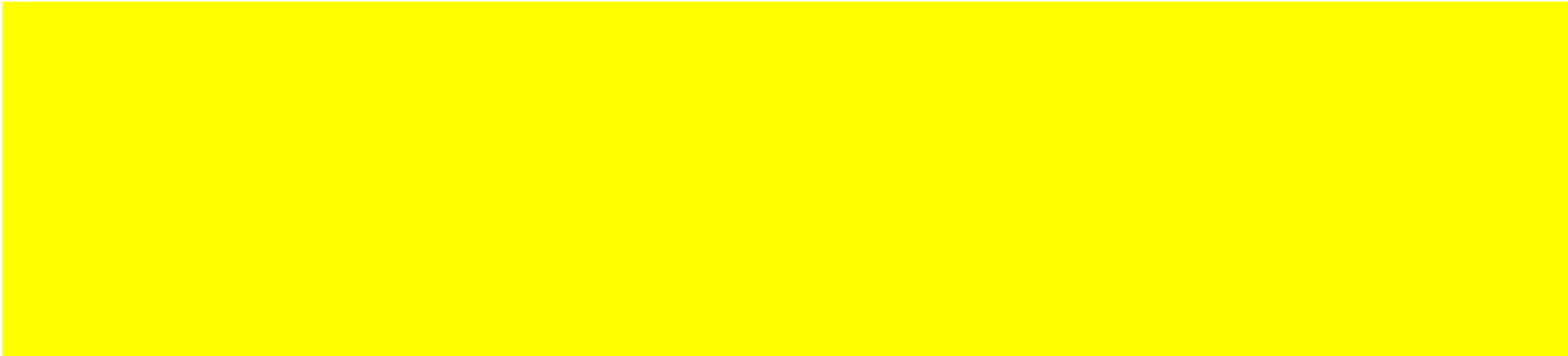
























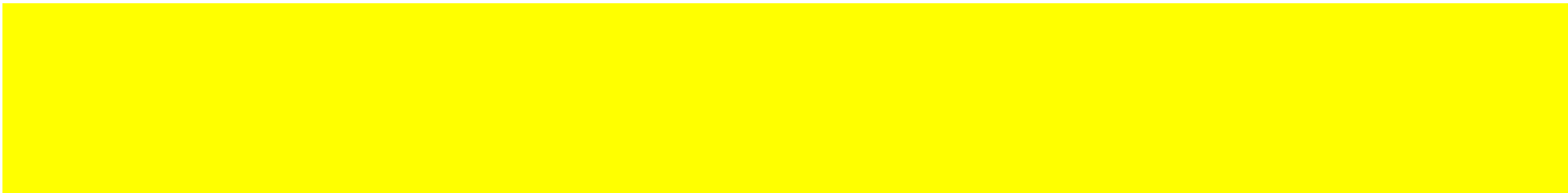




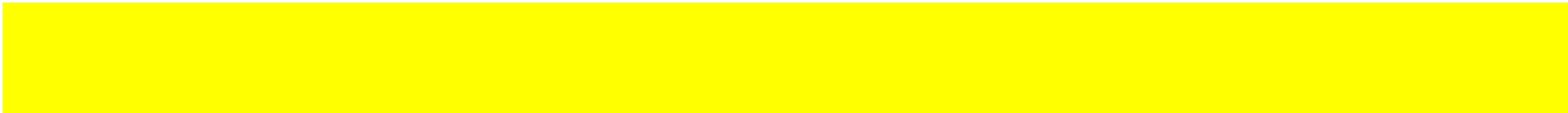


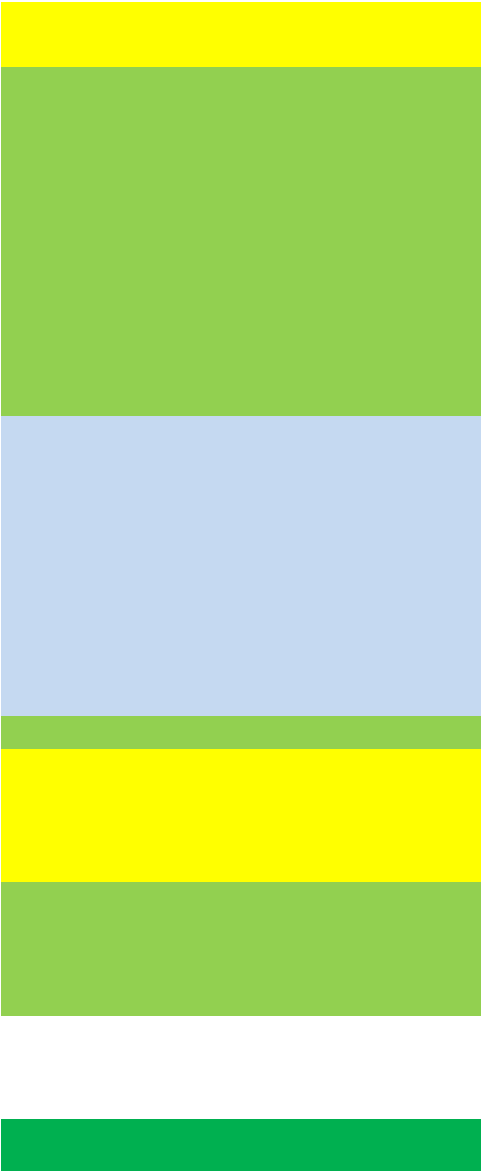


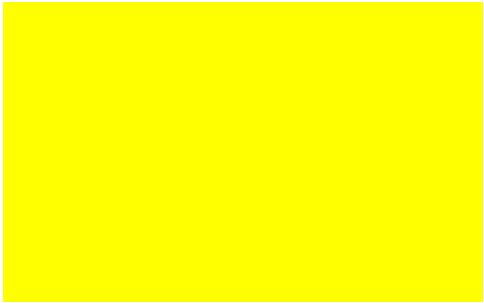


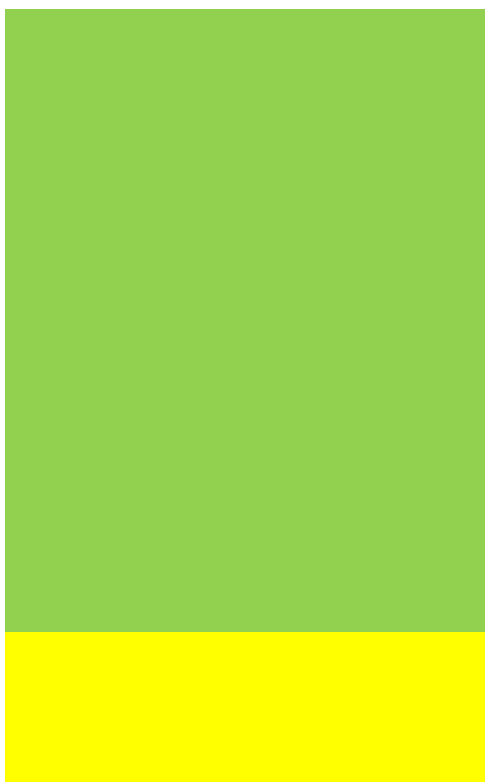




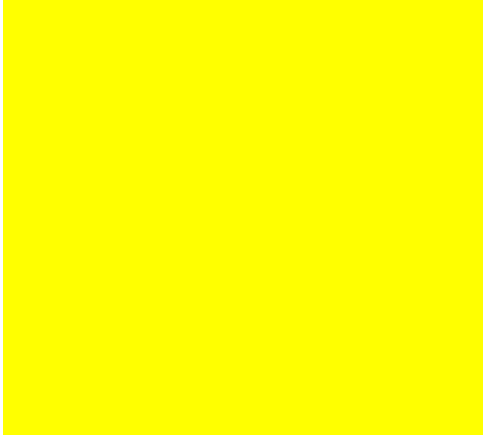




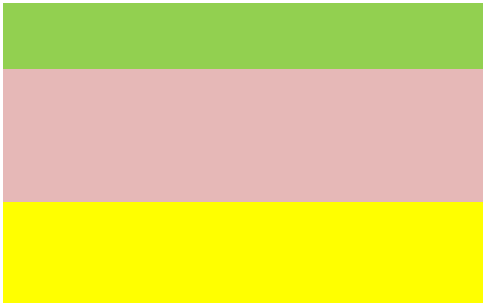






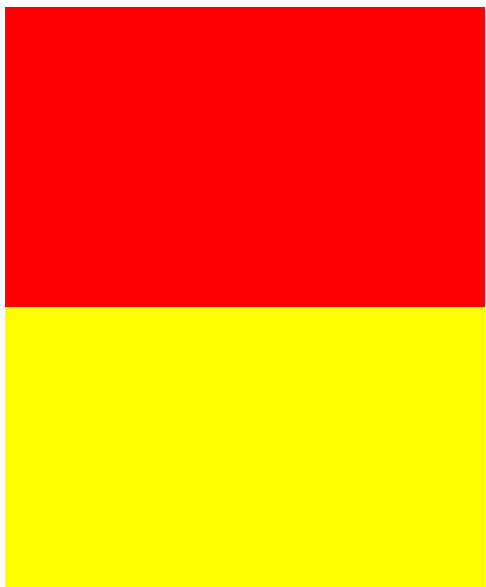














"Согласовано"

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания АО "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

А.К. Агапова

2022г

Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 1-3 лет с 7-12 часовым пребыванием

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	150/5	7.50	7.50	18.40	171.10	ТТК №4
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9.45	11.91	35.82	288.10	
Сок персиковый	125	0.50	0.30	13.00	51.90	№399Дели2010
Итого:	125	0.50	0.30	13.00	51.90	
	474	9.95	12.21	48.82	340.00	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	30	0.30	1.35	3.00	25.00	№31 Справочник Москва2003
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной с курицей	150/10/5	4.08	6.50	13.00	127.00	№73 Дели 2016
Котлеты рубленые из говядины	60	4.4	5.2	8.6	99	№299 Дели2016
Макароны отварные	110	4.10	3.00	25.00	143.40	№218 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0.10	0.10	10.20	42.10	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	535.00	14.48	16.45	74.10	502.50	
ПОЛДНИК						
Пицца с сыром	50	4.40	3.50	21.30	134.30	ТТК №1585 от 08.09.2021
Катык	110	3.00	2.70	4.50	54.30	№401Дели2010
Рагу с курицей	30/100	4.10	8.20	13.00	142.00	ТТК №63
Чай фруктовый	150/6	0.1	0.07	13.5	55	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	466.00	13.20	14.67	62.10	432.60	
ВСЕГО:	1476.00	37.63	43.33	185.02	1275.10	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/5	3.90	4.38	19.00	131.00	ТТК №7
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№397Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3Дели2010
Итого:	350	9.40	12.33	43.20	323.90	
Фрукты свежие	100	1.00	0.00	8.10	36.00	№ 368 Дели 2010

апельсин						
Итого:	100	1.00	0.00	8.10	36.00	
	450	10.40	12.33	51.30	359.90	
ОБЕД						
Салат из свеклы	30	0.36	1.50	2.50	24.00	№34, Дели2016
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	150/15	3.00	6.40	23.60	164.00	№38 Пермь2001
Биточки рубленые из рыбы	50	8.00	4.90	4.50	94.00	ТТК №3 Д
Пюре Картофельное	110	2.20	3.30	15.40	100.10	№137 Партнер 2014
Кисель	150			8.34	33.34	№284Партнер2014
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	535.00	15.06	16.40	68.64	481.44	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	2.60	5.50	5.00	79.00	
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Салат из моркови	30	0.60	0.05	3.00	14.00	№42 Дели2016г
Суфле из творога с молоком сгущенным	130/10	4.60	4.80	33.40	195.20	№365 сбшк 2004
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0.09	0.01	8.50	34.50	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	438	11.99	13.31	63.70	420.70	
ВСЕГО:	1423.00	37.45	42.04	183.64	1262.04	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	5.00	5.50	14.00	126.00	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	160/4	2.30	2.00	11.90	74.80	№394Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9.20	11.90	38.90	299.80	
Сок персиковый	125	0.80	0.20	12.00	60.00	399Дели2010
Итого:	125	0.80	0.20	12.00	60.00	
	475	10.00	12.10	50.90	359.80	
ОБЕД						
Морковь отварная	30	0.24	0.03	0.51	3.30	стр562,сб1996
Свекольник со сметаной	150/5	3.12	4.80	6.10	80.00	№35,сб.Пермь2001
Гуляш из индейки	40/40	6.20	7.50	17.80	162.00	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	110/2,5	4.00	3.20	17.70	116.00	№182,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	150	0.22	0.1	12.5	52	ТТК №12
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	557.5	15.28	15.91	68.91	478.90	
ПОЛДНИК						
Вак-балиш	50	5.00	6.00	29.60	186.00	Сб.рецептур татарской нац. кухни Казань1997
Ряженка	110	3.12	2.75	4.59	55.60	№401Дели2010
Рагу из овощей	110	1.90	5.00	11.60	99.00	

Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Итого:	454	11.67	13.96	60.01	405.60	
ВСЕГО:	1486.5	36.95	41.97	179.82	1244.30	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшѐнная молочная с маслом	150/5	5.80	4.50	16.20	128.00	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1.2	10	55	№395/Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3/Дели2010
Итого:	360	10.30	11.65	39.10	302.60	
Фрукты свежие груша	100	0.60	0.43	14.00	62.30	№ 368 Дели 2010
Итого:	100	0.60	0.43	14.00	62.30	
	460	10.90	12.08	53.10	364.90	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	30	0.50	2.00	3.00	26.00	ТТК№60
сметаной	150/10/5	4	6	6.3	93	№82 Дели 2016
Макаронник с мясом	130/2	9.00	8.30	29.20	227.50	№431(3),сб1996
Компот из сухофруктов	150	0.60	0.00	15.00	62.50	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	507	15.60	16.60	67.80	475.00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	1.50	1.00	14.20	70.00	
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Салат из моркови с яблоками	30	0.20	1.00	2.50	19.80	№41/Дели2016
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	130	6.00	8.50	24.00	196.00	№ 250 Дели 2016
Напиток шиповника	150/4	0.5	0.25	5.4	25.9	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	454	12.30	13.70	59.90	409.70	
ВСЕГО:	1421	38.80	42.38	180.80	1249.60	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	150/5	6	5	17.23	138	ТТК №1
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№397Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	9.90	11.60	41.53	310.30	
Сок вишневый	125	0.30	0.00	10.00	43.00	№399Дели2010
Итого:	125	0.30	0.00	10.00	43.00	
	470	10.20	11.60	51.53	353.30	

ОБЕД						
Салат из моркови	30	0.60	0.05	3.00	14.00	№42 Дели2016г
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	4.00	4.45	11.70	103.00	№88 Дели 2016
Плов из курицы	130	9.2	12.2	34	283	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	150	0.10	0.10	10.20	42.10	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	500	15.40	17.10	73.20	508.10	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	20	2.10	4.00	26.20	146.00	
Кефир	110	3.1	2.75	4.4	54.8	№401Дели2010
Омлет натуральный	130	6.00	6.50	15.00	142.50	№229 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Итого:	444	12.85	13.46	59.82	408.30	
ВСЕГО:	1419	38.45	42.16	184.55	1269.70	

ИТОГО за 1 неделю		7225.50	189.28	211.88	913.83	6300.74
		1445.1	37.856	42.376	182.766	1260.148

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	4.80	5.00	14.00	120.00	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	160/4	2.30	2.00	11.90	74.80	№394Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3Дели2010
Итого:	352	10.60	12.95	38.80	314.40	
Фрукты свежие яблоко	100	0.40	0.10	10.00	45.20	№386Дели2016
Итого:	100	0.40	0.10	10.00	45.20	
	452	11.00	13.05	48.80	359.60	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	30	0.30	1.35	3.00	25.00	№31 Справочник Москва2003
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками	150/10/10	2.80	3.00	18.10	110.00	
Биточки куриные "Солнышко"	50	6.40	9.00	5.20	127.00	
Макароны отварные	110	4.10	3.00	25.00	143.40	
Кисель	150			8.34	33.34	
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	540	15.10	16.65	73.94	504.74	
ПОЛДНИК						
Плюшка новомосковская	50	2.00	2.50	22.00	118.00	№184 "Партнер"г. Уфа2010
Ряженка	110	3.12	2.75	4.59	55.60	№401Дели2010
Рагу с индейкой	30/100	5.50	8.00	14.00	150.00	ТТК №62
Чай фруктовый	150/6	0.1	0.07	13.5	55	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	466	12.32	13.52	63.89	425.60	

ВСЕГО:	1358	38.42	43.22	186.63	1289.94	
--------	------	-------	-------	--------	---------	--

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	150/5	7.50	7.50	18.40	171.10	ТТК №4
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1.2	10	55	№395/Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	357	10.40	13.10	41.40	325.10	
Сок яблочный	125	0.40	0.00	10.00	35.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.40	0.00	10.00	35.00	
	482	10.80	13.10	51.40	360.10	
ОБЕД						
Огурцы соленые	30	0.24	0.03	0.51	3.30	стр563,сб1996
Борщ со свежей капустой, картофелем,с мясными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	2.10	4.30	9.70	86.00	№63 Дели 2016
Биточки рубленные из рыбы	50	8.00	4.90	4.50	94.00	ТТК №3 Д
Рис отварной	110	2.87	5.75	29.62	181.75	№201 Пермь 2001
Компот из замороженных ягод	150	0.22	0.1	12.5	52	ТТК №12
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	535	14.93	15.36	71.13	482.65	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	1.60	1.45	16.60	83.00	
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	№419 Дели2016
Салат из моркови с яблоками	30	0.20	1.00	2.50	19.80	№41/Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/10	6.00	8.00	22.50	186.00	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0.09	0.01	8.50	34.50	№393/Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	468	11.99	13.41	63.90	421.30	
ВСЕГО:	1485	37.72	41.87	186.43	1264.05	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшѐнная молочная с маслом	150/5	5.80	4.50	16.20	128.00	ТТК №6
Какао с молоком	160	2.00	2.20	11.30	73.30	№397/Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3/Дели2010
Итого:	350	11.30	12.65	40.40	320.90	
Фрукты свежие яблоко	100	0.40	0.10	10.00	45.20	№386/Дели2016
Итого:	100	0.40	0.10	10.00	45.20	
	450	11.70	12.75	50.40	366.10	
ОБЕД						
Салат из свеклы	30	0.36	1.50	2.50	24.00	№34, Дели2016

Суп крестьянский с курицей, сметаной	150/10/5	4	5.00	12.30	110	№62"Партнер"2014
Запеканка картофельная с мясом	130/15	8.00	10.20	25.00	223.00	№291 Дели2010
Компот из сухофруктов	150	0.60	0.00	15.00	62.50	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	520	14.46	17.00	69.10	485.50	
ПОЛДНИК						
Шафран с яблоками	40	2.05	3	18	107	Сб.нац блюдо 1996,акт 20
Катык	110	3.12	2.75	2.50	47.20	№401/Дели2010
Гречка с фаршем и овощами	130	5.50	7.50	27.00	197.00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Итого:	464	12.32	13.46	61.72	416.20	
ВСЕГО:	1434	38.48	43.21	181.22	1267.80	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	150	8.20	8.00	16.20	169.00	№100 Дели2016
Чай с сахаром	160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	№1 Дели2010
Итого:	350	10.15	12.41	33.62	286.00	
Сок яблоко-вишня	125	0.75	0.20	15.00	64.00	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.75	0.20	15.00	64.00	
	469	10.90	12.61	48.62	350.00	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	30	0.60	2.00	3.00	26.00	ТТК№60
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б	150/5	2.50	3.50	10.70	83.00	№73 Дели 2016
Плов из отварной говядины	130	10.00	10.00	28.00	242.00	№108"Партнер"2014
Компот из свежих яблок	150	0.10	0.10	10.20	42.10	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
Итого:	495	14.70	15.90	66.20	459.10	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	0.10	1.55	11.20	58.00	№419 Дели2016 №42 Дели2016г № 322 С6 Самара 2013г ТТК № 59
Молоко кипяченое	110	2.50	2.75	4.00	51.00	
Салат из моркови	30	0.60	0.05	3.00	14.00	
Запеканка из творога с крошкой	130	6.80	8.60	30.00	225.00	
Напиток шиповника	150/4	0.5	0.25	5.4	25.9	
Хлеб пшеничный 1с	20	1.6	0.2	9.8	47	
Итого:	454	12.10	13.40	63.40	420.90	
ВСЕГО:	1424	37.70	41.91	178.22	1230.00	

День 10 - ый

Прием пищи	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры
------------	-------	----------------------	--	--	----------------	-------------

Наименование блюд		количество блюда	составляющие			ценность	
			белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная с маслом		150/5	5.30	4.80	12.10	112.00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком		165/7	1	1.2	10	55	№395/Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом		25/5/3	3.50	5.95	12.90	119.60	№3/Дели2010
Итого:		360.00	9.80	11.95	35.00	286.60	
Фрукты свежие яблоко зеленое		100	0.36	0.36	10.00	44.70	№399/Дели2010
Итого:		100	0.36	0.36	10.00	44.70	
		460	10.16	12.31	45.00	331.30	
ОБЕД							
Салат из моркови с яблоками		30	0.20	1.00	2.50	19.80	№41/Дели2016
Суп-лапша домашняя с курицей		150/10	4.00	3.00	10.70	85.80	№86/Дели2010
Котлеты "Аппетитные"		50	4.50	5.40	12.50	117.00	ТТК №7Д
Каша перловая с овощами		110/3	4.13	6.30	21.10	157.60	№180, Дели 2016
Компот из замороженных ягод		150	0.22	0.1	12.5	52	ТТК №12
Хлеб сельский		30	1.5	0.3	14.3	65.9	
Итого:		533	14.55	16.08	73.60	497.70	
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия печенье		20	1.50	3.90	29.00	158.00	
Кефир		110	3.1	2.75	4.4	54.8	№401/Дели2010
Омлет натуральный		130	6.00	6.50	15.00	142.50	№229 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с		20	1.6	0.2	9.8	47	
Чай с сахаром		160/4	0.05	0.01	4.42	18.00	№ 411 Дели2016
Итого:		444	12.25	13.36	62.62	420.30	
ВСЕГО:		1437.00	36.96	41.75	181.22	1249.30	
ИТОГО за 10 дней		14363.5	378.56	423.84	1827.55	12601.83	
ИТОГО за 2 неделю		7138.00	189.28	211.96	913.72	6301.09	
		1427.6	37.856	42.392	182.744	1260.218	

распределение Б,Ж,У от калорийности, %

11.98 30.18 57.84 100.00

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ

2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные

по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.

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

3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных

учреждений, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

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

3.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.

интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленные в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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

**Калорийность в разрезе
ДОУ от 1 до 3 лет**

с отклонениями		35,9-37,8-39,7	40,18-42,3-44,4	173,56-182,7-191,8	1197-1260-1323
90%		37.80	42.3	182.7	1260
	Объемы порций	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетическая ценность
1	1476.00	37.63	43.33	185.02	1275.10
2	1423.00	37.45	42.04	183.64	1262.04
3	1486.50	36.95	41.97	179.82	1244.30
4	1421.00	38.80	42.38	180.80	1249.60
5	1419.00	38.45	42.16	184.55	1269.70
6	1358.00	38.42	43.22	186.63	1289.94
7	1485.00	37.72	41.87	186.43	1264.05
8	1434.00	38.48	43.21	181.22	1267.80
9	1424.00	37.70	41.91	178.22	1230.00
10	1437.00	36.96	41.75	181.22	1249.30
Всего	14363.50	378.56	423.84	1827.55	12601.83
В среднем	1436.35	37.86	42.38	182.76	1260.18

**Калорийность
ДОУ от 3 до 7 лет**

с отклонениями		46,17-48,6-51,03	51,3-54-56,7	223,154-234,9-246,644	1539-1620-1701
90%		48.6	54	234.9	1620
	Объемы порций	Белки	Жиры	Угл-ды	Энергетическая ценность
1	1787.50	47.11	53.75	238.39	1628.08
2	1770.50	50.25	54.52	231.33	1616.14
3	1779.50	47.10	53.20	229.84	1583.93
4	1723.50	49.75	54.84	237.28	1645.00
5	1685.50	48.86	54.14	237.74	1628.58
6	1772.50	48.53	55.97	239.00	1654.20
7	1795.50	48.73	53.24	239.44	1627.00
8	1720.50	48.83	56.43	236.00	1640.98
9	1726.50	49.41	53.14	226.49	1576.15
10	1709.50	47.55	53.78	233.97	1601.86
Всего	17471.00	486.10	543.03	2349.48	16201.92
В среднем	1747.10	48.61	54.30	234.95	1620.19

Примечание: расход хлеба пшеничного с учетом расхода сухарей панировочных

[illegible]

Section 1: General Information									
Section 2: Financial Data									
Section 3: Operational Metrics									
Section 4: Compliance & Risk									
Section 5: Management & Governance									
Section 6: Environmental & Social Impact									
Section 7: Future Outlook & Recommendations									
Section 8: Appendix									
Section 9: Glossary									
Section 10: Index									
Section 11: Additional Information									
Section 12: Contact Details									
Section 13: Acknowledgments									
Section 14: Disclaimer									
Section 15: Final Remarks									
Section 16: Revision History									
Section 17: Approval Signatures									
Section 18: Distribution List									
Section 19: Document Control									
Section 20: Change Log									
Section 21: Version Control									
Section 22: Document Status									
Section 23: Document History									
Section 24: Document Approval									
Section 25: Document Distribution									
Section 26: Document Archiving									
Section 27: Document Retention									
Section 28: Document Disposal									
Section 29: Document Security									
Section 30: Document Access									
Section 31: Document Audit									
Section 32: Document Review									
Section 33: Document Update									
Section 34: Document Versioning									
Section 35: Document Lifecycle									
Section 36: Document Management									
Section 37: Document Control									
Section 38: Document Approval									
Section 39: Document Distribution									
Section 40: Document Archiving									
Section 41: Document Retention									
Section 42: Document Disposal									
Section 43: Document Security									
Section 44: Document Access									
Section 45: Document Audit									
Section 46: Document Review									
Section 47: Document Update									
Section 48: Document Versioning									
Section 49: Document Lifecycle									
Section 50: Document Management									
Section 51: Document Control									
Section 52: Document Approval									
Section 53: Document Distribution									
Section 54: Document Archiving									
Section 55: Document Retention									
Section 56: Document Disposal									
Section 57: Document Security									
Section 58: Document Access									
Section 59: Document Audit									
Section 60: Document Review									
Section 61: Document Update									
Section 62: Document Versioning									
Section 63: Document Lifecycle									
Section 64: Document Management									
Section 65: Document Control									
Section 66: Document Approval									
Section 67: Document Distribution									
Section 68: Document Archiving									
Section 69: Document Retention									
Section 70: Document Disposal									
Section 71: Document Security									
Section 72: Document Access									
Section 73: Document Audit									
Section 74: Document Review									
Section 75: Document Update									
Section 76: Document Versioning									
Section 77: Document Lifecycle									
Section 78: Document Management									
Section 79: Document Control									
Section 80: Document Approval									
Section 81: Document Distribution									
Section 82: Document Archiving									
Section 83: Document Retention									
Section 84: Document Disposal									
Section 85: Document Security									
Section 86: Document Access									
Section 87: Document Audit									
Section 88: Document Review									
Section 89: Document Update									
Section 90: Document Versioning									
Section 91: Document Lifecycle									
Section 92: Document Management									
Section 93: Document Control									
Section 94: Document Approval									
Section 95: Document Distribution									
Section 96: Document Archiving									
Section 97: Document Retention									
Section 98: Document Disposal									
Section 99: Document Security									
Section 100: Document Access									
Section 101: Document Audit									
Section 102: Document Review									
Section 103: Document Update									
Section 104: Document Versioning									
Section 105: Document Lifecycle									
Section 106: Document Management									
Section 107: Document Control									
Section 108: Document Approval									
Section 109: Document Distribution									
Section 110: Document Archiving									
Section 111: Document Retention									
Section 112: Document Disposal									
Section 113: Document Security									
Section 114: Document Access									
Section 115: Document Audit									
Section 116: Document Review									
Section 117: Document Update									
Section 118: Document Versioning									
Section 119: Document Lifecycle									
Section 120: Document Management									
Section 121: Document Control									
Section 122: Document Approval									
Section 123: Document Distribution									
Section 124: Document Archiving									
Section 125: Document Retention									

Расход продуктов ДОУ											Итого	Норма	Отклон.	Отклон. %	
Наименов. прод.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	коп-во	Зачеи			
Свар	23.73	33.10	18.00	30.00	21.00	24.00	30.70	24.46	31.00	21.00	287.63	28.76	270	-2.4	-8.88
Заправка	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.35	0.45	0.45	0.45	1.20	0.62	0.4	-0.2	-3.70
Ябло	1.70	23.64	2.96	13.40	108.00	4.90	18.00	2.73	10.50	112.00	794.51	23.68	300	-9.3	-3.66
Дрожжи сухие	0.25	0.00	0.25	0.00	0.00	0.30	0.00	0.30	0.00	0.00	1.10	0.11	0.0	0.0	0.00
Варен кармаш	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	300.00	30.00	0		
Хлеб пшеничный 1с	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	230.00	23.00	0		
Хлеб цельнозерн	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	37.60	376.00	37.60	376	0.0	0.00
Мука пшеничная	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	23.00	230.00	23.00	0		
Восполь-концентрат	0.00	21.00	0.00	0.00	0.00	21.00	0.00	0.00	0.00	0.00	43.30	4.32	0		
Макаронные изделия	40.00	0.00	0.00	0.00	0.00	40.00	0.00	0.00	0.00	0.00	81.00	8.10	80	1.0	1.11
Вермишель	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	40.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14.00	0.00	0		
Карта рисовая	0.00	10.00	0.00	10.00	0.00	0.00	40.00	0.00	0.00	0.00	10.00	1.00	0		
Карта кукурузная	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Карта манис	20.00	13.15	0.00	0.00	0.00	0.00	30.75	0.00	0.00	0.00	63.90	6.39	0		
Горох	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.00	2.00	0		
Карта пшеница	0.00	11.00	0.00	30.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	72.00	7.20	0		
Карта гречневая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Полба	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	2.50	0		
Карта перловая	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	25.00	2.50	0		
Карта пшеничная	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	25.00	0.00	0.00	0.00	0.00	63.90	6.39	0		
Карта пшеничная	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Карта пшеничная	0.00	0.00	32.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	37.00	3.70	0		
Картофель	112.00	151.80	76.10	60.00	60.00	128.00	16.00	163.00	24.00	0.00	790.70	79.07	779	20.7	2.60
Морковь	10.20	58.00	23.20	56.34	72.30	36.70	34.60	22.50	89.70	81.00	444.14	44.41	0		
Лук репчатый	11.00	22.00	25.10	16.00	16.00	119.00	22.00	25.60	17.00	11.00	177.70	17.77	0		
Салата	33.30	47.00	31.00	28.40	0.00	33.30	32.00	47.00	0.00	0.00	423.00	42.30	0		
Картошка сваяна	40.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	16.00	24.00	40.00	0.00	177.20	17.72	0		
Мяк кабачковая	0.00	0.00	30.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	160.00	16.00	0		
Суперы соевые	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	50.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Помидоры свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Суперы сваяна	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Пюре	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Томат-паста	0.00	0.00	4.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Масло сливочное	14.01	12.00	22.10	17.30	14.00	16.00	19.00	12.40	24.00	16.00	158.31	15.83	158	0.3	0.19
Масло растительное	17.15	0.00	14.00	12.10	8.40	15.70	8.50	14.70	11.00	0.00	111.80	11.18	110	1.0	1.68
Фрукты свежие	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Яблоко	40.00	0.00	0.00	21.00	36.00	13.30	21.00	14.00	36.00	21.00	213.00	21.30	0		
Лимон	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	22.00	0.00	0.00	0.00	22.00	2.20	0		
Ягодная смесь зам.	0.00	0.00	22.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	22.00	40.00	4.00	0		
Сок	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00	125.00	0.00	425.00	42.50	0		
Морган	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Суперфрукты	0.00	0.00	0.00	18.00	0.00	0.00	0.00	18.00	0.00	0.00	36.00	3.60	0		
Укроп	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14.00	1.40	0		
Имбир	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Шоколадные порошки	0.00	0.00	0.00	2.70	0.00	0.00	0.00	2.70	0.00	0.00	1.40	0.14	0		
Минерал	176.00	358.30	178.40	316.40	220.00	172.00	352.40	260.00	262.40	220.00	1514.14	151.41	0		
Варен	0.00	0.00	0.00	0.00	120.00	0.00	0.00	0.00	120.00	0.00	240.00	24.00	0		
Рисовая	0.00	0.00	120.00	0.00	0.00	120.00	0.00	0.00	0.00	0.00	240.00	24.00	0		
Бататы	120.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	120.00	0.00	0.00	480.00	48.00	0		
Минерал сушеное	0.00	20.00	0.00	20.00	0.00	0.00	20.00	0.00	0.00	0.00	40.00	4.00	0		
Салата	17.35	14.28	15.00	8.50	0.00	0.00	11.00	10.00	0.00	0.00	82.50	8.25	82	0.0	0.04
Гарош	0.00	107.14	0.00	99.80	0.00	0.00	138.00	0.00	83.75	0.00	425.14	42.51	0		
Горошина	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Фрукты из говядины	31.90	17.10	18.75	53.70	17.10	17.10	17.10	111.00	0.00	41.75	244.40	24.44	0		
Цыпленок	119.07	0.00	0.00	33.85	104.84	84.62	0.00	33.85	0.00	81.38	464.40	46.44	0		
Мяк кабачковая	0.00	0.00	32.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	160.00	16.00	0		
Фрукты из говядины	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Сыр	21.30	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	47.30	4.73	0		
Лимон из говядины	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Бататный напиток	0.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	7.00	0.70	0		
Каша-порошок	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	4.00	0.40	0		
Минерал	0.00	0.00	0.00	20.00	30.00	10.00	0.00	20.00	30.00	10.00	160.00	16.00	0		
Гарош	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	20.00	2.00	0		
Соль	4.60	3.80	5.00	3.70	3.90	4.60	5.10	5.30	4.50	4.30	44.00	4.40	0		
Минерал	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	0.00	26.00	2.60	0		
Суперы пшеничные	7.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	11.00	2.00	0.00	0.00	36.00	3.60	0		
Натрий антацидный	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Картофель	107.00	253.17	127.00	100.20	100.20	212.70	26.72	222.21	40.08	0.00	1329.10	132.91	0		
Минерал	23.53	77.14	0.00	33.85	104.84	84.62	0.00	33.85	0.00	81.38	464.40	46.44	0		
Гарош	0.00	108.28	0.00	99.80	0.00	0.00	140.00	0.00	83.00	0.00	433.00	43.30	0		
Горошина	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Фрукты из говядины	31.90	17.10	18.75	53.70	17.10	17.10	17.10	111.00	0.00	41.75	244.40	24.44	0		
Цыпленок	119.07	0.00	0.00	33.85	104.84	84.62	0.00	33.85	0.00	81.38	464.40	46.44	0		
Мяк кабачковая	0.00	0.00	32.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	160.00	16.00	0		
Фрукты из говядины	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Сыр	21.30	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	0.00	7.14	47.30	4.73	0		
Лимон из говядины	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Бататный напиток	0.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	7.00	0.70	0		
Каша-порошок	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	2.00	0.00	0.00	4.00	0.40	0		
Минерал	0.00	0.00	0.00	20.00	30.00	10.00	0.00	20.00	30.00	10.00	160.00	16.00	0		
Гарош	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	20.00	2.00	0		
Соль	4.60	3.80	5.00	3.70	3.90	4.60	5.10	5.30	4.50	4.30	44.00	4.40	0		
Минерал	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0		
Суперы пшеничные	7.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	11.00	2.00	0.00	0.00	36.00	3.60	0		
Натрий ант															

Заместитель генерального директора по организации
питания АО "Департамент продовольствия и социального
питания г. Казани"

2022Г

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10.00	10.00	24.50	228.00	ТТК №4
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	425	12.36	14.52	44.89	359.38	
Сок абрикосовый	125	0.60	0.06	22.00	90.90	№418Дели2016
Итого:	125	0.60	0.06	22.00	90.90	
	550	12.96	14.58	66.89	450.28	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	50	0.50	2.25	6.00	46.00	№31 Справочник Москва2003
Щи со свежей капустой, картофелем, с курицей и сметаной	200/15/5	4.60	8.00	17.00	158.50	№73 Дели 2016
Котлеты рубленые из говядины	70	6.2	7.3	12	138.5	№299 Дели2016
Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.20	№218 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	687.5	18.00	21.65	94.20	643.20	
ПОЛДНИК						
Пицца с сыром	60	5.40	4.20	28.00	174.50	ТТК №1585 от 08.09.2021
Катык	120	3.77	3	5	62.1	№401Дели2010
Рагу с курицей	40/120	5.00	10.00	16.00	174.00	ТТК №63
Чай фруктовый	180/7	0.18	0.09	17.00	69.50	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	550	16.15	17.52	77.30	534.60	
ВСЕГО:	1787.5	47.11	53.75	238.39	1628.08	

День 2-ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						

Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5.20	5.80	25.20	173.80	ТТК №7
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	425	12.42	15.58	54.21	407.10	
Фрукты свежие апельсин	100	1.00	0.00	8.10	36.40	№ 368 Дели 2010
Итого:	100	1.00	0.00	8.10	36.40	
	525	13.42	15.58	62.31	443.50	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0.60	2.50	4.20	42.00	№34, Дели2016
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/15	3.91	7.80	25.60	188.24	№38 Пермь2001
Биточки рубленые из рыбы	70	9.75	5.00	4.15	100.60	ТТК №3Д
Пюре Картофельное	130	3.70	4.44	25.00	155.00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	682.5	19.76	20.14	86.95	608.34	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	3.00	10.00	7.80	133.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	8.00	5.50	38.57	235.00	№365сбшк2004
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	563	17.07	18.80	82.07	564.30	
ВСЕГО:	1770.5	50.25	54.52	231.33	1616.14	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	425	11.60	14.30	51.70	382.30	
Сок яблочно-абрикосовый	125	1.20	0.00	12.00	49.60	№418Дели2016
Итого:	125	1.20	0.00	12.00	49.60	
	550	12.80	14.30	63.70	431.90	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0.95	4.45	7.50	73.85	№ 57 Дели 2016
Свекольник со сметаной	200/6	3.16	5.40	8.14	94.00	№35,сб Пермь2001
Гуляш из индейки	45/45	7.56	7.80	17.06	168.70	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	130/3	4.90	3.50	21.00	135.10	№182,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	

Итого:	696.5	18.64	21.65	86.70	616.15	
ПОЛДНИК						
Вак-балиш	75	7.50	8.00	44.50	280.00	Сб.рецептур татарской нац. кухни Казань1997
Ряженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Рагу из овощей	130	2.00	6.00	13.65	117.00	№362 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Итого:	533	15.66	17.25	79.44	535.88	
ВСЕГО:	1779.5	47.10	53.20	229.84	1583.93	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшениная молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	195.40	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	425	14.02	15.14	53.34	406.40	
Фрукты свежие груша	100	0.50	0.43	14.00	61.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.50	0.43	14.00	61.00	
	525	14.52	15.57	67.34	467.40	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	1.00	2.50	4.50	43.10	ТТК№60
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5	4.56	7.50	12.64	136.30	№82 Дели 2016
Макаронник с мясом	160/3	10.80	10.00	35.00	275.00	№431(3),сб1996
Компот из сухофруктов	180	0.7	0.0	18.0	75	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	650.5	18.86	20.44	88.14	612.10	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	20	1.20	0.80	30.00	135.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Салат из моркови с яблоками	50	0.37	2.00	4.30	37.00	№41Дели2016
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	150	9.00	12.50	24.00	244.50	№ 250 Дели 2016
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	548	16.37	18.83	81.80	565.50	
ВСЕГО:	1723.5	49.75	54.84	237.28	1645.00	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	

ЗАВТРАК							
Каша полбяная молочная с маслом		200/5	7.30	7.42	22.80	187.20	ТТК №1
Какао с молоком		180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным		30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:		420	12.02	14.50	51.81	385.50	
Сок вишневый		125	0.87	0.25	20.00	85.00	№418Дели2016
Итого:		125	0.87	0.25	16.50	71.00	
		545	12.89	14.75	68.31	456.50	№42 Дели2016г №88 Дели 2016 №321 Дели 2016 № 390 Дели 2016
ОБЕД							
Салат из моркови		50	0.75	0.06	8.50	37.00	
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками		200/15	4.86	5.80	15.24	132.60	
Плов из курицы		160	12.3	15.1	41.2	352	
Компот из свежих яблок		180	0.10	0.10	11.80	48.50	
Хлеб сельский		37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		642.5	19.81	21.46	94.74	652.60	
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия печенье		30	2.30	6.00	40.00	217.00	№401 Дели2010 №229 Дели2016 № 411 Дели2016
Кефир		120	3.50	3.00	4.80	60.20	
Омлет натуральный		140	8.50	8.68	13.60	167.40	
Хлеб пшеничный 1с		23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Чай с сахаром		180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	
Итого:		498	16.16	17.93	74.69	519.48	
ВСЕГО:		1685.5	48.86	54.14	237.74	1628.58	
ИТОГО за 1 неделю		8746.5	243.06	270.4583	1174.57833	8101.73	
		1749.3	48.612	54.09167	234.915667	1620.346	

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	430	14.10	17.00	51.70	417.30	
Фрукты свежие яблоко		100	0.40	0.40	53.20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.40	0.40	12.00	53.20	
	530	14.50	15.40	63.70	470.50	
ОБЕД						
Салат "Пестрый"	50	0.50	2.25	6.00	46.00	№31 Справочник Москва2003
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	200/15/10	3.25	4.40	26.00	157.00	ТТК№139
Биточки куриные "Солнышко"	70	8.00	10.50	6.20	152.00	ТТК №97Д

Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.20	№218 Дели 2016
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	692.5	18.35	21.15	95.60	646.70	
ПОЛДНИК						
Плюшка новомосковская	60	2.40	3.10	27.90	149.00	№184 "Партнер"г. Уфа2010
Ряженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Рагу с индейкой	40/120	7.00	11.00	18.50	200.00	ТТК №62
Чай фруктовый	180/7	0.18	0.09	17.00	69.50	ТТК №56
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	550	15.68	17.42	79.70	537.00	
ВСЕГО:	1772.5	48.53	55.97	239.00	1654.20	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10.00	10.00	24.50	228.00	ТТК №4
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	420	13.52	15.84	51.84	404.00	
Сок персик-банан	125	0.60	0.01	15.00	64.00	№418,Дели2016
Итого:	125	0.60	0.01	15.00	64.00	
	545	14.12	15.85	66.84	468.00	
ОБЕД						
Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.85	5.50	стр563,с61996
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	200/15/5	3.00	7.90	18.80	158.30	№63 Дели 2016
Биточки рубленые из рыбы	70	9.75	5.00	4.15	100.60	ТТК №3Д
Рис отварной	130	3.40	6.80	35.00	214.80	№201 Пермь 2001
Компот из замороженных ягод	180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	687.5	18.62	20.25	91.80	623.70	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	0.50	1.90	21.00	98.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Салат из моркови с яблоками	50	0.37	2.00	4.30	37.00	№41Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	9.80	10.00	28.30	241.00	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	563	15.99	17.14	80.80	535.30	
ВСЕГО:	1795.5	48.73	53.24	239.44	1627.00	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	угл-ды	Ккал		
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	194.00	ТТК №6	
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010	
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010	
Итого:	425	15.22	16.38	55.01	427.30		
Фрукты свежие яблоко	100	0.06	0.36	12.00	49.00	№ 386 Дели 2016	
Итого:	100	0.06	0.36	12.00	49.00		
	525	14.20	15.74	67.01	472.00		
ОБЕД							
Салат из свеклы	50	0.60	2.50	4.20	42.00		№34, Дели2016
Суп крестьянский с курицей, сметаной	200/15/5	5.7	6.80	15.40	144		№62"Партнер"2014
Запеканка картофельная с мясом	150/20	9.20	12.00	34.00	281.00		№291 Дели2010
Компот из сухофруктов	180	0.7	0.0	18.0	75		№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5		
Итого:	657.5	18.00	21.74	89.60	624.70		
ПОЛДНИК							
Шафран с яблоками	50	2.42	3.5	24.9	140	Сб.нац блюд 1996,акт 20	
Катык	120	3.77	3	5	62.1	№401Дели2010	
Гречка с фаршем и овощами	160	7.50	11.20	33.20	263.00	ТТК №1630 от 10.11.2021	
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50		
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016	
Итого:	538	15.55	17.95	79.39	539.98		
ВСЕГО:	1720.5	48.83	56.43	236.00	1640.98		

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	180	9.80	9.60	19.40	203.00	№100 Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	400	12.16	14.12	39.79	334.38	№ 368 Дели 2010
Сок яблоко-груша	125	0.75	0.38	23.00	98.42	
Итого:	125	0.75	0.38	23.00	98.42	
	525	12.91	14.50	62.79	432.80	
ОБЕД						
Икра кабачковая	50	0.95	4.45	7.50	73.85	№ 57 Дели 2016
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б	200/6	3.40	4.50	14.20	111.00	№73 Дели 2016
Плов из отварной говядины	180	13.50	12.00	35.00	302.00	№108"Партнер"2014
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	

Итого:	653.5	19.75	21.45	86.50	617.85	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	20	0.20	3.60	10.00	68.00	
печенье						
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.50	37.50	№42 Дели2016г
Запеканка из творога с крошкой	150	10.00	10.00	35.20	271.00	№ 322 Сб Самара 2013г
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Итого:	548	16.75	17.19	77.20	525.50	
ВСЕГО:	1726.5	49.41	53.14	226.49	1576.15	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная с маслом		200/5	7.00	6.35	16.00	148.00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком		180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом		30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:		425	13.02	14.89	43.34	359.00	№ 386 Дели 2016
Фрукты свежие яблоко		100	0.36	0.36	22.00	92.68	
Итого:		100	0.36	0.36	22.00	92.68	
		525	13.38	15.25	65.34	451.68	
ОБЕД							
Салат из моркови с яблоками		50	0.37	2.00	4.30	37.00	№41Дели2016
Суп-лапша домашняя с курицей		200/15	4.96	3.60	14.44	110.00	№86Дели2010
Котлеты "Аппетитные"		70	6.41	7.50	17.50	163.20	ТТК №7/Д акт к.п.2014
Каша перловая с овощами		130/4	4.90	7.50	25.00	187.00	№180,Дели 2016
Компот из замороженных ягод		180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб сельский		37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:		686.5	18.71	21.10	94.24	641.70	
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия печенье		30	1.60	5.50	39.70	206.00	
Кефир		120	3.50	3.00	4.80	60.20	№401 Дели2010
Омлет натуральный		140	8.50	8.68	13.60	167.40	№229 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с		23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Чай с сахаром		180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Итого:		498	15.46	17.43	74.39	508.48	
ВСЕГО:		1709.5	47.55	53.78	233.97	1601.86	
ИТОГО за 10 дней:		17471.00	486.10	543.03	2349.48	16201.92	
ИТОГО за 2 неделю		8724.5	243.04	272.5667	1174.90167	8100.19	
		1744.9	48.608	54.51333	234.980333	1620.038	

распределение Б,Ж,У от калорийности, %

11.98 30.11 57.91 100.00

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
равноценные

по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.

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

3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания
Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

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

3.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.
интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

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