

2 Утверждаю
3 Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"
4 Харламова Э.Р.
5
6

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации



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

10 День 1 - ый

11	Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
14	ЗАВТРАК									
15	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,44	7,17	30,09	207,60	0,86	ТТК №7Д
16	Крупа рисовая		13,50	13,50						
17	Крупа пшенная		10,00	10,00						
18	Молоко		90,00	90,00						
19	Вода		68,00	68,00						
20	Сахар		2,50	2,50						
21	соль иодированная		0,50	0,50						
22	Масло сливочное		5	5						
23	Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
24	Кофейный напиток		2,50	2,50						
25	Сахар		6,00	6,00						
26	Молоко		90,00	90,00						
27	Вода		108,00	108,00						
28	Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
29	Батон нарезной		30,00	30,00						
30	Масло сливочное		5,00	5,00						
31	Итого:	406			10,58	12,50	54,79	376,19	2,03	
32	2 - ой ЗАВТРАК									
33	Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
34	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
35	Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
36	ОБЕД									
37	Салат из припущенной моркови с яблоками	60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,63	№41 СБ дошк. 2016
38	морковь		57,25	45,80						
39	яблоки		17,10	15,00						
40	масло растительное		3,00	3,00						
41	Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			3,79	3,87	13,64	112,33	6,17	№88,сб дошк.2016
42	цыплята - бройлеры с/м		26,3	17,1						
43	или фарш куриный		17,95	17,1						
44	Лук репчатый		1,79	1,5						
45	Яйцо		1,44	1,2						
46	Вода для фарша		1,5	1,5						
47	соль иодированная		0,15	0,15						
48	Масса полуфабриката			21,5						
49	масса готовых фрикаделек			15						
50	Картофель		79,80	60,00						
51	Морковь		10,00	8,00						
52	Лук репчатый		9,52	8,00						
53	вермишель		8,00	8,00						
54	Масло растительное		2,00	2,00						
55	соль иодированная		0,70	0,70						
56	Вода		132,00	132,00						
57	Котлеты рубленые из индейки	70			11,69	13,55	11,51	215,60	0,13	СБ дошкольн. №322, 2016
58	филе грудок индейки		51,4	51,4						
59	Хлеб пшеничный		12,9	12,9						
60	Вода		18,6	18,6						
61	соль иодированная		0,7	0,7						
62	яйцо		0,84	0,7						
63	Сухари панировочные		7,00	7,00						
64	масса полуфабриката			87,5						
65	масло растительное		2,4	2,4						
66	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130/3			3,99	6,51	17,82	145,86		№ 303 сб шк 2017
67	Крупа гречневая		32,50	32,50						
68	Вода		104,00	104,00						
69	Масло сливочное		3,00	3,00						
70	соль иодированная		0,30	0,30						
71	Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	28,81	119,52	0,65	№394 СБ дошк 2016
72	сухофрукты		15,30	15,00						
73	Сахар		6,00	6,00						
74	вода		183,00	183,00						
75	Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134.Дели + 2012
76	Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144.Дели + 2012
77	Итого:	708			19,47	20,99	89,20	661,25	9,58	
78	ПОЛДНИК									
79	Кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
80	(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный/йогурт)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
81	Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	3,28	4,80	32,00	192,00		табл 10 стр 202, Ддели +,2012
82	Итого:		200			8,50	9,30	39,20	282,00	1,26	
83		УЖИН									
84	Котлеты рыбные		70			8,54	5,43	10,26	124,56	0,22	№271 СБ дошк 2016
85		рыба (минтай с/м БГ)		63,3	46,2						
86		соль иодированная		0,7	0,7						
87		хлеб пшеничный		12,6	12,6						
88		молоко		18,2	18,2						
89		сухари панировочные		7	7						
90		масса полуфабриката			81						
91		масло растительное		3	3						
92	Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ дошк 2016
93		Картофель		159,60	119,70						
94		Молоко		22,12	21,00						
95		Масло сливочное		5,00	5,00						
96		соль иодированная		0,52	0,52						
97	Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
98		чай весовой		0,45	0,45						
99		сахар		6,00	6,00						
100		Вода		180,00	180,00						
101	Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
102	Итого:		426			13,74	14,65	64,88	441,86	17,20	
103	ВСЕГО:		1840,00			52,70	57,84	257,86	1808,30	40,07	

104
105 День 2- ой

	Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
109	ЗАВТРАК				белки	жиры	угл-ды			
110	Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,83	7,26	29,50	202,64		ТТК №1Д
111			22,50	22,50						
112			90,00	90,00						
113			68,00	68,00						
114			2,50	2,50						
115			0,50	0,50						
116			3,00	3,00						
117	Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010
118			2,00	2,00						
119			6,00	6,00						
120			110,00	110,00						
121			80,00	80,00						
122	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
123			30,00	30,00						
124			5,10	5,00						
125			5,00	5,00						
126	Итого:	409			11,32	12,49	54,79	377,99	1,47	

127	2 - ой ЗАВТРАК										
128	Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	2,83	3,15	13,70	94,40	3,60		Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
129	Итого:	180			2,83	3,15	13,70	94,40	3,60		

131	ОБЕД										
132	Салат из картофеля с солеными огурцами	60			0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк2016	
133			32,90	18,00							
134			32,90	24,00							
135			15,36	12,00							
136			3,60	3,00							
137			3,00	3,00							
138	Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			2,84	5,91	8,92	106,63	7,82	№110, сб тнк2004	
139			20,00	16,00							
140			21,28	16,00							
141			12,50	10,00							
142			9,52	8,00							
143			41,00	32,00							
144			2,40	2,40							
145			1,00	1,00							
146			4,00	4,00							
147			0,70	0,70							
148			140,00	140,00							
149			17,56	11,4							
150			11,97	11,4							
151			1,2	1							
152			0,96	0,8							
153			1	1							
154			0,1	0,1							
155				14,3							

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
159		цыплята - бройлеры с/м		57,00	37,00						
160		или фарш куриный		38,85	37,00						
161		Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
162		Вода		12,00	12,00						
163		соль иодированная		0,35	0,35						
164		Масса полуфабриката			57,00						
165		Масло растительное		0,70	0,70						
166		Соус молочный:			25,00						
167		Молоко		12,50	12,50						
168		Масло сливочное		1,30	1,30						
169		Мука пшеничная		1,3	1,3						
170		Вода		12,50	12,5						
171		Сахар		0,30	0,3						
172		соль иодированная		0,3	0,3						
173	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/3			4,93	2,75	27,70	155,22	0,00	№219 СБ дошк 2016
174		макаронные изделия		45,5	45,50						
175		вода		275,0	275,0						
176		соль иодированная		0,5	0,5						
177		Масло сливочное		3,0	3,0						
178	Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016
179		яблоки свежие		31,92	28,00						
180		вода		183,00	183,00						
181		сахар		6,00	6,00						
182	Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
183	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
184	Итого:		715			19,10	22,01	91,36	657,23	12,84	
185		ПОЛДНИК									
186	Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
187	(Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный/Йогурт)	кисломолочный напиток		185	180						
188	Булочка дорожная		50			3,39	4,90	30,10	165,50		№453 сб дошк2016
189		Мука пшеничная		30,50	30,00						
190		мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
191		Сахар		6,00	6,00						
192		Масло сливочное		6,50	6,50						
193		соль иодированная		0,30	0,30						
194		дрожжи сухие		0,20	0,20						
195		вода		15,30	15,30						
196		масса полуфабриката			57,00						
197		для крошки:									
198		мука пшеничная		1,20	1,20						
199		масло сливочное		1,00	1,00						
200		масса крошки			2,00						
201		масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00						
202	Итого:		230			8,41	9,40	37,66	257,30	0,54	
203		УЖИН									
204	Запеканка творожная с ягодным соусом		120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	2,14	№251, сбдошк 2016
205		Творог		112,17	110,00						
206		Крупа манная		6,90	6,90						
207		Яйцо		6,00	5,00						
208		сахарный песок		9,60	9,60						
209		Сметана		4,80	4,80						
210		Масло сливочное		4,80	4,80						
211		Сухари панировочные		4,80	4,80						
212		соль иодированная		0,60	0,60						
213		кисель концентрат		7,50	7,50						
214		сахарный песок		1,50	1,50						
215		крахмал		1,35	1,35						
216		вода питьевая		24,00	24,00						
217											
218	Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
219		чай весовой		0,90	0,90						
220		Сахар		6,00	6,00						
221		лимон		8,00	7,00						
222		Вода		180,00	180,00						
223	Итого:		343			13,47	14,56	62,98	444,98	4,97	
224	ВСЕГО:		1877,00			55,13	61,61	260,49	1831,90	23,42	
225											
226	День 3 - ий										
227	Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин		Сборник рецептов
228											
229			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
230	ЗАВТРАК										
231	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,83	7,09	45,65	274,16	0,86		ТТК №2Д
232		Крупа кукурузная		22,50	22,50						
233		Молоко		90,00	90,00						
234		Вода		68,00	68,00						
235		Сахар		2,50	2,50						

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	
240	Бутерброд с маслом сливочным	Сахар	30/5	6	6	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010	
241		Молоко		92	90							
242		Вода		90	90							
243		Батон нарезной	30,00 5,00	30,00 5,00								
244		Масло сливочное										
245	Итого:		406			11,30	12,58	54,10	368,46	2,06		
247	2 - ой ЗАВТРАК											
248	Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016	
249												
250	Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
251	ОБЕД											
252	Салат из кукурузы к/с		60			1,73	3,71	4,82	59,58	5,58	№12 сб дошк 2016	
253		кукуруза к/с		93,52	56,00							
254		Сахар		1,20	1,20							
255		Масло растительное		3,60	3,60							
256	Суп картофельный с пшениной крупой на мясном бульоне,с мясом		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016	
257		говядина б/к (лопатка)		16	16							
258		масса отварной говядины			10							
259		крупка пшениная		12,00	12,00							
260		картофель		80,00	60,00							
261		Морковь		10,00	8,00							
262		Лук репчатый		9,52	8,00							
263		Масло растительное		2,00	2,00							
264		соль иодированная		0,70	0,70							
265		Бульон		120,00	120,00							
266		Плов из отварной говядины	200			18,40	19,11	32,51	396,00	0,35		№443,сбшк2004
267		говядина б/к (лопатка)		51,20	51,2							
268		масса отварной говядины			32,0							
269		масло сливочное		8,0	8,0							
270		Лук репчатый		11,9	10,00							
271		Морковь		16,3	13,00							
272		Крупа рисовая		55,0	55,0							
273		вода		86,0	86,0							
274		соль иодированная		0,8	0,8							
275		масса гарнира			168,0							
276	Напиток из свежемороженных фруктов		180			0,60	0,08	28,81	119,52	0,65	№392 СБ дошк 2016	
277		смесь фруктов с/м		18,00	18,00							
278		Сахар		10,00	10,00							
279		вода		183,00	183,00							
280	Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47	0	табл 6 стр 134,Дели + 2012 табл 6 стр 144,Дели + 2012	
281	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10			
282	Итого:		695			19,13	21,68	92,73	651,67	12,57		
283	ПОЛДНИК											
285	Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016	
286		молоко		189	180							
287	Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012	
288	Итого:		200			7,70	8,65	37,20	276,70	2,34		
289	УЖИН											
290	Фрикадельки рыбные отварные		80			13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 2016	
291		рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00							
292		или фарш рыбный		63,00	60,00							
293		хлеб пшеничный		12,00	12,00							
294		яйцо		9,60	8,00							
295		масло сливочное		3,00	3,00							
296		соль иодированная		0,12	0,12							
297		вода питьевая		12,00	12,00							
298	Картофель тушёный с овощами в соусе		140			3,05	11,75	21,15	201,60	18,64	№144 сбшк 2016	
299		Картофель		173,00	130,00							
300		масло растительное		5,00	5,00							
301		Лук репчатый		8,40	7,00							
302		Морковь		12,50	10,00							
303		соль иодированная		0,40	0,40							
304		соус			25,00							
305		сметана		6,25	6,25							
306		Мука пшеничная		1,88	1,88							
307		вода		18,75	18,75							
308		соль иодированная		0,20	0,20							
309	Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016	
310		вода питьевая		180	180							
311		сахарный песок		6	6							
312		шиповник		18,40	18,00							
313	Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012	
314	Итого:		645			14,02	15,06	62,95	439,48	109,97		
315	ВСЕГО:		2046			52,55	58,37	256,78	1783,31	136,94		
316												
317	День 4 - ый											
318												
319												
320												
321												
322												
323												
324												
325												
326												
327												
328												
329												
330												
331												
332												
333												
334												
335												
336												
337												
338												
339												
340												
341												
342												
343												
344												
345												
346												
347												
348												
349												
350												
351												
352												
353												
354												
355												
356												
357												
358												
359												
360												
361												
362												
363												
364												
365												
366												
367												
368												
369												
370												
371												
372												
373												
374												
375												
376												
377												
378												
379												
380												
381												
382												

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
322	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,54	6,15	35,21	223,41	0,86	ТТК №10Д
323		Крупа ячневая		22,5	22,5						
324		Молоко		90	90						
325		Вода		68	68						
326		Сахар		2,5	2,5						
327		соль иодированная		0,5	0,5						
328		Масло сливочное		3	3						
329		Кофейный напиток с молоком			180/6						
330	Кофейный напиток		2,50	2,50							
331	Сахар		6,00	6,00							
332	Молоко		90,00	90,00							
333		Вода	108,00	108,00							
334	Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом		30/5/10			2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	
335		Батон нарезной		30,00	30,00						
336		масло сливочное		5,00	5,00						
337		повидло		10,00	10,00						
338	Итого:		414			11,24	12,08	54,80	377,80	2,19	
339	2 - ой ЗАВТРАК										
340	Сок		180	180	180	2,83	3,15	13,70	94,40	3,60	Согласно сборника рецептов (дошкольн.) 2016г №418
341											
342	Итого:		180			2,83	3,15	13,70	94,40	3,60	
343	Салат из свеклы с яблоками	ОБЕД	60			0,65	3,65	6,72	62,34	3,86	№36, сб дошк2016
344		свекла		64,00	50,00						
345		яблоки свежие		11,40	10,00						
346		масло растительное		3,00	3,00						
347	Суп картофельный гороховый на курином бульоне с мясом птицы		180/10			6,24	5,11	12,00	127,20	4,19	№87, сб дошк2016
348		цыплята-бройлеры с/м масса отварной мякоти		24,3	23						
349		птицы			10						
350											
351		Горох		14,58	14,4						
352		Картофель		47,88	36						
353		Морковь		11,52	9,00						
354		Лук репчатый		8,64	7,20						
355		Масло растительное		3,6	3,6						
356		соль иодированная		0,7	0,7						
357		Бульон		126	126						
358		Птица, тушеная в соусе с овощами			200						
359	цыплята - бройлеры с/м масса отварной мякоти		97,5	92,0							
360	птицы			40,0							
361	соус сметанный :										
362	Вода или отвар		15	15,0							
363	сметана		5	5,0							
364	мука пшеничная		1,5	1,5							
365	соль иодированная		0,16	0,16							
366	масса соуса			20,0							
367	картофель		137	103,0							
368	морковь		37,5	30,00							
369	Лук репчатый		28	23,00							
370	Масло растительное		1,5	1,5							
371	соль иодированная		0,8	0,8							
372	масса овощей с соусом			160,0							
373	Компот из изюма			180				0,31	0,07	26,87	109,98
374		изюм	18,4		18,0						
375		масса отварных сухофруктов			28,8						
376		Вода	183		183,0						
377		сахар	6,0		6,0						
378	Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
379	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
380	Итого:		700			19,74	22,04	92,91	652,62	19,66	
381	ПОЛДНИК										
382	Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный/йогурт)		180			5,40	1,80	7,20	66,60	1,44	№420 СБ дошк 2016
383		кисломолочный напиток		185,00	180,00						
384	Кондитерские изделия	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
385	Итого:		200			7,69	8,55	37,20	256,50	1,44	
386	УЖИН										
387	Омлет натуральный с сыром		150			10,93	15,43	41,90	347,50	0,33	№229,сб дошк2016
388		яйцо		120	100						
389		молоко		57	57						
390		сыр		15,3	15						
391		масло сливочное		3	3						
392		соль иодированная		0,4	0,4						
393		масса готового омлета			150						
394	Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
395		чай весовой		0,45	0,45						

398	Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	2012
399	Итого:	366			13,27	15,69	62,68	442,10	0,36	
400	ВСЕГО:	1860			54,77	61,51	261,29	1823,42	27,25	
401										
402										
403	День 5 - ый									
404	Наименование блюд и	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
405	продуктов		(в гр)	(в гр)				ценность		
406			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
407	ЗАВТРАК									
408	Суп молочный с геркулесовой	200			2,97	3,57	6,14	71,20	0,66	№101, сбшк2016
409	крупой									
410	Крупа геркулесовая		12,00	12,00						
411	Сахар		1,60	1,60						
412	Молоко		140,00	140,00						
413	Вода	60,00	60,00							
414	Масло сливочное	2,00	2,00							
415	соль иодированная	1,00	1,00							
416	Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010
417	Какао-порошок		2,00	2,00						
418	Сахар		6,00	6,00						
419	Молоко		110,00	110,00						
420	Вода	80,00	80,00							
421	Бутерброд с сыром, маслом	30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
422	сливочным									
423	Батон нарезной		30,00	30,00						
424	Сыр		5,10	5,00						
425	Масло сливочное	5,00	5,00							
426	Итого:	420			10,27	12,59	53,27	377,91	2,13	
427	2 - ой ЗАВТРАК									
428	Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
429	(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
430	Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
431	ОБЕД									
432	Салат из квашенной капусты	50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 сб дошк 2016
433	капуста квашеная	180/11/5	64,35	45,00	3,45	6,30	10,40	119,17	9,61	№81, сб дошк2016
434	масло растительное		2,50	2,50						
435	Сахар		2,50	2,50						
436	Рассольник домашний на курином									
437	бульоне, с куриными фрикадельками, со сметаной									
438	цыплята - бройлеры с/м	19,25	12,54							
439	или фарш куриный	13,17	12,54							
440	Лук репчатый	1,32	1,1							
441	Яйцо	1,06	0,88							
442	бульон	1,1	1,1							
443	соль иодированная	0,11	0,11							
444	масса готовых фрикаделек		11							
445	Картофель	71,82	54							
446	капуста свежая	18	14,4							
447	Морковь	9	7,2							
448	Лук репчатый	8,64	7,2							
449	Масло растительное	3,6	3,6							
450	огурцы соленые	19,66	10,8							
451	соль иодированная	0,70	0,70							
452	бульон	126,00	126,00							
453	Сметана	5,00	5,00							
454	Запеканка картофельная с мясом	150/30			11,56	9,74	27,30	243,48	22,32	№308 СБ дошк 2016
455	птицы со сметанным соусом									
456	цыплята-бройлеры с/м		57,75	37,50						
457	или фарш куриный		39,38	37,50						
458	масло сливочное		2,80	2,80						
459	масса готового куриного фарша			30,00						
460	Картофель		190,70	143,45						
461	масса отварного протертого картофеля			136,60						
462	Лук репчатый		12,72	10,60						
463	Масло растительное		1,80	1,80						
464	масса припущенного лука			7,70						
465	Масло сливочное		1,80	1,80						
466	соль иодированная		0,80	0,80						
467	сухари панировочные		3,20	3,20						
468	масса полуфабриката			175,00						
469	Соус :			30,00						
470	Сметана		7,50	7,50						
471	Мука пшеничная		2,00	2,00						
472	вода		22,50	22,50						
473	Кисель		180							
474	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
475	Сахар		6,00	6,00						
476	вода		180,00	180,00						
477	Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
478	Итого:	651			19,37	20,25	86,92	605,84	42,83	
479										
480	ПОЛДНИК									

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	
476	Молоко кипяченое		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016	
477	(молоко)	молоко		189,00	180,00							
478	Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20			
479	Итого:		200			7,70	8,55	37,20	256,56	2,34		
	Эч-почмак с говядиной		100			13,20	14,93	57,30	414,29		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни	
480												
481		мука пшеничная		30,20	30,20							
482		в том числе на подпыл		1,00	1,00							
483		яйцо		3,00	2,50							
484		масло сливочное		2,50	2,50							
485		сахарный песок		0,90	0,90							
486		молоко		12,20	12,20							
487		дрожжи сухие		0,30	0,30							
488		соль йодированная		0,40	0,40							
489		масса теста			48,75							
490		фарш:										
491		говядина б/к (лопатка)		22,10	22,10							
492		картофель		38,10	28,65							
493		Лук репчатый		10,14	8,45							
494		Масло сливочное		4,40	4,40							
495		соль		0,60	0,60							
496		масса фарша			63,70							
497		яйцо для смазки изделий		1,92	1,60							
498		смазки листов		0,30	0,30							
499		масса готового эч-почмака			100,00							
500		смазки изделий		1,00	1,00							
501	Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010	
502		чай весовой		0,90	0,90							
503		Сахар		6,00	6,00							
504		лимон		8,00	7,00							
505		Вода		180,00	180,00							
506	Итого:		293			13,33	14,96	63,53	440,77	2,83		
507	ВСЕГО:		1664,00			51,07	56,75	250,73	1728,08	60,13		
508												
509	2 неделя											
510	День 6 - ый											
511	Наименование блюд и		Масса	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетич	Витамин	Сборник	
512	продуктов		порции	(в гр)	(в гр)				еская			рецептур
513				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность	С		
514	ЗАВТРАК										ТТК № 6Д	
515	Каша пшеничная с маслом сливочным		180/3			5,04	8,18	28,77	208,76			
516		крупка пшеничная		22,50	22,50							
517		Молоко		90,00	90,00							
518		Вода		68,00	68,00							
519		Сахар		2,50	2,50						№ 413 сб дошк 2016	
520		соль йодированная		0,50	0,50							
521		Масло сливочное		3	3							
522	Чай с молоком,сахаром		180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20		
523		чай весовой		0,45	0,45							
524		Сахар		6	6						№1 Дели2010	
525		Молоко		92	90							
526		Вода		90	90							
527	Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60			
528		Батон нарезной		30,00	30,00							
529		Масло сливочное		5,00	5,00							
530	Итого:		404			10,31	12,58	54,60	373,93	1,20		
531	2 - ой ЗАВТРАК										Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418	
532	Сок		180	180	180	2,83	3,15	13,70	94,40	3,60		
533												
534	Итого:		180			2,83	3,15	13,70	94,40	3,60		
535	ОБЕД										№10 СБ дошк 2016	
536	Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80	5,50		
537		зеленый горошек к/с		80,16	48							
538		масло растительное		2,5	2,5						ТТК 535 23,12,2020	
	Суп из овощей на курином бульоне,с куриными фрикадельками,со сметаной		180/11/7			3,14	6,52	7,92	108,55	7,64		
539												
540		цыплята - бройлеры с/м		19,25	12,54							
541		или фарш куриный		13,17	12,54							
542		Лук репчатый		1,32	1,1							
543		Яйцо		1,06	0,88							
544		Вода для фарша		1,1	1,1							
545		соль йодированная		0,11	0,11							
546		масса полуфабриката			15,73							
547		масса готовых фрикаделек			11							
548		картофель		77,14	58							
549		капуста свежая		31,25	25							
550		морковь		12,5	10							

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
554	Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	Вода	50/25	130	130	7,26	7,86	5,74	123,03	0,84	ТТК 698 от 09.04.2021
555		Сметана		7	7						
556		цыплята - бройлеры с/м		48,80	31,70						
557		или фарш куриный		33,29	31,70						
558		вода		5,00	5,00						
559		рис		4,20	4,20						
560		масса отварного рассыпчатого риса			12,50						
561		Лук репчатый		10,80	9,00						
562		Масло растительное		1,50	1,50						
563		масса припущенного лука			7,50						
564		соль иодированная		0,30	0,30						
565		мука пшеничная		3,50	3,50						
566		масса полуфабриката			60,00						
567		соус сметанно- томатный:									
568		сметана		6,25	6,25						
569		мука пшеничная		1,90	1,90						
570		вода		18,80	18,80						
571		томатная паста		1,00	1,00						
572		соль йодированная		0,20	0,20						
573											
574											
575	Вермишель отварная	130			4,90	0,58	27,66	135,46		№219 Сб дошк.2016	
576		вермишель	45,5	45,5							
577		вода	275	275							
578		соль иодированная	0,35	0,35							
579		масло сливочное	2	2							
580	Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	28,81	119,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
581		сухофрукты	15,30	15,00							
582		Сахар	6,00	6,00							
583		вода	183,00	183,00							
584	Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
585	Итого:		678			19,77	20,42	91,08	617,46	14,63	
586	ПОЛДНИК										
587	Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык, напиток		180			2,58	3,10	13,60	91,89	1,44	№420 Сб дошк 2016
588	ацидофильный/ йогурт)	кисломолочный напиток		185	180						
589	Булочка с сахаром		50			5,90	6,20	24,46	170,67	0,15	№442 СБ шк 2017
590		Мука пшеничная		30,00	30,00						
591		Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
592		Сахарный песок		3,90	3,90						
593		масло сливочное		1,40	1,40						
594		Яйцо		2,88	2,40						
595		Дрожжи сухие		0,25	0,25						
596		Молоко		13,00	13,00						
597		Соль йодированная		0,35	0,35						
598		Вода		11,80	11,80						
599		Масса полуфабриката			59,00						
600		Яйцо (на смазку изделий)		1,44	1,20						
601		Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
602	Итого:		230			8,48	9,30	38,06	262,56	1,59	
603	УЖИН										
604	Запеканка творожная с ягодным соусом		120/30			13,34	14,53	49,10	418,50	0,56	№251, сбдошк 2016
605		Творог		112,17	110,00						
606		Крупа манная		6,90	6,90						
607		Яйцо		6,00	5,00						
608		сахарный песок		9,60	9,60						
609		Сметана		4,80	4,80						
610		Масло сливочное		4,80	4,80						
611		Сухари панировочные		4,80	4,80						
612		соль иодированная		0,60	0,60						
613		кисель концентрат		7,50	7,50						
614		сахарный песок		1,50	1,50						
615		крахмал		1,35	1,35						
616		вода питьевая		24,00	24,00						
617	Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016
618		шиповник		18,4	18						
619		сахар		6	6						
620		вода		180	180						
621	Итого:		336			13,95	14,78	67,78	472,45	90,56	
622	ВСЕГО:		1828			55,34	60,23	265,22	1820,80	111,58	
623											
624											
625	День 7- ой										
626	Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
(в гр)				(в гр)							
627				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
628	ЗАВТРАК										
629	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		180/5			6,83	7,09	45,65	274,16	0,86	ТТК №2Д
630		Крупа кукурузная		22,50	22,50						
631											

	А	В	С	Д	Е	Ф	Г	Н	І	Ј	К
636		Масло сливочное		5,00	5,00						
637	Кофейный напиток с молоком		180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
638		Кофейный напиток		2,50	2,50						
639		Сахар		6,00	6,00						
640		Молоко		90,00	90,00						
641		Вода		108,00	108,00						
642	Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
643		Батон нарезной		30,00	30,00						
644		Масло сливочное		5,00	5,00						
645	Сыр порционнно	сыр	10	10,20	10,00	2,63	2,66		34,33	0,07	№15 сб шк2017
646	Итого:		410			11,33	12,16	54,80	379,70	2,10	
647	2 - ой ЗАВТРАК										
648	Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
649	(яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)										
650	Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
651		ОБЕД									
652	Капуста тушеная		60			1,22	2,21	4,73	46,20	10,25	№354 СБ дошк 2016
653		капуста свежая		86,30	69,00						
654		Масло растительное		2,10	2,10						
655		Морковь		1,50	1,20						
656		Лук репчатый		2,86	2,40						
657		мука пшеничная в/с		0,70	0,70						
658		соль иодированная		0,30	0,30						
659		сахарный песок		0,45	0,45						
660		томатная паста		1,44	1,44						
661	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с мясом		180/10			5,92	3,76	13,59	121,66	4,20	№91,128 сб дошк 2016
662		говядина б/к (лопатка)		16,0	16,0						
663		масса отварной говядины			10,0						
664		картофель		79,8	60						
665		Морковь		9	7,20						
666		Лук репчатый		8,6	7,20						
667		Масло растительное		1,8	1,8						
668		соль иодированная		0,7	0,7						
669		бульон		135	135						
670		клецки:			18						
671		мука пшеничная		5,50	5,50						
672		Масло сливочное		0,60	0,60						
673		яйцо		1,90	1,60						
674		вода		8,80	8,80						
675		соль йодированная		0,20	0,20						
676		масса теста			16,20						
677		масса готовых клецек			18,00						
678	Гуляш из отварной говядины		40/40			10,69	11,26	2,62	131,20	0,96	293 сб дошк 2016
679		говядина (лопатка б/к)		64,00	64,00						
680		соль йодированная		0,40	0,40						
681		масса отварной говядины			40,00						
682		морковь		17,50	14,00						
683		Лук репчатый		8,50	7,10						
684		томатная паста		1,20	1,20						
685		масло растительное		2,70	2,70						
686		вода		30,00	30,00						
687		мука пшеничная		2,00	2,00						
688	Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ дошк 2016
689		Картофель		159,60	119,70						
690		Молоко		22,12	21,00						
691		Масло сливочное		5,00	5,00						
692		соль иодированная		0,52	0,52						
693	Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016
694		яблоки свежие		31,92	28,00						
695		вода		183,00	183,00						
696		сахар		6,00	6,00						
697	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
698	Итого:		695			19,47	22,04	88,16	619,40	33,17	
699		ПОЛДНИК									
700	Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
701	(Кефир,ряженка,катык,напиток ацидофильный/йогурт)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						табл 10 стр 120,Дели + 2012
702	Кондитерское изделие	мармелад	13,5	13,5	13,5	1,47		20,63	112,05	0	
703	Итого:		193,5			7,70	6,69	27,83	202,05	1,26	
704		УЖИН									
705	Биточки рубленые из рыбы		70			8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3
706		рыба (минтай с/м БГ)		71,4	52,5						
707		или фарш рыбный		55,1	52,5						
708		крупа манная		1,8	1,8						
709		яйцо		1,26	1,05						
710		Лук репчатый		15,5	13,0						
711		вода		10,0	10,0						
712		соль иодированная		0,5	0,5						
713		сахар		0,2	0,2						
714		сухари панировочные		7,0	7,0						
715		Масло растительное		1,8	1,8						
716		Масса полуфабриката			83,0						
717	Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			6,84	3,88	30,65	181,83	0,52	№180, сб дошк2016
718		крупа гречневая		54,70	54,70						

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K							
722	Чай с сахаром и лимоном	морковь	180/6/7	22,00	17,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010							
723		лук репчатый		2,40	2,00													
724		масса каши с овощами		3,00	130,00													
725		масло сливочное			3,00													
726																		
727		чай весовой		0,90	0,90													
728		Сахар		6,00	6,00													
729		лимон		8,00	7,00													
730		Вода	180,00	180,00														
731	Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012							
732	Итого:		426			14,10	15,01	61,99	429,89	3,57								
733	ВСЕГО:		1824,5			53,00	56,29	242,58	1678,04	50,10								
734																		
735																		
736	День 8 - ой																	
737	Наименование блюд и		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов							
738	продуктов			(в гр.)	(в гр.)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С								
739				брутто	нетто													
740	ЗАВТРАК																	
741	Каша манная молочная с маслом сливочным		180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д							
742																		
743	Крупа манная			22,50	22,50													
744	Молоко			158,00	158,00													
745	Сахар			2,50	2,50													
746	соль иодированная		0,50	0,50														
747	Масло сливочное		5,00	5,00	3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010								
748	Какао с молоком		180															
749																		
750	Какао-порошок		2,00	2,00														
751	Сахар		6,00	6,00														
752	Молоко		110,00	110,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010								
753	Вода		80,00	80,00														
754	Бутерброд с маслом сливочным		30/5															
755	Батон нарезной		30,00	30,00														
756	Масло сливочное		5,00	5,00														
757	Итого:		400			11,33	11,45	54,71	377,75	2,48								
758	2 - ой ЗАВТРАК																	
759	Сок		180	180	180	2,83	3,15	13,70	94,40	3,60	Согласно сборника рецептов (дошкольн.) 2016г №418							
760	Итого:		180			2,83	3,15	13,70	94,40	3,60								
761	ОБЕД																	
762	Винегрет с солеными огурцами		60			0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	№46,сб дошк 2016							
763																		
764	Картофель			20,64	15,00													
765	Свекла			15,30	12,00													
766	Морковь			11,40	9,00													
767	Огурцы соленые			21,84	12,00													
768	Масло растительное			3,60	3,60													
769	Лук репчатый			10,71	9,00													
770	Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной		180/11/7			3,27	6,50	7,02	104,59	11,52	№73,сб дошк 2016							
771																		
772	цыплята - бройлеры с/м			19,25	12,54													
773	или фарш куриный			13,17	12,54													
774	Лук репчатый			1,32	1,10													
775	Яйцо			1,06	0,88													
776	Вода для фарша			1,10	1,10													
777	соль иодированная			0,11	0,11													
778	масса готовых фрикаделек				11,00													
779	Капуста свежая			50,00	40,00													
780	Картофель			31,92	24,00													
781	Морковь			12,50	10,00													
782	Лук репчатый			9,52	8,00													
783	Масло растительное			4,00	4,00													
784	соль иодированная			0,70	0,70													
785	вода			140,00	140,00													
786	Сметана			7,00	7,00													
787	Биточки "Домашние"			70									10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.2018 №569
788																		
789	цыплята - бройлеры с/м				83,25							55,13						
790	или фарш куриный		57,9		55,13													
791	морковь		16,4		13,12													
792	Лук репчатый		18		15													
793	соль иодированная		0,57		0,57													
794	яйцо		0,84		0,7													
795	Мука пшеничная		5,25	5,25														
796	масло растительное		2,6	2,6	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017								
797	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2															
798																		
799	Крупа рисовая		46,80	46,80														
800	соль иодированная		0,60	0,60														
801	Вода питьевая		281,70	281,70	0,31	0,07	26,87	109,98		№394 СБ дошк 2016								
802	Масло сливочное		2,00	2,00														

803	сахар		45	6,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели +
804	Хлеб ржаной		685			18,22	21,34	94,99	631,98	18,03	
805	Итого:										
806	ПОЛДНИК										
807	Молоко кипяченое		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
808	(молоко)			189,00	180,00						
809	Кондитерское изделие печенье		20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
810	Итого:		200			6,50	7,38	28,99	199,60	2,34	
811	УЖИН										
812	Омлет натуральный		150			11,62	15,01	43,20	335,23	0,26	№229,сб дошк2016
813	яйцо			96	80						
814	молоко			75	75						
815	масса омлетной смеси				155						
816	масло сливочное			2,5	2,5						
817	соль иодированная			0,4	0,4						
818	масса готового омлета				150						
819	Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
820	чай весовой			0,45	0,45						
821	сахар			6,00	6,00						
822	Вода			180,00	180,00						
823	Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
824	Итого:		366			13,96	15,27	63,98	429,83	0,29	
825	ВСЕГО:		1831			52,84	58,59	256,37	1733,56	26,74	
826											
827	День 9- ый										
828	Наименование блюд и		Масса	Кол - во	Кол - во	Пищевые			Энергетич	Витамин	Сборник рецептов
829	продуктов		порции	(в гр)	(в гр)	вещества			еская		
830				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
831	ЗАВТРАК										
832	Каша пшеничная молочная с		180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
833	маслом сливочным			22,50	22,50						
834	Крупа пшеничная			90,00	90,00						
835	Молоко			68,00	68,00						
836	Вода			2,50	2,50						
837	Сахар			0,50	0,50						
838	соль иодированная			3,00	3,00						
839	Масло сливочное										
839	Чай с молоком,сахаром		180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
840	чай весовой			0,45	0,45						
841	Сахар			6	6						
842	Молоко			92	90						
843	Вода			90	90						
844	Бутерброд с сыром, маслом		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
845	сливочным			30,00	30,00						
846	Батон нарезной			5,10	5,00						
847	Сыр			5,00	5,00						
847	Масло сливочное										
848	Итого:		409			11,01	12,07	54,30	378,78	2,10	
849	2 - ой ЗАВТРАК										
850	Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
851	(яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)					0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
852	Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
853	ОБЕД										
854	Салат из припущенной моркови с изюмом		60			0,75	0,08	13,37	57,18	2,42	ТТК №790 от 28.12.2022
855	морковь			64,00	51,20						
856	моркови				47,00						
857	изюм			6,00	6,00						
858	масса набухшего изюма				7,50						
859	сахар			3,00	3,00						
860	лимон			7,14	3,00						
861	Суп-лапша домашняя на курином бульоне,с мясом птицы		180/10			4,65	6,22	8,41	114,78	0,64	№94 сб дошк2016
862	цыплята-бройлеры с/м			24,40	23,00						
863	масса отварной мякоти птицы				10,00						
864	Мука пшеничная			13,60	13,60						
865	Яйцо			4,32	3,60						
866	вода			2,50	2,50						
867	Соль			0,24	0,24						
868	Масса лапши				14,40						
869	Морковь			10,00	8,00						
870	Лук репчатый			9,52	8,00						
871	Масло растительное			4,00	4,00						
872	Бульон			170,00	170,00						
873	Соль			0,70	0,70						
874	Жаркое из птицы по-домашнему		180			16,66	18,61	17,05	303,43	6,95	ТТК 580/а от 24.06.2020
875	цыплята - бройлеры с/м			97,50	92,00						
876	масса готовой мякоти птицы				40,00						
877	картофель			173,70	130,60						
878	лук репчатый			13,60	11,30						
879	морковь			7,10	5,60						
880	Масло сливочное			4,60	4,60						
881	соль йодированная			0,70	0,70						
882	вода питьевая			22,60	22,60						

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
885		Сахар		6,00	6,00						
886		вода		183,00	183,00						табл 6 стр 144, Дели + 2012
887	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		
888	Итого:		655			19,07	21,31	94,11	626,83	10,66	
889		ПОЛДНИК									
890	Кисломолочный напиток		180			5,40	1,80	7,20	66,60	1,44	№420 СБ дошк 2016
891	(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный/йогурт)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
892	Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
893	Итого:		200			7,79	8,55	37,20	256,80	1,44	
894		УЖИН									
895	Ватрушка с творогом		90			13,20	15,30	55,80	402,05	0,05	№410,468 шк 2017
896		мука пшеничная		47,70	47,70						
897		Яйцо куриное		3,00	2,50						
898		Масло сливочное		2,16	2,16						
899		вода питьевая		19,20	19,20						
900		сахарный песок		2,50	2,50						
901		дрожжи сухие		0,36	0,36						
902		соль иодированная		0,70	0,70						
903		мука пшеничная		2,16	2,16						
904		творог		36,00	35,10						
905		Яйцо куриное		1,94	1,62						
906		сахарный песок		1,98	1,98						
907		мука пшеничная		1,62	1,62						
908		Яйцо куриное		2,16	1,8						
909		Масло растительное		0,36	0,36						
910		Масло растительное		0,36	0,36						
911	Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
912		чай весовой		0,90	0,90						
913		Сахар		6,00	6,00						
914		лимон		8,00	7,00						
915		Вода		180,00	180,00						
916	Итого:		283			13,33	15,33	62,03	428,53	2,88	
917	ВСЕГО:		1647			51,60	57,66	257,44	1737,94	27,08	
918											
919	День 10 - ый										
920	Наименование блюд и	Масса	Кол - во	Кол - во	Пищевые			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур	
921	продуктов	порции	(в гр)	(в гр)	вещества			ценность			
922			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
923	ЗАВТРАК										
924	Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д	
925			22,50	22,50							
926			158,00	158,00							
927			2,50	2,50							
928			0,50	0,50							
929			5,00	5,00							
930	Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010	
931			2,50	2,50							
932			6,00	6,00							
933			90,00	90,00							
934			108,00	108,00							
935	Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010	
936			30,00	30,00							
937			5,00	5,00							
938	Итого:	400			11,32	12,05	54,58	377,85	2,03		
939	2 - ой ЗАВТРАК										
940	Сок	180	180	180	2,83	3,15	13,70	94,40	3,60	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418	
941											
942	Итого:	180			2,83	3,15	13,70	94,40	3,60		
943	ОБЕД										
944	Салат из кукурузы к/с	60			1,73	3,71	4,82	59,58	5,58	№12 сб дошк 2016	
945			93,52	56,00							
946			1,20	1,20							
947			3,60	3,60							
948	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	180/11/7			3,45	6,63	9,96	117,51	6,20	№82 сбдошк 2016	
949			19,25	12,54							
950			13,17	12,54							
951			1,32	1,10							
952			1,06	0,88							
953			1,10	1,10							
954			0,11	0,11							
955			79,80	60,00							
956			8,00	8,00							
957			10,00	8,00							
958			4,76	4,00							
959			3,00	3,00							
960			21,84	12,00							
961			0,70	0,70							
			132,00	132,00							

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
965		рыба (минтай с/м БГ)		63,3	46,2						
966		соль иодированная		0,7	0,7						
967		хлеб пшеничный		12,6	12,6						
968		молоко		18,2	18,2						
969		сухари панировочные		7	7						
970		масса полуфабриката			81						
971		масло растительное		3	3						
972		Масло сливочное		3	3						
973	Макаронные изделия отварные с овощами		130			4,48	5,19	24,72	163,28	2,35	№205 сб шк 2017
974		макаронные изделия		35,00	35,00						
975		соль иодированная		0,50	0,50						
976		морковь		18,75	15,00						
977		Лук репчатый		14,40	12,00						
978		томатная паста		3,50	3,50						
979		Масло растительное		5,00	5,00						
980	Кисель		180			0,54	0,09	27,18	111,24	0,99	№ 648, сб шк2004
981		Кисель-концентрат		21,00	21,00						
982		Сахар		6,00	6,00						
983		Вода		180,00	180,00						
984	Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
985	Итого:		686			18,77	20,05	94,82	625,49	15,34	
986	ПОЛДНИК										
987	Молоко кипяченое		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
988	(молоко)	молоко		189,00	180,00						
989	Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		
990	Итого:		200			7,69	8,55	37,19	256,58	2,34	
991	УЖИН										
992	Капуста тушеная с мясом индейки		180			12,08	13,89	11,50	250,30	25,71	ТТК 647 от 24.08.2022
993		филе грудок индейки		45,00	45,00						
994		масса готовой индейки			30,00						
995		капуста свежая		180,00	144,00						
996		вода питьевая		28,80	28,80						
997		масса тушеной капусты			114,30						
998		лук репчатый		11,70	9,80						
999		Масло растительное		6,00	6,00						
1000		масса пассерованного лука			5,40						
1001		мука пшеничная		3,60	3,60						
1002		масса соуса			18,00						
1003		вода		18,00	18,00						
1004		морковь		1,50	1,20						
1005		лук репчатый		0,50	0,40						
1006		Масло растительное		0,24	0,24						
1007		мука пшеничная		0,84	0,84						
1008		масло сливочное		0,84	0,84						
1009		томатная паста		1,10	1,10						
1010		соль йодированная		0,18	0,18						
1011		сахарный песок		0,18	0,18						
1012		масса готового соуса			18,00						
1013		масса тушеной капусты с индейкой			180,00						
1014	Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
1015		шиповник		18,40	18,00						
1016		сахар		6,00	6,00						
1017		вода		180,00	180,00						
1018	Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
1019	Итого:		396			14,12	14,38	62,90	428,58	115,71	
1020	ВСЕГО:		1862			54,73	58,18	263,19	1782,90	139,02	
1021	ИТОГО за 10 дней		18279,50			533,72	587,02	2571,95	17728,27	642,33	
1022	Примечание:										
1023	1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ										
1024	2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные										
1025	по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)										
1026	3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:										
1027	1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных										
1028	учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.										
1029	1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных										
1030	школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.										
1031	1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания										
1032	Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.										
1033	1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003										
1034	1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010										
1035	1.6. Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных										
1036	организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.										
1037	3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:										
1038	говядина 1 категории упитанности ;										
1039	сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная										
1040	рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы										
1041	яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г										
1042	картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)										
1043	масло сливочное с массовой долей жира 72,5%										
1044	огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой										
1045	сметана с массовой долей жира 15%										
1046	кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%										
1047											