

Утверждено
Директор ООП
Разработано И.М.



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



Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации

Наименование блюда продукты	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каши "Дружба" молочных с маслом сливочным	140/3	10 7,5 75 48 2 0,4 3	10 7,5 75 48 2 0,4 3	4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
Кофейный напиток с молоком	180	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб.дощ. 2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25 5	25 5	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб.дощ. 2016
Итого:	353			8,99	11,69	46,65	328,64	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в вид упаковки	200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из моркови с яблоками	40	37,80 11,40 0,40	30,00 10,00 0,40	0,42	0,07	3,41	15,96	1,710	№41 сб.дощ. 2016
Суп со звездочками и картофелем, с куриными фрикадельками	150/10	17,5 11,97 1,19 0,06 0,1 59,9 7,5 7,14 6,00 3,00 0,50 114,00	11,4 11,4 1 0,8 0,1 45 6 6 6,00 3,00 0,50 114,00	3,21	5,77	15,88	120,35	5,190	№85 СБ.дощ. 2016
Котлеты рубленые из говядины	50	36,57 36,75 10,4 8,13 5,2 2,8 0,4 0,60	35 35 8,75 8,13 5,2 2,8 0,4 0,60	8,42	9,35	8,22	150,76	0,600	ТТК от 25.01.2023
Каши дробная вареная с маслом сливочным	110/2	23,00 88,00 2,00 0,25	23,00 88,00 2,00 0,25	2,56	2,36	28,88	113,00		ТТК №3Д
Напиток из сухофруктов	150	12,75 5,00 152,00	12,50 5,00 152,00	0,50	0,07	14,00	60	0,450	№304 СБ.дощ. 2016
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,86	60,30		табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:	255,00			17,43	18,03	84,25	528,97	7,99	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, сметан)	150	155	150	4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	№420 СБ.дощ. 2016
Прогресс рыбный	45/15	51,54 30 6,2	37,9 30 6,2	8,98	2,93	4,40	80,00	0,12	№236 СБ.дощ. 2016

	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			0,0525	0,015	5,02	20,08	0,02	№411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:			542,00		18,48	16,84	56,57	452,13	15,72	
ВСЕГО:			1650,00		45,90	46,56	207,68	1394,54	29,55	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		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		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			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк2016
Какао-порошок		2	2						
Сахар		6	6						
Молоко		110	110						
Вода		80	80						
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:	358			9,96	15,01	46,75	368,45	1,50	
2 - ой ЗАВТРАК									
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:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из картофеля с соевыми огурцами	40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк 2016
огурцы соленные		21,84	12,00						
картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне со сметаной	150/7			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63 сб дошк2016
Капуста свежая		15,6	12,5						
Картофель		16,63	12,5						
Морковь		11,25	9,0						
Лук репчатый		7,80	6,5						
Свекла		32	25,0						
Сахар		1,5	1,5						
Масло растительное		3,0	3,0						
соль иодированная		0,65	0,7						
Бульон		120	120,0						
Сметана		7,0	7,0						
Плов из отварной птицы с рисовой крупой	150			8,91	8,22	23,16	212,45		
цыплята - бройлеры с/м		65,9	62,1						
масса отварной мякоти птицы			27,0						
Масло сливочное		5,0	5,0						
Лук репчатый		10,7	9,0						

Кисель	Морковь		20,38	16,3							
	Крупа рисовая		44,0	44,0							
	вода питьевая		65,0	65,0							
	Соль йодированная		0,3	0,3							
Хлеб ржаной	масса готового риса с овощами			125,0							
	масса готового плова			150,0							
	Кисель-концентрат	150	17,5	17,5	0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК	
	Сахар		5	5							
Итого:	вода		150	150							
		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144, Дели + 2012	
		532			13,42	15,86	60,92	462,59	9,67		
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	150			4,35	3,75	6,30	76,50	0,45	№386 Сб дошк 2017	
	кисломолочный напиток		155	150							
	Запеканка творожная с повидлом	110/20			4,52	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб дошк 2016	
	Творог		103,2	101,2							
Булочка дорожная	крупа манная		6,6	6,6							
	Яйцо		5,28	4,4							
	Сахар		8,8	8,8							
	Сметана		4,4	4,4							
Чай с сахаром и лимоном	Масло сливочное		4,4	4,4							
	Сушари панировочные		4,4	4,4							
	соль йодированная		0,55	0,55							
	масса готовой запеканки			110							
Итого:	Повидло	50	20,40	20,00	3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк2016	
	Мука пшеничная		30,50	30,00							
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
	Сахар		6,00	6,00							
Чай с сахаром и лимоном	Масло сливочное		6,50	6,50							
	соль йодированная		0,30	0,30							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	вода		15,30	15,30							
Итого:	масса полуфабриката для крошки			57,00							
	мука пшеничная		1,20	1,20							
	масло сливочное		1,00	1,00							
	масса крошки			2,00							
Итого:	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00							
	чай весовой	150/5/5	0,8	0,8	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010	
	Сахар		5	5							
	лимон		5,55	5							
Итого:	Вода		150,0	150,0							
		490			12,36	15,72	54,47	398,87	3,08		
		1480,00			36,14	46,99	171,93	1276,91	24,25		

День 3 - ий

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	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4	18	18	5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		70	70						
Молоко		53	53						
Вода		2	2						
Сахар		0,4	0,4						
соль иодированная		4	4						
Масло сливочное									
Чай с молоком,сахаром	170/6	0,45	0,45	1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		6	6						
Сахар		82	80						
Молоко		90	90						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
Батон нарезной		5	5						
Масло сливочное									
Итого:	350			8,52	11,10	50,22	334,35	1,80	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты	40	47,25	37,80	1,04	2,95	1,29	35,92	1,86	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		34,00	34,00						
масса прогретой капусты		5,00	4,00						
морковь		0,70	0,70						
Сахар		2,00	2,00						
Масло растительное		0,20	0,20						
соль иодированная									
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне	150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016

Фрикадельки куриные в молочном соусе	крупя пшеничная	10	10							
	картофель	66,5	50							
	Морковь	8,75	7							
	Лук репчатый	8,33	7							
	Масло растительное	1,7	1,7							
	соль иодированная	0,5	0,5							
	Бульон	100,0	100,0							
		40/20			5,99	7,13	5,16	109,04	0,47	№325 сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м	45,6	29,3							
	или фарш куриный	30,77	29,3							
	Хлеб пшеничный	7,3	7,3							
	Вода	9,0	9,0							
	соль иодированная	0,3	0,3							
	Масса полуфабриката		46,0							
	Масло растительное	0,6	0,6							
	Соус молочный		20,0							
	Молоко	10,0	10,0							
	Масло сливочное	1,04	1,0							
	Мука пшеничная	1,04	1,0							
	Вода	10,0	10,0							
	Сахар	0,2	0,2							
	соль иодированная	0,2	0,2							
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	0,00	№219 Сб дошк 2016
Компот из урюка	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	масло сливочное		3	3						
Хлеб ржаной	урюк		15,3	15,0						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Итого:		515			15,05	14,81	64,85	456,92	9,31	табл 6 стр 144, Дели + 2012
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
Фрикадельки рыбные отварные	рыба (минтай с/м БГ)	60	61,20	45,00	10,06	2,12	0,85	66,00	1,00	№279 сб дошк 2016
	или фарш рыбный		47,25	45,00						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	яйцо		7,20	6,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	вода питьевая		9,00	9,00						
Картофель тушеный с овощами в соусе	Картофель	120	146,30	110,00	2,61	10,07	18,12	172,80	15,97	№144 сбшк 2016
	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	шиповник	150/5	15,30	15,00	0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		530			20,93	18,31	58,93	487,35	93,92	
ВСЕГО:		1595			45,50	44,21	194,20	1363,42	109,03	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			3,05	6,11	19,47	145,06		ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,5	17,5						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						

Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/20			2,00	4,36	25,92	148,50		№2 Дели сб дошк2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное повидло		5	5						
		20,4	20						
Итого:		363		7,90	12,88	55,74	368,14	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	стр 184 табл 9 Дели+ 2012
Итого:		120		1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	
ОБЕД									
Салат из свежлы с яблоками	40			0,44	3,10	2,07	30,68	1,170	№36 сб дошк 2016
свекла		41,00	32,00						
яблоки		8,00	7,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	150			3,29	3,16	9,92	88,95	3,50	СБ дошк 2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горох колотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масло растительное		3	3						
Бульон	150	105	105						
Птица, тушенная в соусе с овощами				13,34	10,37	12,90	198,00	8,71	№319 СБ дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		73	69,0						
масса отварной мякоти птицы			30,0						№372 СБ дошк 2016
соус сметанный									
Вода или отвар		15,0	15,0						
сметана		5,0	5,0						
мука пшеничная		1,5	1,5						
соль иодированная		0,16	0,16						
масса соуса			20,0						
Картофель		87,2	65,6						
морковь		32,0	25,6						
Лук репчатый		17,6	14,4						
масло растительные		1,2	1,20						
соль иодированная		0,6	0,6						
масса овощей с соусом			120,0						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		12,75	12,50						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		525		19,88	17,12	52,75	446,53	13,83	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт)	150			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
Омлет с сыром	130	155	150	12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229,сб дошк2016
яйцо		102	85						
молоко		51	51						
сыр		13,26	13						
масло сливочное		2,6	2,6						
соль иодированная		0,3	0,3						
масса готового омлета			130						
Чай с сахаром	150/5			0,053	0,015	5,018	20,085	0,02	№392 Дели2010
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
Вода		150	150						
Булочка с сахаром	35			2,66	4,20	18,42	95,67	0,11	№442 СБ шк 2017
Мука пшеничная		21,00	21,00						
Мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
Сахарный песок		2,73	2,73						
масло сливочное		1,00	1,00						
Яйцо		2,04	1,70						
Дрожжи сухие		0,18	0,18						
Молоко		9,10	9,10						
Соль йодированная		0,20	0,20						
Вода		8,26	8,26						
Масса полуфабриката			41,00						
Яйцо (на смазку изделий)		1,00	0,84						
Масло растительное на смазку листов		0,70	0,70						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		495		21,04	29,68	46,02	508,54	1,40	
ВСЕГО:		1503		50,62	60,28	179,71	1437,21	106,40	

День 5 - мй

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	Ккал	С	
Суп молочный с геркулесовой крупой	ЗАВТРАК	180							№101, сб дошк 2016
	геркулес		11,00	11,00	2,67	3,22	5,53	64,08	
	вода		54,00	54,00					
	Молоко		126,00	126,00					
	Масло сливочное		1,80	1,80					
Какао с молоком	Сахар		0,80	0,80					№416 сб дошк2016
	Соль		0,70	0,70					
	Какао-порошок	180	2,00	2,00	3,67	3,19	10,87	90,78	
	Сахар		6,00	6,00					
	Молоко		110,00	110,00					
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода		80,00	80,00					№3 сб дошк2016
	Батон нарезной	25/5/5	25	25	2,53	5,69	12,92	115,67	
	Сыр		5,1	5					
	Масло сливочное		5	5					
Итого:		370			8,87	12,10	29,32	270,53	2,09
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,80	4,00
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00
Салат из моркови с яблоками	ОБЕД	40							№41 сб дошк 2016
	морковь		37,80	30,00	0,42	0,07	3,41	15,96	
	яблоки		11,40	10,00					
	сахар		0,40	0,40					
Суп картофельный с вермишелью и с куриными фрикадельками		150/10			3,49	2,86	10,48	88,11	5,05
	цыплята - бройлеры с/м		17,50	11,40					№88 сб дошк 2016
	или фарш куриный		11,97	11,40					
	лук репчатый		1,19	1,00					
	яйцо куриное		0,96	0,80					
	вода		1,00	1,00					
	соль		0,10	0,10					
	масса готовых фрикаделек			10,00					
	картофель		66,50	50,00					
	морковь		7,50	6,00					
	Лук репчатый		7,20	6,00					
	Масло растительное		1,50	1,50					
	вермишель		6,00	6,00					
	соль		0,50	0,50					
	вода		115,00	115,00					
Суфле рыбное в молочном соусе		50			3,40	3,41	4,84	63,50	0,72
	минтай ПБГ		58,80	43,20					№284,371 сб дошк 2016
	масса отварной рыбы			36,00					
	молоко		13,00	13,00					
	Масло сливочное		2,00	2,00					
	мука пшеничная в/с		2,00	2,00					
	вода		3,00	3,00					
	соль		0,10	0,10					
	масса соуса молочного			17,00					
	яйцо куриное		8,04	6,70					
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	масса пф			57,00					№304 сб шк 2017
	Масло растительное		1,70	1,70					
	Крупа рисовая	110/3	39,30	39,30	2,66	4,62	27,55	162,47	
	соль иодированная		0,50	0,50					
	Вода питьевая		82,50	82,50					
Компот из яблок	Масло сливочное	150	3,00	3,00	0,12	0,12	3,98	58,36	0,68
	яблоки свежие		27,4	24,0					№390 СБ дошк 2016
	вода		152,0	152,0					
	сахар		5,0	5,0					
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20	2012
Итого:		553			12,73	11,56	66,10	467,60	8,20
Молоко кипяченое	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95
	молоко		158	150					№419 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)	130/20	35,40	34,00	15,70	17,03	19,49	285,96	
	или фарш говяжий		35,70	34,00					
	масло сливочное		2,40	2,40					
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	масса готового мясного фарша			26,00					№308 СБ дошк 2016
	Картофель		165,60	124,5/120,4					
	масса отварного протертого картофеля			118,00					

Чай с сахаром и лимоном	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	2,40							
	масса полуфабриката		153,00							
	соус сметанный		20,00							
	Сметана	5,00	5,00							
	Мука пшеничная	1,30	1,30							
Кондитерское изделие Хлеб пшеничный	вода	15,00	15,00							
	чай весовой	0,8	0,8	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010	
	Сахар	5	5							
	лимон	5,55	5							
Итого:	Вода	150,0	150,0							
	крекер	15	15,0	1,35	2,70	9,60	67,47			
Хлеб пшеничный		20	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00			2012
Итого:		495		23,01	23,66	51,30	502,47	8,42		
ВСЕГО:		1618		45,62	47,31	166,92	1325,40	22,71		

День 6 - ый

День 6 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная с маслом сливочным	140/4			3,94	7,57	22,40	173,40	0,00	ТТК №6Д
Крупа пшено		17,7	17,7						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		4	4						
Чай с молоком,сахаром	170/6			1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		82	80						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			7,14	13,08	37,11	293,75	1,13	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарины)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Огурцы соленные порционно	30			0,94	2,66	1,16	32,33	1,67	№70 сб шк 2017
огурцы соленные		54,60	30,00						
Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	150/5			1,08	3,74	5,67	65,25	6,25	ТТК 99,сб шк 2017
картофель		60	45						
капуста свежая		25	20						
морковь		8,75	7						
Лук репчатый		8,4	7						
Масло растительное		3	3						
соль иодированная		0,65	0,65						
Бульон		115	115						
Сметана		5	5						
Жаркое из отварной птицы по-домашнему	150			12,50	13,95	12,78	227,57	5,21	ТТК 580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		73,20	69,00						
масса готовой мякоти птицы		140,00	105,00						
картофель		13,80	11,50						
лук репчатый		14,38	11,50						
морковь		3,75	3,75						
Масло сливочное		3,75	3,75						
Томатная паста									
соль йодированная		0,60	0,60						
масса тушеных овощей			120,00						
Кисель	150			0,45	0,08	13,50	62,70	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	13,86	69,30		2012
Итого:	520			17,28	20,85	46,97	457,15	13,96	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык)	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток									
Запеканка творожная с повидлом	110/20			4,52	4,97	21,93	140,09	0,61	№ 251 сб 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						
	масса готовой запеканки			110						
	Повидло		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
Кондитерское изделие	вода		150,00	150,00						
	крекер	10	10,0	10,0	0,90	1,80	6,40	44,98		
Итого:		445			10,28	10,73	40,20	287,22	76,06	
ВСЕГО:		1415			35,11	45,06	134,08	1085,12	101,15	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр.)	Кол - во (в гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/3			5,31	4,87	35,49	207,40	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		2,5	2,5						
Сахар		6	6						
Молоко		90	90						
Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк.2016
Бетон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Сыр порционно	10	10,2	10	2,63	2,66		34,33	0,07	№15 сб шк 2017
Итого:	363			12,70	14,30	58,76	414,81	1,91	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
в ассортименте в инд упаковке									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,56	1,88	25,08	3,60	№10 СБ дошк 2016
зеленый горошек к/с		48,10	28,80						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с клецками с мясом птицы	150/10			4,47	4,61	11,31	112,75	3,69	№91 сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		24,4	23						
масса отварной птицы			10						
картофель		66,6	50						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,2	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль йодированная		0,5	0,5						
вода		112,5	112,5						
клечки:			15						
мука пшеничная в/с		4,6	4,6						
Масло сливочное		0,5	0,5						
яйцо		1,6	1,32						
вода		7,3	7,3						
соль йодированная		0,1	0,1						
масса теста			13,5						
масса готовых клешек			15						
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40			11,21	18,94	9,15	253,56	14,05	№148, сб дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		52,20	50,00						
или фарш говяжий		52,50	50,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
масса готового мясного фарша			40,00						
картофель		46,55	35,00						
морковь		23,40	17,60						
масса запеченной моркови			16,00						
Лук репчатый		18,48	15,40						
масса припущенного лука			12,32						
капуста свежая		32,13	25,70						
масса припущенной капусты			22,70						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло растительное		4,00	4,00						№366, сб дошк 2016
соус									
вода		33,00	33,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Мука пшеничная		1,50	1,50						
Морковь		2,66	2,00						
Лук репчатый		1,20	1,00						
томатная паста		2,00	2,00						
Масло сливочное		0,50	0,50						
сахар		0,33	0,33						

Ватрушка с творогом	соль йодированная		0,33	0,33							
	масса соуса			33,00							
	масса рагу с фаршем	50		150,00	6,15	3,65	19,45	134,67	0,03	№410,468 шк 2017	
	мука пшеничная		26,50	26,50							
	Яйцо куриное		1,68	1,40							
	Масло сливочное		1,20	1,20							
	вода питьевая		10,70	10,70							
	сахарный песок		1,40	1,40							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	мука пшеничная		1,20	1,20							
	творог		19,70	19,50							
	Яйцо куриное		1,08	0,90							
	сахарный песок		1,1	1,1							
	мука пшеничная		0,9	0,9							
Напиток из сухофруктов	Яйцо куриное		1,2	1							
	Масло растительное		0,2	0,2							
	Масло растительное	150	0,2	0,2	0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016	
	сухофрукты		12,75	12,50							
	Сахар		5,00	5,00							
Хлеб ржаной	вода	35	152,00	152,00	2,31	0,42	13,86	69,30		2012	
Итого:		575	35	35	25,54	29,25	69,64	654,96	21,82		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОДНИК											
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	150/2	155	150	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016	
Котлеты рыбные любительские	сахар	60	2	2	8,09	2,54	6,41	81,00	2,08	№272 СБ дошк 2016	
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		72,0	52,5							
	Морковь		55,1	52,5							
	Морковь		15,1	12,2							
	масса отварной моркови			12,0							
	хлеб пшеничный		5,0	5,0							
	вода		6,0	6,0							
	Лук репчатый		9,6	8,0							
	масса пассерованного лука			4							
	яйцо		8,4	7,0							
	соль йодированная		0,8	0,8							
	Масса полуфабриката			75,0							
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	Масло растительное		2,0	2,0	3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк 2016	
	крупка гречневая	110/2	47,6	47,6							
	вода питьевая		71,0	71,0							
	соль йодированная		0,3	0,3							
	масса каши			100,0							
	морковь		16,5	13,2							
Чай с мармеладом	лук репчатый		2,0	1,7							
	масса каши с овощами			110,0							
	масло сливочное	170/10	2,0	2,0	0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016	
	чай весовой		0,5	0,5							
Хлеб пшеничный	вода питьевая		170	170							
	мармелад	25	10	10	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012	
Итого:		529			17,62	8,12	59,81	382,69	3,56		
ВСЕГО:		1667			56,86	51,66	208,41	1537,25	31,29		

День 8 - ой

День 8 - ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
		18,00	18,00						
		123,00	123,00						
		2,00	2,00						
		0,40	0,40						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 сб дошк2016
		2	2						
		6	6						
		110	110						
		80	80						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
		25	25						
		5	5						
Итого:	353			9,83	12,14	46,40	338,54	2,25	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	120	120	120	1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	стр 184 табл 9 Дели+ 2012
Итого	120			1,80	0,60	25,20	114,00	90,00	

Винегрет с соевыми огурцами	ОБЕД			40			0,56	4,02	2,92	50,04	3,85	№46 сб 2016
		картофель		13,76	10,00							
		свекла		10,20	8,00							
		морковь		7,56	6,00							
		огурцы соевые		14,56	8,00							
		лук репчатый		7,14	6,00							
Щи со свежей капустой с картофелем, со сметаной		масло растительное		2,40	2,40							
		Капуста свежая		37,5	30							
		Картофель		23,94	18							
		Морковь		7,5	6							
		Лук репчатый		7,14	6							
		Масло растительное		3	3							
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		соль иодированная		0,5	0,5							
		Бульон или вода		120	120							
		Сметана		5	5							
		цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		39,10	25,40							
		вода		26,67	25,40							
		рис		4,00	4,00							
Винегрет с соевыми огурцами		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 иодированная		0,20	0,20							
Винегрет с соевыми огурцами		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							
Винегрет с соевыми огурцами		томатная паста		0,80	0,80							
		соль йодированная		0,16	0,16							
		вермишель		38,50	38,50							
		вода		231,00	231,00							
		соль иодированная		1,10	1,10							
		масло сливочное		3,00	3,00							
Компот из урюка		урюк		15,3	15,0							
		Сахар		5,00	5,00							
		вода		152,00	152,00							
Хлеб ржаной				35	35							
Итого:				553			14,39	17,12	63,57	470,92	16,05	
Молоко кипяченое	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			150			4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 Сб дошк 2016
		молоко		158	150							
		Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,22	№229 сб дошк2016
		яйцо		84	70							
		молоко		65	65							
		масса омлетной смеси			135							
Чай с сахаром		масло сливочное		2	2							
		соль иодированная		0,3	0,3							
		масса готового омлета			130							
		чай весовой		0,4	0,4							
		Сахар		5	5							
		Вода		150	150							
Кондитерское изделие				20	20,00		1,50	1,96	14,88	83,40	0,00	
		печенье		25	25,00		1,90	0,20	12,30	58,75		
Итого:				480			19,88	27,44	41,68	493,52	2,19	
ВСЕГО:				1506			45,91	57,31	176,86	1416,98	110,49	

День 9-ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
	брутто		нетто							
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						

	дрожжи сухие	0,28	0,28						
	соль йодированная	0,28	0,28						
	сахар	0,70	0,70						
	Масло сливочное	1,75	1,75						
	Яйцо куриное	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 полуфабриката		40,25						
	Яйцо куриное	0,60	0,50						
	Масло растительное	0,10	0,10						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5		0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№393 Дели2010
	чай весовой	0,8	0,8						
	Сахар	5	5						
	лимон	5,55	5						
	Вода	150	150						
Итого:		465		13,90	13,49	61,60	457,36	3,07	
ВСЕГО:		1585		43,37	44,31	191,14	1383,49	18,41	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	18	18	5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		123	123						
Молоко		2	2						
Сахар		0,4	0,4						
Соль йодированная		3,00	3,00						
Масло сливочное									
Кофейный напиток с молоком	180	2,5	2,5	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк.2016
Кофейный напиток		6	6						
Сахар		90	90						
Молоко		108	108						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	25	25	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк2016
Батон нарезной		5	5						
Масло сливочное									
Итого:	353,00			10,55	13,04	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
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
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30	48,10	28,80	0,89	1,56	1,88	25,08	3,60	№10 СБ дошк 2016
зеленый горошек к/с		1,50	1,50						
масло растительное									
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк2016
Мука пшеничная		10,5	10,5						
мука на подпыл		0,72	0,72						
Яйцо		3,6	3						
вода		2,1	2,1						
Соль		0,18	0,18						
Масса подсушенной лапши			12						
масса вареной лапши			30						
Морковь		7,50	6,0						
Лук репчатый		7,14	6,0						
Масло растительное		3	3						
Бульон		143	143,00						
Соль		0,5	0,5						
Биточки "Домашние"	50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м		57,6	40						
или фарш куриный		42	40						
морковь		12,5	10						
Лук репчатый		9	7,5						
соль йодированная		0,4	0,4						
яйцо		0,6	0,5						
Мука пшеничная		3,5	3,5						
масло растительное		1,5	1,5						
Рагу из овощей	120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148 ,сб дошк 2016
картофель		53,20	40,00						
морковь		24,00	19,20						
масса запеченной моркови			18,00						
Лук репчатый		20,40	16,80						
масса припущенного лука			13,20						
капуста свежая		32,75	26,20						
масса припущенной капусты			24,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Масло растительное		4,00	4,00						
соус									№366 ,сб дошк 2016
вода		35,00	35,00						
Масло сливочное		1,58	1,58						

Чай с молоком,сахаром	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
		170/6			1,29	1,15	1,79	21,85	1,13	№ 413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6	6						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Молоко		82	80						
	Вода		90	90						
		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:		354			9,84	11,68	45,68	329,48	1,87	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок		200	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели2016
в ассортименте в инд.упаковке										
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты		40			1,04	2,95	1,29	35,92	1,86	№21 сб дошк 2016
Рассольник Ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	капуста свежая		47,25	37,80						
	масса прогретой капусты			34,00						
	морковь		5,00	4,00						
	Сахар		0,70	0,70						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
		150/10/6			2,73	5,28	8,20	94,67	2,15	№82 сб дошк2016
	цыплята - бройлеры с/м		17,5	11,4						
	или фарш куриный		11,97	11						
	лук репчатый		1,19	1						
	Яйцо куриное		0,96	0,8						
	вода		1	1						
	соль		0,1	0,1						
	масса готовых фрикаделек			10						
	картофель		59,85	45						
	крупа перловая		6	6						
	морковь		7,5	6						
лук репчатый		3,57	3							
Масло растительное		2	2							
огурцы соленные		16,38	9							
соль йодированная		0,5	0,5							
Бульон или вода		114	114							
сметана		6	6							
Рыба запеченная с картофелем		150			10,20	10,22	14,51	190,50	4,63	№264, 370 сб дошк 2016
Кисель	минтай ПБГ		81,60	60,00						
	или фарш рыбный		63,00	60,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	картофель		84,50	50,60						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	сухари панировочные		2,80	2,80						
	масса соуса			51,00						
	молоко		26,00	26,00						
	Масло сливочное		5,60	5,60						
	мука пшеничная в/с		5,60	5,60						
	вода		26,00	26,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса полуфабриката			166,0						
		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
Кисель-концентрат		17,50	17,50							
Сахар		5,00	5,00							
вода		150,00	150,00							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		566			18,63	19,15	63,66	511,84	9,47	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт)		150	155	150	4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
	Запеканка рисовая с творогом	120			6,50	6,36	33,80	228,80		№ 203 сб дошк 2016
	крупа рисовая		32,00	32,00						
	соль иодированная		0,20	0,20						
	вода		60,00	60,00						
	творог		26,50	26,00						
	Яйцо куриное		4,80	4,00						
	сахарный песок		8,80	8,80						
	Масло сливочное		3,20	3,20						
	сухари панировочные		3,20	3,20						
	сметана		3,20	3,20						
	масса полуфабриката			136,00						
	масса готовой запеканки			120,00						
		35			2,95	3,36	14,64	123,78		Стр 150 СБ Казань 1997
Слойка сладкая										
мука пшеничная в/с		21,70	21,70							
мука пшеничная в/с		0,70	0,70							

	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из яблок		150			0,12	0,12	3,98	58,36	0,68	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		27,4	24,0						
	вода		152,0	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		545			14,50	29,05	44,18	545,48	19,40	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,35	3,75	7,20	80,25	1,95	№419 СБ дошк 2016
Макаронные изделия отварные с сыром		130			8,80	10,35	22,17	217,36	0,15	№204 СБ шк 2017
	макаронные изделия		43,00	43,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Вода питьевая		258,00	258,00						
	Масло сливочное		2,00	2						
	сыр голландский		8,16	8						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,3	15						
	сахар		5	5						
	вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	2012
Итого:		510			15,56	14,51	47,24	382,51	77,10	
ВСЕГО:		1508,00			41,01	57,00	150,78	1333,73	108,34	
ИТОГО за 10 дней		15527,00			446,02	500,70	1781,70	13554,05	661,62	
В среднем на 1 ребенка в день		1552,70			44,60	50,07	178,17	1355,41	66,16	

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 №14)

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

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

учреждений, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных

школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.

1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.

1.4 Справочник рецептов блюддля питания детей г. Москва.выпуск 4.2003

1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

1.6 Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных

организациях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели плюс 2016г

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина I категории упитанности;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

яйца куриные рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г

картофель рассчитан по закладке продуктов с1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)

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%