



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

День 1 - ый

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	витамины	Сборник рецептов
		(в гр.) брутто	(в гр.) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ПК №7Д
Крупа рисовая		10	10						
Крупа пшеничная		7,5	7,5						
Молоко		75	75						
Вода		48	48						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дети 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода -		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дети 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			8,98	11,69	46,65	328,64	1,77	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток к ацидофильный)	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 С6 дошко 2016
сахар		155	150						
		2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Салат из кукурузы м/с	30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№12 СБ дошко 2016
кукуруза м/с		46,60	27,90						
сахар		0,60	0,60						
масло растительное		1,80	1,80						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,19	№88 СБ дошко 2016
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката фрикаделек			14,3						
масса готовых фрикаделек			10						
Картофель		59,90	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
вермишель		6,00	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
Вода		105,00	105,00						
Котлеты рубленые из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76		СБ дошкольный №299, 2016
говядина (котлетное мясо)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		36,57	35,00						
Лук репчатый		10,40	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
вода питьевая		10,00	10,00						
сухари панировочные		2,80	2,80						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			62,00						
масло растительное		0,60	0,60						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2			3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, с6 дошко 2016
крупа гречневая		47,6	47,6						
вода питьевая		71,0	71,0						
соль иодированная		0,3	0,3						
масса каши			100,0						
морковь		16,5	13,2						
лук репчатый		2,0	1,7						
масса каши с овощами			110,0						
масло сливочное		2,0	2,0						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 С6 дошко 2016
сухофрукты		12,75	12,50						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	табл 6 стр 154, Дети + 2013
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дети + 2012

Итого:	552			20,05	16,30	78,76	552,19	8,93	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Пудинг рыбный	45/15			8,98	2,93	4,40	80,00	0,32	№286 СБ дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		51,54	37,9						
масса отварной рыбы			30						
Хлеб пшеничный		6,2	6,2						
яйцо		4,8	4						
молоко		9	9						
масло сливочное		1,7	1,7						
соль иодированная		0,3	0,3						
Масло растительное		0,8	0,8						
масса пудинга			45						
Соус молочный									
молоко		7,5	7,5						
масло сливочное		0,8	0,8						
Мука пшеничная		0,8	0,8						
Вода		7,5	7,5						
Сахар		0,15	0,15						
соль иодированная		0,09	0,09						
масса соуса			15						
Пюре Картофельное	120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						
соль иодированная		0,45	0,45						
Чай с сахаром	150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410,411 Дошк2016
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
Вода		150	150						
Кондитерские изделия	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136 Дошк +2012
вафли									
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134 Дошк +2012
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Итого:	475			14,16	13,45	57,90	412,25	24,88	
ВСЕГО:	1538,00			47,55	45,18	191,31	1376,08	36,63	

День 2- ой

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
Крупа полбяная		18	18						
Молоко		70	70						
вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дошк2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сБ дошк2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	364			9,96	15,01	46,75	368,45	2,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток к ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	40			0,78	2,09	3,91	37,68	1,04	№206,сБ дошк2016
картофель		29,79	22,40						
морковь		7,50	6,00						
зеленый горошек к/с		10,02	6,00						
лук репчатый		4,80	4,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63,сБ дошк2016
Капуста свежая		15,0	12,0						
Картофель		15,96	12,0						
Морковь		7,5	6,0						
Лук репчатый		7,14	6,0						
Свекла		30,72	24,0						
Сахар		1,8	1,8						

	Масло растительное		3,0	3,0						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон		120	120,0						
	Сметана		5,0	5,0						
	Томатная паста		0,8	0,8						
Плов из отварной птицы		150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321 об.дошк2016
	цыплята-бройлеры с/м		58,50	55,2						
	масса отварной птицы			24,0						
	масло сливочное		5,0	5,0						
	Лук репчатый		8,9	7,5						
	Морковь		12,5	10,0						
	Крупа рисовая		32,0	32,0						
	вода		65,0	65,0						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	масса гарнира			126,0						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	342 об.шк 2017
	яблоки свежие		28,50	25,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дети + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дети + 2012
Итого:		550			18,70	14,64	82,11	542,44	14,84	
УЩОТНЕННЫЙ ПОДЗНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№ 251 об.дошк 2016
	Творог		103,2	101,2						
	крупа манная		6,6	6,6						
	Яйцо		5,28	4,4						
	Сахар		8,8	8,8						
	Сметана		4,4	4,4						
	Масло сливочное		4,4	4,4						
	Сухари панировочные		4,4	4,4						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дети2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Булочка дорожная		35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 об.дошк2016
	Мука пшеничная		21,35	21,00						
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
	Сахар		4,20	4,20						
	Масло сливочное		4,55	4,55						
	соль иодированная		0,21	0,21						
	дрожжи сухие		0,14	0,14						
	вода		10,70	10,70						
	масса полуфабриката для крошки:			39,90						
	мука пшеничная		0,84	0,84						
	масло сливочное		0,70	0,70						
	масса крошки			1,40						
	масло растительное для смазки изделий		0,70	0,70						
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дети2016
Итого:		525			24,56	21,90	73,12	586,32	6,73	
ВСЕГО:		1589,00			57,57	55,30	208,28	1573,21	24,19	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр.)	(в гр.)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто				Ккал		
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/4			4,71	5,52	23,38	178,07		ТТК №10Д
		17,5	17,5						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 об.дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		82	80						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дети2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	350			9,37	12,03	46,30	346,98	1,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 С6 дошк 2016

(кефир, ряженка, катык, напиток кацидофильный)	кисломолочный напиток		155	150						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 об дошк 2016
	свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне		150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 об дошк 2016
	крупя пшенная		9,00	9,00						
	картофель		60,00	45,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Масло растительное		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон		105,00	105,00						
Ежики куриные с гречневой крупкой в сметанно-томатном		40/20			4,63	4,99	3,54	77,42	0,09	ТТК 748 от 03.10.2022
	цыплята - бройлеры с/м		39,00	25,40						
	или фарш куриный		26,67	25,40						
	вода		4,00	4,00						
	крупя гречневая		4,70	4,70						
	масса отварной рассыпчатой гречневой каши			10,00						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	мука пшеничная		2,80	2,80						
	масса полуфабриката			48,00						
	соус сметанно- томатный:			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	томатная паста		0,80	0,80						
	соль йодированная		0,16	0,16						
Макаронные изделия отварные с маслом		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	вода		231,00	231,00						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,5	17,5						
	Сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:		568			14,84	12,38	74,78	479,74	8,54	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Биточки рубленые из рыбы		60			7,32	4,66	8,81	106,80	0,19	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		61,65	45,0						
	или фарш рыбный		47,25	45,0						
	Крупя манная		1,56	1,56						
	яйцо		1,08	0,90						
	Лук репчатый		13,44	11,20						
	вода		8,40	8,40						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	сахар		0,12	0,12						
	сухари панировочные		6,00	6,00						
	Масло растительное		1,50	1,50						
	Масса полуфабриката			70,8						
Картофель тушеный с овощами в соусе		120			2,61	10,07	18,12	172,80	30,85	№144 общк 2016
	Картофель		146,30	110,00						
	масло растительное		4,50	4,50						
	Лук репчатый		7,20	6,00						
	Морковь		10,63	8,50						
	соль иодированная		0,34	0,34						
	соус			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	соль иодированная		0,16	0,16						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 об дошк 2016
	шиповник		15,3	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136 Дели + 2012
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	табл 9 стр 186 Дели + 2012
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Итого:		475			14,96	17,56	78,22	531,15	77,64	
ВСЕГО:		1543			43,51	45,71	205,60	1433,87	87,88	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
Сахар		2	2						
Соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	363			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 СБ дошк 2016
молоко		158	150						
Итого:	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	
ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с	30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№12 СБ дошк 2016
кукуруза к/с		46,60	27,90						
сахар		0,60	0,60						
масло растительное		1,80	1,80						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10			5,63	5,02	9,96	115,15	3,73	СБ дошк 2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горох колотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль йодированная		0,5	0,5						
Масло растительное		3	3						
вода питьевая		105	105						
Говядина б/к (котлетное мясо)		11,97	11,4						
или фарш говяжий		11,97	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо куриное		0,96	0,8						
Вода питьевая		1	1						
Соль йодированная		0,1	0,1						
масса полуфабриката			14,3						
Котлеты рубленые из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76	0,60	СБ дошк дошк №299, 2016
говядина (котлетное мясо)		36,57	35,00						
или фарш говяжий		36,57	35,00						
Лук репчатый		10,40	8,75						
масло растительное		1,00	1,00						
Хлеб пшеничный		8,00	8,00						
вода питьевая		10,00	10,00						
сухари панировочные		2,80	2,80						
соль йодированная		0,40	0,40						
масса полуфабриката			62,00						
масло растительное		0,60	0,60						
Капуста тушеная	110			2,24	4,05	8,68	84,70	18,79	№ 354 сБ шк 2016
капуста свежая		157,6	126						
масло растительное		3,85	3,85						
морковь		2,75	2,2						
лук репчатый		5,28	4,4						
томатная паста		2,64	2,64						
мука пшеничная		1,32	1,32						
сахар		0,8	0,8						
соль йодированная		0,4	0,4						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,3	15,0						
масса отварных сухофруктов			24,0						
Вода		152	152,0						
сахар		5	5						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:	535			19,82	20,70	56,95	506,46	25,91	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОДНИК									
Эч-почмак с курицей	75			8,40	4,76	28,43	201,00		ТТ по АП от 23.05.2022
Мука пшеничная		23,25	23,25						
мука пшеничная на подпыл		0,75	0,75						
яйцо куриное		2,34	1,95						
Масло сливочное		1,95	1,95						
Сахарный песок		0,75	0,75						
Молоко		9,40	9,40						

	Дрожжи сухие		0,23	0,23					
	соль иодированная		0,30	0,30					
	масса теста			37,50					
	цыплята - бройлеры с/м		26,20	17,00					
	картофель		29,30	22,00					
	Лук репчатый		7,80	6,50					
	Масло сливочное		3,40	3,40					
	соль иодированная		0,40	0,40					
	масса фарша			49,00					
	яйцо куриное		1,44	1,20					
	масло растительное для смазки изделий		0,23	0,23					
	масло растительное для смазки листа		0,75	0,75					
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02
	чай весовой		0,4	0,4					
	Сахар		5	5					
	Вода		150	150					
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00
Итого:		430			9,45	4,78	53,65	305,52	4,02
ВСЕГО:		1478			44,41	42,60	167,74	1255,72	33,82

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100,сб дошк 2016
суповая засыпка (звездочки)		14,40	14,40						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		0,80	0,80						
Какао с молоком	150/5			3,06	2,66	13,18	88,95	1,43	№416 Дешк2016
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		5	5						
Молоко		90	90						
вода		67	67						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,04	№3,сб дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	370			10,77	13,04	41,25	323,78	2,15	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,хатык,напиток к ацидофильный)	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 С6 дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
сахар		2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Икра морковная	30			0,6	0,03	6,17	27,36	1,66	ТТК 135 от 26.02.2019
морковь		31,3	25						
лук репчатый		6	5						
томатная паста		4	4						
масло растительное		1,5	1,5						
сахарный песок		0,3	0,3						
соль йодированная		0,3	0,3						
Рассольник домашний на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной	150/10/5			2,75	5,13	8,59	97,40	8,00	№81 сбдошк 2016
Картофель		59,85	45,00						
капуста свежая		15,00	12,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
огурцы соленые		16,38	9,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
бульон		105,00	105,00						
Сметана		5,00	5,00						
цыплята-бройлеры с/м		17,50	11,40						
или фарш куриный		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо куриное		0,96	0,80						
Вода питьевая		1,00	1,00						
Соль йодированная		0,10	0,10						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20			9,93	8,14	23,31	206,57	5,63	№308 СБ дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		35,50	34,00						
или фарш говяжий		35,70	34,00						
Масло растительное		2,40	2,40						
масса готового мясного фарша			26,00						
Картофель		165,60	124,50						
масса отварного протертого			118,00						
Лук репчатый		10,80	9,00						
Масло растительное		1,60	1,60						
масса припущенного лука			6,50						
Масло сливочное		1,60	1,60						
соль йодированная		0,50	0,50						

	сухари панировочные		2,40							
	масса полуфабриката		153,00							
	Соус:									
	Сметана		5,00	5,00						
	Мука пшеничная		1,30	1,30						
	вода		15,00	15,00						
	Соус сметанный		20,00	20,00						
Компот из изюма и яблок		150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
	яблоки свежие		13,68	12,0						
	изюм		7,65	7,5						
	масса отварных сухофруктов			12,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		535			16,21	13,88	75,68	500,49	16,49	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Суфле рыбное		60			9,70	4,63	2,44	90,00	0,19	№ 284 сб дошк 2016
	минтай ПБГ с/м		76,86	53,75						
	масса отварной рыбы			43						
	соус молочный:									
	молоко		15	15						
	масло сливочное		2,6	2,6						
	мука пшеничная в/с		2,6	2,6						
	вода		3	3						
	соль йодированная		0,16	0,16						
	масса густого молочного соуса			20						
	яйцо куриное		9,6	8						
	масло растительное		2	2						
	масса полуфабриката			69						
	масса готового суфле			60						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/3			2,66	4,62	27,55	162,47		№304 сб мк 2017
	Крупа рисовая		39,30	39,30						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		82,50	82,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Пирожок печеный с повидлом		50			2,92	3,13	28,98	155,83	0,03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		25,00	25,00						
	Мука пшеничная в/с		1,20	1,20						
	Масло сливочное		1,13	1,13						
	Сахарный песок		1,33	1,33						
	Яйцо куриное		1,60	1,33						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	Повидло		16,80	16,70						
	Масло растительное		0,17	0,17						
	Яйцо куриное		1,20	1,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134 Дели + 2012
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		508			17,68	13,00	86,24	535,83	12,46	дошк. 2016
ВСЕГО:		1565			49,01	43,66	211,18	1443,10	32,15	

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток к ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 С6 дошк 2016
Итого:	150		155	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками	40			0,43	0,07	3,45	16,16	1,04	№63, лб дошк 2016
			морковь яблоки свежие сахарный песок	38,12 11,40 2,00	30,50 10,00 2,00				
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне со сметаной	150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, лб дошк 2016
			Капуста свежая Картофель Морковь Лук репчатый Свекла Сахар Масло растительное соль йодированная Бульон Сметана Томатная паста	15,0 15,96 7,5 7,14 30,72 1,8 3,0 0,5 120 5,0 0,8	12,0 12,0 6,0 6,0 24,0 1,8 3,0 0,5 120,0 5,0 0,8				
Бефстроганов из отварной говядины	30/30			8,66	7,35	2,27	108,60	0,22	№294,374 СБ дошк 2016
			Говядина лопатка б/к Соль йодированная Сметана Мука пшеничная в/с вода питьевая Соль йодированная Лук репчатый Масло сливочное	48,00 0,30 6,75 2,00 20,25 0,24 7,20 0,60	48,00 0,30 6,75 2,00 20,25 0,24 6,00 0,60				
Вермишель отварная	110			3,15	1,06	23,41	118,12		№219 С6 дошк 2016
			вермишель вода соль йодированная масло сливочное	38,50 231,00 0,30 1,70	38,50 231,00 0,30 1,70				
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 С6 дошк 2016
			сухофрукты Сахар вода	12,75 5,00 152,00	12,50 5,00 152,00				
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деши + 2012
Итого:	550			16,86	12,67	63,71	442,42	8,23	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОДНИК									
Ватрушка королевская	130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №810 от 15.02.2023
			посыпка низ: Масло сливочное Мука пшеничная Сахарный песок творожная начинка: Творог сахарный песок Яйцо куриное посыпка верх: Масло сливочное Мука пшеничная Сахарный песок	9,00 17,0 9,00 68,00 13,50 16,2 3,5 7,2 3,5	9,0 17,0 9,0 68,0 13,5 13,5 3,5 7,2 3,5				
Напиток из шиповника	150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 с6 дошк 2016
			шиповник сахар вода	15,3 5 150	15 5 150				
Кондитерские изделия	20	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Деши + 2012
Сок (нектар) в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Деши 2016
Итого:	505			18,99	11,67	91,23	544,12	79,00	
ВСЕГО:	1555			48,69	37,66	203,63	1355,39	88,93	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины С	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			4,71	4,80	23,38	171,47		ТТК №10Д
			Крупа ячневая Молоко Вода Сахар соль йодированная Масло сливочное	17,50 70 53 2 0,4 3,00	17,50 70 53 2 0,4 3,00				
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Деши 2016
			Кофейный напиток Сахар	2,50 6,00	2,50 6,00				

Бутерброд с маслом сливочным	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Деш 2016
Сыр порционн	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
	сыр	10	10,20	10,00	2,63	2,66		34,33		№15 с6 шк2017
Итого:		369			12,11	14,23	46,65	378,88	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток кашиловый)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 С6 дешк 2016
			155	150						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Капуста тушеная		30			0,61	0,97	2,82	22,53	1,86	№139 с6 шк 2017
	капуста свежая		42,75	34,20						
	масло растительное		1,20	1,20						
	морковь		0,94	0,75						
	Лук репчатый		3,00	2,40						
	томатная паста		0,72	0,72						
	мука пшеничная		0,30	0,30						
	сахар		0,90	0,90						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		150			2,13	2,75	11,28	86,55	3,45	№91,128 с6 дешк 2016
	картофель		66,6	50						
	Морковь		7,5	6,00						
	Лук репчатый		7,2	6,00						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль йодированная		0,5	0,5						
	бульон		112,5	112,5						
	клецки:			15						
	мука пшеничная		4,6	4,6						
	Масло сливочное		0,5	0,5						
	яйцо		1,60	1,32						
	вода		7,30	7,3						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса теста			13,50						
	масса готовых клецек			15,00						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		40/20			6,19	5,36	14,58	136,77	1,91	ТТК 698 от 09.04.2021
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		39,10	25,40						
	вода		4,00	4,00						
	рис		3,40	3,40						
	масса отварного рассыпчатого риса			10,00						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		1,20	1,20						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	мука пшеничная		2,80	2,80						
	масса полуфабриката			48,00						
	соус сметанно- томатный:			20,00						
	сметана		5,00	5,00						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
	вода		15,00	15,00						
	томатная паста		0,80	0,80						
	соль йодированная		0,16	0,16						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дешк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	342 с6 шк 2017
	яблоки свежие		28,50	24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144 Дешк + 2012
Итого:		545			13,81	13,46	79,78	510,83	22,43	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Биточки рубленые из рыбы		50			6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		51,0	37,5						
	Крупа манная		1,30	1,3						
	яйцо		0,90	0,75						
	Лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		7,00	7,0						
	соль йодированная		0,4	0,4						
	сахар		0,1	0,1						
	сухари панировочные		5,0	5,0						
	Масло растительное		1,3	1,3						
	Масса полуфабриката			59,0						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/2			3,21	1,62	22,36	116,60		№180, с6 дешк2016
	крупя гречневая		47,6	47,6						

Чай с мармеладом	вода питьевая	71,0	71,0						
	соль иодированная	0,3	0,3						
	масса каши		100,0						
	морковь	16,5	13,2						
	лук репчатый	2,0	1,7						
	масса каши с овощами		110,0						
	масло сливочное	2,0	2,0						
		160/10		0	0	19,32	72,89	0,02	№ 411 об дошк 2016
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	чай весовой	0,45	0,45						
	вода питьевая	160	160						
	мармелад	10	10						
		100	100	0,90	0,20	8,10	43,00	15,00	табл 9 стр 186, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		457		12,11	5,90	69,42	380,24	15,18	
ВСЕГО:		1521		42,38	37,34	202,15	1345,95	39,23	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
Крупа манная		18,00	18,00						
Молоко		123,00	123,00						
Сахар		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			9,82	12,14	46,40	338,54	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток к ацидофильный)	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
сахар		2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы	40			0,57	2,44	3,34	37,56	3,80	№34, СБ дошк 2016
Свекла		48,64	38,00						
Масло растительное		2,40	2,40						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5			1,11	3,70	3,94	57,00	9,59	№73, СБ дошк 2016
Капуста свежая		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль иодированная		0,5	0,5						
Вода		120	120						
Сметана		5	5						
Жаркое из филе птицы	150			11,75	7,98	14,70	177,15	0,54	ТТК 580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		80,5	76						
масса готовой мякоти птицы			33						
картофель		144,7	108,8						
лук репчатый		11,3	9,4						
морковь		5,9	4,7						
Масло сливочное		3,8	3,8						
соль йодированная		0,5	0,5						
вода питьевая		18,8	18,8						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,30	15,00						
масса отварных сухофруктов			24,00						
Вода		152,00	152,00						
сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	530			16,09	14,56	49,66	397,77	13,93	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, СБ дошк 2016
яйцо		96,00	80,00						
молоко		55,00	55,00						

	масса омлетной смеси			135,00					
	масло сливочное	2,00		2,00					
	соль иодированная	0,30		0,30					
	масса готового омлета			130,00					
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02
	чай весовой		0,4	0,4					
	Сахар		5	5					
	Вода		150	150					
Слойка сладкая		35			2,95	3,36	14,64	123,90	
	Мука пшеничная		21,70	21,70					
	Мука пшеничная		0,70	0,70					
	дрожжи сухие		0,28	0,28					
	соль иодированная		0,28	0,28					
	Сахар		0,70	0,70					
	Масло сливочное		1,75	1,75					
	Яйцо		2,10	1,75					
	молоко		8,75	8,75					
	масса теста			35,00					
	Сахар		3,50	3,50					
	Масло сливочное		1,75	1,75					
	масса пф			40,25					
	яйцо		0,60	0,50					
	Масло растительное		0,10	0,10					
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00
Итого:		545			17,99	25,10	54,45	538,20	4,27
ВСЕГО:		1586			48,25	55,54	158,51	1357,51	21,50

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник
		(в гр)	(в гр)				ценность		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	рецептур
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,74	2,15	10,00	70,41	1,25	№ 413 сб допк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		82	80						
Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб допк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	354			11,29	12,68	53,89	378,04	1,99	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб допк 2016
молоко		158	150						
Итого:	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	1,04	№23 сб допк 2016
картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
огурцы соленные		21,84	12,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	150/10			1,54	3,33	6,97	69,45	0,54	№24 сб допк 2016
цыплята-бройлеры с/м		24,30	23,00						
масса отварной мякоти птицы			10,00						
Мука пшеничная		11,30	11,30						
Яйцо		3,60	3,00						
Вода		2,10	2,10						
Соль		0,20	0,20						
Масса лапши			12,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,10	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
Бульон		143,00	143,00						
Соль		0,65	0,65						
Биточки "Домашние"	50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м		60,68	39,4						
или фарш куриный		41,37	39,4						
морковь		11,85	9,4						
Лук репчатый		14,4	12						
Масло растительное		1	1						

	масса притушенного лука			6						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	яйцо		0,6	0,5						
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			59						
	масло растительное		2	2						
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным		120/3			7,43	3,56	22,43	150,60		№ 200 от шк 2017
	горох		35,70	35,00						
	масса отварного гороха			70,00						
	картофель		51,10	38,40						
	масса отварного картофеля			36,00						
	молоко		19,20	18,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		558			19,63	16,32	71,01	507,08	2,46	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг творожный с повидлом		110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	0,21	№249 СБдошк 2016
	Творог		94,82	93,50						
	Манная крупа		8,80	8,80						
	Яйцо		6,60	5,50						
	Сахарный песок		8,80	8,80						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	Сметана		4,40	4,40						
	повидло		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ
(яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		390			17,23	12,26	54,74	399,28	12,45	дошк 2016
ВСЕГО:		1452			52,73	45,34	187,22	1369,40	18,95	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
Сахар		2	2						
Соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток к ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		155	150						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат овощной с яблоками и свеклой	40			0,46	2,07	2,88	32,04	6,21	№38 СБ дошк 2016
свекла		12,80	10,00						
морковь		7,50	6,00						
капуста свежая		15,00	12,00						
яблоки свежие		11,40	10,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	150/6			2,51	6,73	21,51	166,84	5,13	№82 сБ дошк2016
Картофель		66,50	50,00						
Крупа перловая		6,00	6,00						

	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		3,57	3,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	огурцы соленые		18,20	10,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Бульон		114,00	114,00						
	Сметана		6,00	6,00						
Гуляш из отварной говядины		30/30			8,02	8,45	1,96	98,40	0,55	№293 об рецептур 2016
	говядина лопатка б/к		42,00	42,00						
	Соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	Морковь		13,13	10,50						
	лук репчатый		6,36	5,30						
	Вода питьевая		22,50	22,50						
	томатная паста		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные		110			3,12	3,27	23,42	101,42		№205 об шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	Вода питьевая		231,00	231,00						
	Масло сливочное		1,50	1,50						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
Компот из изюма и яблок		150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
	яблоки свежие		13,68	12,0						
	изюм		7,65	7,5						
	масса отварных сушофруктов			12,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		551			16,71	21,04	85,39	557,89	13,09	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Котлеты рыбные		50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 об шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,0						
	соль йодированная		0,5	0,5						
	хлеб пшеничный		9,0	9,0						
	молоко		13,00	13,0						
	сухари панировочные		5,0	5,0						
	масса полуфабриката			58,0						
	масло растительное		2,0	2,0						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 об шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 об динш 2016
	шиповник		15,3	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		557			13,59	7,51	81,93	447,65	79,33	
ВСЕГО:		1617,00			45,20	45,34	223,18	1440,28	94,71	

ИТОГО за 10 дней	15444			479,31	453,69	1958,80	13950,51	477,99	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника	1544			47,93	45,37	195,88	1395,05	47,80	

Примечание:

- Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДООУ
- При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
- При разработке меню для дошкольных учреждений (ДООУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
- В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная;
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы;
 - яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г;
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - 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%