



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

День 1-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетичес- кая ценность	Витамин C	Сборник рецептур
				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная	200					5,16	3,47	23,13	144,50
Крупа рисовая		15,00	15,00						
Крупа пшеничная		11,00	11,00						
Молоко		100,00	100,00						
Вода		76,00	76,00						
Сахар		5,00	5,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,63	0,07	33,00
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180					2,85	2,41	14,36	91,00
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5					2,30	4,50	15,40	111,00
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	420					10,35	14,01	52,96	379,50
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200			1,00	0,00	20,20	85,34
Итого:	200					1,40	0,40	30,00	129,34
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	60					0,75	0,06	6,97	31,40
морковь		72,50	58,00						
сахар		3,00	3,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15					4,12	4,23	13,76	118,41
цыплята - бройлеры с/м		26,3	17,1						
или фарш куриный		17,1	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
Яйцо		1,44	1,2						
Вода для фарша		1,5	1,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масса полуфабриката			21,5						
масса готовых фрикаделек			15						
Картофель		79,80	60,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
суповая засыпка (звездочки)		8,00	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		1,20	1,20						
Вода		132,00	132,00						
Котлеты рубленые из говядины	70					10,43	7,70	10,19	151,38
говядина б/к (котлетное мясо)		51,16	49						
или фарш говяжий		49	49						
Лук репчатый		14,64	12,3						
Хлеб пшеничный		11	11						
Вода		14,7	14,7						
Сухари панировочные		4,00	4,00						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса полуфабриката			75,3						
масло растительное		1	1						
Капуста тушеная	150	215,00	172,00			3,30	4,90	14,10	114,60
Капуста свежая									24,70
									№354 сб дошк2016

Лук репчатый	7,14	6,00									
Морковь	3,75	3,00									
Мука пшеничная	1,80	1,80									
Масло растительное	5,25	5,25									
Сахар	4,50	4,50									
соль иодированная	1,00	1,00									
Компот из свежемороженых фруктов	180		0,40	0,02	25,00	101,70	0,36				№394 СБ дошк 2016
фрукты свежезамороженные	20,00	20,00									
Вода	183,00	183,00									
сахар	10,0	10,0									
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10				табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	700		21,98	17,45	87,84	606,59	30,07				
ПОЛДНИК											
Булочка дорожная	50		3,39	6,98	26,07	181,00					№453 СБ дошк 2016
Мука пшеничная	30,50	30,00									
мука пшеничная на подпыл	1,00	1,00									
Сахар	6,00	6,00									
Масло сливочное	6,50	6,50									
соль иодированная	0,30	0,30									
дрожжи сухие	0,20	0,20									
вода	15,30	15,30									
масса полуфабриката		57,00									
для крошки:											
мука пшеничная	1,20	1,20									
масло сливочное	1,00	1,00									
масса крошки		2,00									
масло растительное для											
смазки изделий	1,00	1,00									
Кисломолочный напиток	180/5		5,22	4,50	12,19	109,95	1,26				№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток	185,00	180,00								
сахар	5,00	5,00									
	235		8,61	11,48	38,26	290,95	1,26				
УЖИН											
Пудинг рыбный	80/30		14,60	9,00	10,80	182,00					№286 СБ дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)	91,1	67									
масса отварной рыбы		53									
Хлеб пшеничный	11	11									
яйцо	8,4	7									
молоко	16	16									
масло сливочное	3	3									
соль иодированная	0,5	0,5									
Масло растительное	1,3	1,3									
Соус молочный											
молоко	15	15									
масло сливочное	1,65	1,65									
Мука пшеничная	1,65	1,65									
Вода	15	15									
Сахар	0,3	0,3									
соль иодированная	0,2	0,2									
масса соуса		30									
Пюре Картофельное	140		2,86	4,48	19,07	128,10	0,23				№ 339 СБ дошк 2016
Картофель	159,60	119,70									
Молоко	22,12	21,00									
Масло сливочное	5,00	5,00									
соль иодированная	0,52	0,52									
Чай с сахаром	180/10		0,10	0,02	10,00	40,00					№ 392 Дели 2010
чай весовой	0,45	0,45									
сахар	10,00	10,00									
Вода	180,00	180,00									
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00			табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	465		19,46	13,70	52,17	408,85	0,23				
ВСЕГО:	2020,00		61,80	57,04	261,23	1815,23	45,96				

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур	
		(в гр)	(в гр)	брутто	нетто	белки	жиры	угл-дм	Ккал	С
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная	200					5,83	0,35	25,75	129,85	ТТК №1Д

	Крупа полбяная	25,00	25,00							
	Молоко	100,00	100,00							
	вода	76,00	76,00							
	Сахар	5,00	5,00							
	соль иодированная	1,00	1,00							
Масло сливочное порционно		5		0,04	3,62	0,07	33,00			№6 сб дошк 2016
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком		180		3,67	3,19	15,82	107,00	0,39		№397 Дели2010
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар	10,00	10,00							
	Молоко	110,00	110,00							
	Вода	80,00	80,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/10/5		5,59	8,00	15,40	156,40	0,21		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		10,20	10,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		430		15,13	15,16	57,04	426,25	0,60		
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		100		0,40	0,40	9,80	44,00	10,00		
	ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами		60		0,82	3,13	5,14	51,96	7,20		№23 сб дошк2016
	огурцы соленые		32,76	18,00						
	картофель		32,90	24,00						
	морковь		15,36	12,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б,со сметаной		180/7		1,50	3,90	9,50	79,00	6,36		№110, сб шк2004
	Капуста свежая		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Свекла		41,00	32,00						
	Сахар		2,40	2,40						
	Томат-паста		1,00	1,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		2,00	2,00						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Плов из отварной говядины		200		15,60	15,00	28,00	309,50	0,65		№443,сбшк200 4
	говядина (лопатка б/к)		52,00	52,0						
	масса отварного мяса			32,0						
	масло сливочное			8,0	8,0					
	Лук репчатый			11,9	10,00					
	Морковь			16,3	13,00					
	Крупа рисовая			55,0	55,0					
	вода			86,0	86,0					
	соль иодированная			2,0	2,0					
	масса гарнира			168,0						
Кисель		180				18,00	72,00			№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		9,00	9,00						
	вода		180,00	180,00						
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		45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		697		22,80	22,77	90,76	660,31	14,21		
	ПОЛДНИК									
Кондитерское изделие	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,60	12,80	90,00		
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,капык,йогурт)	кисломолочный напиток	180		5,22	4,50	7,56	92,00	0,54		№420 СБ дошк 2016
Итого:		200		5,22	4,50	7,56	92,00	0,54		
	УЖИН									
Запеканка творожная с повидлом		120/30		21,17	14,47	40,09	372,60	0,44		№251, сбдошк 2016
	Творог		112,20	110,00						
	Крупа манная		7,20	7,20						
	Яйцо		6,00	5,00						
	Сахар		9,60	9,60						
	Сметана		4,80	4,80						

Масло сливочное	4,80	4,80							
Сухари панировочные	4,80	4,80							
соль иодированная	0,60	0,60							
повидло	30,00	30,00							
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Дели2010
чай весовой	0,45	0,45							
Сахар	10,00	10,00							
лимон	8,00	7,00							
Вода	180,00	180,00							
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	377			23,57	14,73	65,05	484,10	0,44	
ВСЕГО:	1804,00			67,12	57,56	230,21	1706,66	25,79	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Kол - во (в гр)	Kол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная	200			5,85	1,80	25,77	143,00	0,21	ТТК №2Д
Крупа кукурузная	25,00	25,00							
Молоко	100,00	100,00							
Вода	76,00	76,00							
Сахар	5,00	5,00							
соль иодированная	1,00	1,00							
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное	5,00	5,00							
Чай с молоком, сахаром	180/10			2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой	0,45	0,45							
Сахар	10	10							
Молоко	92	90							
Вода	90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
Батон нарезной	30,00	30,00							
Масло сливочное	5,00	5,00							
Итого:	430			10,86	12,26	55,55	376,00	1,41	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	50			0,89	1,55	1,87	25,08		№10 Сб дошк 2016
зеленый горошек к/с	80,16	48,00							
масло растительное	2,50	2,50							
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	180/10			3,92	4,03	9,72	94,80	6,84	№86 сб дошк 2016
крупа пшенная	12,00	12,00							
картофель	80,00	60,00							
Морковь	10,00	8,00							
Лук репчатый	9,52	8,00							
Масло растительное	2,00	2,00							
соль иодированная	1,30	1,30							
Бульон	120,00	120,00							
цыплята - бройлеры с/м	29,50	26,2							
масса отварной мякоти птицы									
		10,0							
Фрикадельки мясные в молочном соусе	50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	№ 305 сб дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо)	39,70	38,00							
или фарш говяжий	38,00	38,00							
Хлеб пшеничный	8,00	8,00							
Вода	10,00	10,00							
лук репчатый	4,20	3,50							
Масса полуфабриката		59,00							
Масло сливочное	2,00	2,00							
Соус молочный:									
Молоко	12,50	12,50							
Масло сливочное	1,30	1,30							
Мука пшеничная	1,30	1,30							
Вода	12,50	12,50							
Сахар	0,30	0,30							

соль иодированная		0,30	0,30								
Макаронные изделия отварные с маслом	130/3			5,02	2,89	27,04		154,22			№219 Сб дошк 2016
макаронные изделия		45,50	45,50								
вода		275,00	275,00								
соль иодированная		1,30	1,30								
Масло сливочное		3,00	3,00								
Напиток из красной смородины замороженной	180			0,18	0,10	19,3		80			Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
смородина красная замороженная		12,00	12,00								
сахарный песок		15,00	15,00								
вода		183,00	183,00								
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10				табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	673			20,69	16,71	82,15	568,20	6,91			
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46			№419 СБ дошк 2016
молоко		189,00	180,00								
Кондитерские изделия	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10				табл 6 стр 136,Дели +,2012
Итого:	210			7,74	7,82	31,39	227,10	2,46			
УЖИН											
Фрикадельки рыбные отварные	80			10,66	3,00	5,85	93,00	0,18			№279 сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00								
или фарш рыбный		60,00	60,00								
хлеб пшеничный		12,00	12,00								
яйцо		9,60	8,00								
масло сливочное		3,00	3,00								
соль иодированная		0,12	0,12								
вода питьевая		12,00	12,00								
Картофель тушёный с овощами в соусе	140			3,00	8,30	21,74	173,60	10,19			№144 сбшк 2016
Картофель		173,00	130,00								
масло растительное		5,00	5,00								
Лук репчатый		8,40	7,00								
Морковь		12,50	10,00								
соль иодированная		0,40	0,40								
соус			25,00								
сметана		6,25	6,25								
Мука пшеничная		1,88	1,88								
вода		18,75	18,75								
соль иодированная		0,20	0,20								
Чай с мармеладом	180/13			0,00	0,00	25,20	95,07	0,03			№ 411 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45								
Мармелад		13,00	13,00								
Вода		180,00	180,00								
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00			табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:	443			15,94	11,54	67,55	432,17	10,40			
ВСЕГО:	1956			56,228	48,326	256,844	1688,81	25,18375			

День 4 - й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Омлет натуральный	150			14,23	18,55	2,60	235,00	0,25	
яйцо		138	115						
молоко		40	40						
масса омлетной смеси			155						
масло сливочное		5	5						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса готового омлета			150						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	
Батон нарезной		30,00	30,00						

Сыр		10,20	10,00					
Масло сливочное		5,00	5,00					
Итого:	375			22,67	28,96	32,36	482,40	0,65
2 - ой ЗАВТРАК								
Фрукты свежие (яблоки,или апельсины, или банан,или мандарин)	100	149	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого:	100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
ОБЕД								
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60			0,84	3,61	4,96	55,68	0,01
свекла	73,00	57,00						№52 Сб шк2016
масло растительное	3,60	3,60						
Суп картофельный гороховый на курином бульоне	200			4,39	4,22	13,23	118,60	4,66
Картофель	53,2	40						№87, сб дошк2016
Горох	16,2	16						
Морковь	12,8	10,00						
Лук репчатый	9,6	8,00						
Масло растительное	4	4						
соль иодированная	0,2	0,2						
Бульон	140	140						
Птица, тушеная в соусе с овощами	200			10,38	7,51	18,16	181,74	8,03
цыплята - бройлеры с/м	112	105,0						№319 Сб дошк 2016
масса отварной мякоти птицы		40,0						
соус сметанный :								
Вода или отвар	15	15,0						
сметана	5	5,0						
мука пшеничная	1,5	1,5						
соль иодированная	0,16	0,16						
масса соуса		20,0						
картофель	129	97,0						
морковь	37,5	30,00						
Лук репчатый	28	23,00						
зеленый горошек к/с	10	6,00						
Масло растительное	1,5	1,5						
соль иодированная	0,8	0,8						
масса овощей с соусом		160,0						
Компот из свежемороженных фруктов	180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36
фрукты свежезамороженные		20,00	20,00					
Вода	183,00	183,00						
сахар	10,0	10,0						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10	
Итого:	710			20,89	16,10	91,47	605,57	13,06
ПОЛДНИК								
Кисломолочный напиток (Кефир,ржанка,катья,йогурт)	180			2,61	2,25	9,9	62,1	1,44
Йогурт	185,00	180,00						№420 Сб дошк 2016
Булочка с сахаром	50			7,87	1,75	19,43	125,00	0,27
Мука пшеничная	30,00	30,00						№442 Сб шк 2017
Мука пшеничная на подпыл	1,00	1,00						
Сахарный песок	3,90	3,90						
масло сливочное	1,40	1,40						
Яйцо	2,88	2,40						
Дрожжи сухие	0,25	0,25						
Молоко	13,00	13,00						
Соль йодированная	0,35	0,35						
Вода	11,80	11,80						
Масса полуфабриката		59,00						
Яйцо (на смазку изделий)	1,44	1,20						
Масло растительное на смазку листов	1,00	1,00						
Итого:	230			2,61	2,25	9,90	62,10	1,44
УЖИН								
Пудинг творожный со сгущенным молоком	120/30			20,40	16,98	45,55	416,70	0,57
Творог	103,40	102,00						№438 Сб 2004
Манная крупа	9,60	9,60						

	Яйцо	7,20	6,00						
	Сахарный песок	9,60	9,60						
	Соль йодированная	0,46	0,46						
	Масло сливочное	4,80	4,80						
	Сухари панировочные	4,80	4,80						
	Сметана	4,80	4,80						
	сгущенное молоко	30,00	30,00						
Чай с сахаром		180/10		0,10	0,02	10,00		40,00	
	чай весовой	0,45	0,45						
	сахар	10,00	10,00						
	Вода	180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:		370			22,78	17,24	70,31	527,20	0,57
ВСЕГО:		1785			69,85	64,75	212,14	1720,27	75,72

День 5 - й

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									
Суп молочный с геркулесовой крупой	180			5,33	5,34	8,61	133,92	0,50	№101, сбшк 2016
Крупа геркулесовая		11,00	11,00						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
соль иодированная		1,00	1,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/10			2,34	8,12	15,46	144,00		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		10,00	10,00						
Итого:	400			11,34	16,65	39,89	384,92	0,89	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с яблоками	50			0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	№47 СБ шк 2017
капуста свежая		49,30	39,45						
соль иодированная		0,70	0,70						
масса прогретой капусты			35,50						
яблоки свежие		11,40	10,00						
Масло растительное		2,50	2,50						
сахар		2,50	2,50						
Суп из овощей с куриными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			2,82	6,36	8,37	108,13	8,43	ТТК 535 23,12,2020
цыплята - бройлеры с/м		17,50	11,40						
или фарш куриный		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
вода		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
картофель		62,50	50,00						
капуста цветная с/м		27,80	25,00						
кукуруза к/с		16,70	10,00						
морковь		12,50	10,00						
Лук репчатый		9,52	8,00						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль иодированная		1,50	1,50						
Вода		130,00	130,00						
Сметана		7,00	7,00						
Суфле рыбное	70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 Сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		87,04	64,00						
масса отварной рыбы			50,00						
соус молочный		Mолоко	18,00	18,00					№371 Сб дошк 2016

	Масло сливочное	3,00	3						
	Мука пшеничная	3,00	3						
	вода	3,50	3,50						
	соль иодированная	0,20	0,20						
	масса соуса молочного	24,00							
	Яйцо	10,50	8,75						
	масса полуфабриката	80,00							
	Масло растительное	2,00	2,00						
Рис отварной с маслом сливочным		130/3		3,14	3,20	31,73	168,39		№304 СБ шк 2017
	Крупа рисовая	46,80	46,80						
	соль иодированная	2,60	2,60						
	Вода питьевая	281,70	281,70						
	Масло сливочное	3,00	3,00						
Напиток из яблок		180		0,12	0,12	17,91	73,20	1,20	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие	34,0	30,0						
	вода	183,0	183,0						
	сахар	10,0	10,0						
Хлеб ржаной		45	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		675		17,62	17,06	50,61	433,13	26,16	
	ПОЛДНИК								
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46
Кондитерские изделия	вафли	30	30,00	30,00	1,18	9,18	18,76	162,60	табл 10 стр 202, Дели + 2012
Итого:		210		6,66	14,06	27,83	264,60	2,46	
	УЖИН								
Икра морковная		50		1,10	2,30	5,43	46,84	2,60	ТТК №135 от 26.02.2019
	Морковь	50	40						
	Лук репчатый	9,6	8						
	Томат-паста	7	7						
	Масло растительное	2,5	2,5						
	Сахар	0,5	0,5						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		200/30		15,58	13,38	33,89	318,48	4,76	№308 СБ дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)	52,20	50,00						
	или фарш говяжий	50,00	50,00						
	Масло растительное	3,00	3,00						
	масса готового мясного фарша		40,00						
			191,25/1						
	Картофель	255,00	85						
	масса отварного протертого картофеля		180						
	Лук репчатый	16,70	14,00						
	масло растительное	2,50	2,50						
	масса припущеного лука		10,00						
	Масло сливочное	2,50	2,50						
	соль иодированная	2,00	2,00						
	сухари панировочные	3,75	3,75						
	масса полуфабриката		235,00						
	выход готовой запеканки		200,00						
	Соус сметанный :		30,00						
	Сметана	7,50	7,50						
	Мука пшеничная	2,00	2,00						
	вода	22,50	22,50						
Чай с сахаром и лимоном		180/10/7		0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Дели2010
	чай весовой	0,45	0,45						
	Сахар	10,00	10,00						
	лимон	8,00	7,00						
	Вода	180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00
Итого:		492		17,94	15,82	56,90	441,57	7,36	
ВСЕГО:		1977,00		54,56	63,59	195,43	1609,56	40,87	

2 неделя

День 6 - й

Наименование блюд и	Масса	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества	Энергетическая	Витамин	Сборник
---------------------	-------	----------	----------	------------------	----------------	---------	---------

продуктов	порции	(в гр)	(в гр)				ценность	рецептур		
				брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК										
Каша рисовая молочная	200				5,92	3,60	42,82	228,00	0,96	ТТК №8Д
крупа рисовая		25	25							
Молоко		100	100							
Вода		76	76							
Сахар		5	5							
соль иодированная		1	1							
Масло сливочное порционно	5				0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное		5	5							
Чай с молоком,сахаром	180/10				2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45							
Сахар		10	10							
Молоко		92	90							
Вода		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5				2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
Батон нарезной		30	30							
Масло сливочное		5	5							
Итого:	430				10,93	14,06	72,60	461,00	2,16	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие										
(яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	100	114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00		№386 СБ дошк.2016
Итого:	100				0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из соленых огурцов с луком	50				0,43	2,55	1,30	29,90	2,78	№20 СБ дошк 2016
огурцы соленые		50,73	44,5							
масса припущеных соленых				40,5						
огурцов				4,5						
Лук репчатый		5,4	1,50	1,50						
Масло растительное										
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200				2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	№88 СБ дошк 2016
картофель		80	60							
морковь		10	8							
лук репчатый		10	8							
масло растительное		2	2							
вермишель		8	8							
бульон куриный		140	140							
соль йодированная		1,3	1,3							
Жаркое из птицы по-домашнему	190				14,55	9,87	18,20	219,33		ТТК №580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		104,50	98,00							
масса отварной мякоти птицы				50,00						
картофель		175,00	131,00							
лук репчатый		13,00	11,00							
морковь		8,00	6,40							
масло сливочное		6,00	6,00							
соль йодированная		0,85	0,85							
вода питьевая		25,00	25,00							
масса готовых овощей			140,00							
Напиток из апельсинов	180				0,41	0,09	30,6	125		№392, СБ дошк 2016
апельсин		40,23	27,00							
сахарный песок		18,00	18,00							
цедра		4,50	4,50							
вода		145,00	145,00							
Хлеб ржаной	45	45	45	2,98	0,54	17,82	89,1			табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	665				20,52	15,32	81,62	546,87	9,38	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток	180				5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
(кефир,ряженка,катьяк,йогурт)	кисломолочный напиток		185	180						
Пирожок печёный с повидлом	40				2,14	1,95	17,86	100,00	0,64	№437 СБ дошк 2016
Мука пшеничная		20,00	20,00							
мука пшеничная на подсып.		0,90	0,90							
Масло сливочное		0,90	0,90							
сахар		1,06	1,06							
Яйцо		1,20	1,00							
соль иодированная		0,30	0,30							

дрожжи сухие		0,25	0,25					
Вода		8,05	8,05					
масса теста			31,20					
повидло фруктовое		18,40	18,00					
Масло растительное		0,13	0,13					
Яйцо		0,96	0,80					
Итого:	220			7,36	6,45	25,42	192,00	1,18
УЖИН								
Бефстроганов из отварной говядины	45/45			13,96	11,81	30,23	283,30	4,67
говядина (лопатка б/к)		72,00	72,00					
соль иодированная		0,65	0,65					
масса отварного мяса			45,00					
соус сметанный с луком			45,00					
сметана		10,00	10					
мука пшеничная		3,00	3					
вода		30,00	30,00					
масса белого соуса			30,50					
соль иодированная		0,36	0,36					
Лук репчатый		10,44	9,00					
Масло сливочное		0,90	0,90					
масса соуса сметанного с луком			45,00					
Макаронные изделия (спагетти) отварные с маслом	130/3			5,02	2,89	27,04	154,22	
макаронные изделия (спагетти)		45,50	45,50					
вода		275,00	275,00					
соль иодированная		1,30	1,30					
Масло сливочное		3,00	3,00					
Напиток из шиповника растворимого	180/10			0,61	0,25	18,67	79	89,29
Шиповник растворимый		1,35	1,35					
сахар		10	10					
Вода питьевая		180	180					
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:	443			16,85	12,30	63,66	432,80	93,96
ВСЕГО:	1858			56,06	48,53	253,1	1676,67	116,68

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК								
Каша пшененная молочная	200				4,56	1,27	26,26	134,66
крупа пшененная		25,00	25,00					
Молоко		100,00	100,00					
Вода		76,00	76,00					
Сахар		5,00	5,00					
соль иодированная		1,00	1,00					
Масло сливочное порционно	5				0,04	3,62	0,07	33,00
Масло сливочное		5,00	5,00					
Кофейный напиток с молоком	180				2,85	2,41	14,36	91,00
Кофейный напиток		2,50	2,50					
Сахар		10,00	10,00					
Молоко		90,00	90,00					
Вода		108,00	108,00					
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5				5,59	8,00	15,40	156,40
Батон нарезной		30,00	30,00					
Сыр		10,20	10,00					
Масло сливочное		5,00	5,00					
Итого:	430			13,04	15,30	56,09	415,06	0,40
2 - ой ЗАВТРАК								
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	167	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого:	100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
ОБЕД								
Салат из овощей с морской капустой	50				0,45	2,42	3,04	35,67
капуста морская сушеная		1,09	1,09					
картофель		35,52	26,70					
лук репчатый		8,51	7,09					
огурцы соленые		15,17	8,34					

	масло растительное	2,50	2,50							
	соль иодированная	0,50	0,50							
Суп картофельный с мясом птицы	180/10			4,21	4,12	13,53	117,40	9,84	№83 сб дошк 2016г	
	Картофель	106,6	80							
	Морковь	10	8							
	Лук репчатый	9,6	8							
	Масло растительное	2	2							
	соль иодированная	0,2	0,2							
	Вода	130	130							
	цыплята - бройлеры с/м	29,5	26,2							
	масса отварной мякоти									
	птицы			10,00						
Биточки рубленые из рыбы	80			11,90	7,00	3,98	126,50		ТТК №3	
	рыба (минтай с/м БГ)	81,60	60,00							
	или фарш рыбный	60,00	60,00							
	крупа манная	2,00	2,00							
	яйцо	14,40	12,00							
	Лук репчатый	17,90	15,00							
	вода	6,00	6,00							
	соль иодированная	0,80	0,80							
	сахар	0,20	0,20							
	сухари панировочные	6,00	6,00							
	Масло растительное	2,00	2,00							
	Масса полуфабриката			95,00						
	Масло растительное	2,00	2,00							
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			6,83	3,50	30,66	181,87	0,52	№180, сб дошк 2016	
	крупа гречневая	54,70	54,70							
	вода питьевая	82,00	82,00							
	соль иодированная	0,33	0,33							
	масса каши			115,00						
	морковь	22,00	17,00							
	лук репчатый	2,60	1,70							
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное	3,00	3,00							
Напиток из красной смородины замороженной	180			0,18	0,10	19,3	80		Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020	
	смородина красная замороженная	12,00	12,00							
	сахарный песок	15,00	15,00							
	вода	183,00	183,00							
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144.Дели + 2012	
Итого:	678			26,55	17,68	88,33	630,54	10,36	0,00	
ПОЛДНИК										
Ватрушка Французская	150									
	мука пшеничная	53,5	53,5							
	Сахарный песок	17,13	17,13							
	Масло сливочное	21,4	21,4							
	Творог	48,06	47,13							
	Сахарный песок	17,07	17,07							
	Яйцо куриное	12,96	10,8							
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катья,йогурт)	180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016	
Итого:	335			16,12	14,88	55,84	341,57	1,26		
УЖИН										
Котлеты рубленные из говядины	80									
	говядина б/к (котлетное мясо)	58,5	56,0							
	или фарш говяжий	56,0	56,0							
	лук репчатый	16,7	14,0							
	Хлеб пшеничный	13,0	13,0							
	Вода	11,0	11,0							
	сухари панировочные	4,5	4,5							
	соль иодированная	0,7	0,7							
	масса полуфабриката			99,0						
	Масло растительное	1,0	1,0							
Рагу из овощей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,сб дошк 2016	
	картофель	94,5	70,0							
	морковь	30,0	24,0							

	масса запеченной моркови		22,0						
	Лук репчатый	24,0	20,0						
	масса припущеного лука		16,0						
	капуста свежая	21,0	17,0						
	масса припущеной капусты		15,0						
	соль йодированная	0,8	0,8						
	Масло растительное	5,0	5,0						
	соус:								
	вода	40,0	40,00						
	Масло сливочное	1,8	1,8						
	Мука пшеничная	1,8	1,8						
	Морковь	3,0	2,4						
	Лук репчатый	1,4	1,2						
	томатная паста	2,40	2,40						
	Масло сливочное	0,6	0,6						
	сахар	0,4	0,4						
	соль йодированная	0,4	0,4						
	масса соуса		40,00						
	масса пачы		150,0						
Чай с сахаром и изюмом		180/10/5		0,18	0,04	13,28	52,67		
	чай весовой	0,45	0,45						
	Сахар	10,00	10,00						
	изюм	5,00	5,00						
	Вода	180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:		455			14,38	9,08	39,68	296,17	0,00
ВСЕГО:		1998			71,594	57,438	240,94	1779,34	22,02

№366 ,сб дошк
2016

№ 393
Дели2010

табл 6 стр
134,Дели +
2012

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур	
		(в гр)	(в гр)	брютто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная	200					3,15	0,27	21,39	100,00	
Крупа манная		25,00	25,00							
Молоко		176,00	176,00							
Сахар		5,00	5,00							
соль йодированная		1,00	1,00							
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33,00	
Масло сливочное		5,00	5,00							
Какао с молоком	180					3,67	3,19	15,82	107,00	
Какао-порошок		2,00	2,00							
Сахар		10,00	10,00							
Молоко		110,00	110,00							
Вода		80,00	80,00							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5					5,59	8,00	15,40	156,40	0,21
Батон нарезной		30,00	30,00							
Сыр		10,20	10,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	430					12,45	15,08	52,68	396,40	0,60
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00		№418 сб дошк 2016
Итого:	200					1,00	0,00	20,20	85,34	4,00
ОБЕД										
Винегрет с солеными огурцами	60					0,82	3,71	5,06	56,90	
Картофель		20,64	15,00							
Свекла		15,30	12,00							
Морковь		11,40	9,00							
Огурцы соленые		21,84	12,00							
Масло растительное		3,60	3,60							
Лук репчатый		10,71	9,00							
Щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7					3,48	5,97	7,12	96,20	14,90
Капуста свежая		50,00	40,00							
Картофель		31,92	24,00							
Морковь		12,50	10,00							
Лук репчатый		9,52	8,00							
Масло растительное		4,00	4,00							

№73,128,сб
дошк 2016

		соль иодированная Бульон	1,50 140,00	1,50 140,00					
		говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий	11,90 11,40	11,40 11,40					
		Лук репчатый	1,19	1,00					
		вода	1,00	1,00					
		яйцо	0,96	0,80					
		соль иодированная	0,90	0,90					
		масса полуфабриката							
		фрикаделек		14,30					
		масса готовых фрикаделек		10,00					
		Сметана	7,00	7,00					
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	70/30			9,09	8,96	10,07	157,66	0,31	ТТК 698 от 09.04.2021
		цыплята - бройлеры с/м	68,70	44,60					
		или фарш куриный	44,60	44,60					
		вода	7,00	7,00					
		рис	6,20	6,20					
		масса отварного							
		рассыпчатого риса		17,50					
		Лук репчатый	15,60	13,00					
		Масло растительное	2,50	2,50					
		масса припущеного лука		10,50					
		соль иодированная	0,40	0,40					
		мука пшеничная	4,50	4,50					
		масса полуфабриката		84,00					
		соус сметанно- томатный:		30,00					
		сметана	7,50	7,50					
		мука пшеничная	2,25	2,25					
		вода	22,50	22,50					
		томатная паста	1,20	1,20					
		соль йодированная	0,24	0,24					
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3			5,01	2,89	27,04	154,22		№219, сб дошк2016
		макаронные изделия	45,50	45,50					
		Масло сливочное	3,00	3,00					
		соль иодированная	1,30	1,30					
		Вода	275,00	275,00					
Компот из изюма	180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016
		изюм	18,00	18,00					
		масса отварных сухофруктов		28,80					
		Вода	183,00	183,00					
		сахар	10,0	10,0					
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Деми + 2012
Итого:	715			21,78	22,09	92,11	655,78	15,57	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016
		молоко	189,00	180,00					
Слойка сладкая	50			4,45	4,95	28,50	176,37	0,17	стр 150 СБ Казань 1997
		мука пшеничная	31,00	31,00					
		мука пшеничная на подсыпь	1,00	1,00					
		яйцо	3,00	2,50					
		Масло сливочное	2,50	2,50					
		молоко	12,50	12,50					
		сахар	1,00	1,00					
		дрожжи сухие	0,40	0,40					
		соль иодированная	0,40	0,40					
		масса теста		50,00					
		прослойка:							
		сахар	5,00	5,00					
		Масло сливочное	2,50	2,50					
		масса полуфабриката		57,50					
		яйцо для смазки изделий	0,90	0,75					
		масло растительное для смазки листов	0,13	0,13					
Итого:	230			9,93	9,83	37,57	278,37	2,63	
УЖИН									
Омлет с сыром	10/150			17,28	23,13	2,53	287,50	0,33	№230 сб дошк2016
		Яйцо	126,00	105,00					
		Молоко	40,00	40,00					
		масса омлетной смеси		145,00					

Сыр		10,20	10,00								
Масло сливочное		3,00	3,00								
соль иодированная		0,80	0,80								
масса готового омлета			150,00								
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00				№ 393 Дели2010
чай весовой		0,45	0,45								
Сахар		10,00	10,00								
лимон		8,00	7,00								
Вода		180,00	180,00								
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00			табл 6 стр 134.Дели + 2012
Итого:	372			19,30	23,35	25,03	387,25	0,33			
ВСЕГО:	1947			64,46	70,35	227,59	1803,14	23,13			

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур	
		(в гр)	(в гр)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная	200					5,44	0,55	33,66	108,00	
Крупа пшеничная		25,00	25,00							
Молоко		100,00	100,00							ТТК № 9Д
Вода		76,00	76,00							
Сахар		5,00	5,00							
соль иодированная		1,00	1,00							
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33,00	
Масло сливочное		5,00	5,00							№6 сб дошк 2016
Чай с молоком,сахаром	180/10					2,67	2,34	14,31	89,00	
чай весовой		0,45	0,45							№ 413 сб дошк 2016
Сахар		10	10							
Молоко		92	90							
Вода		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5					2,30	4,50	15,40	111,00	
Батон нарезной		30,00	30,00							№1 Дели2010
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	430					10,45	11,01	63,44	341,00	1,20
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	100	114	100			0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
Итого:	100					0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью	50					0,70	2,54	4,51	43,70	
капуста свежая		55,50	44,40							№21 СБ шк 2016
Масса прогретой капусты			40,00							
морковь		6,25	5,00							
масло растительное		2,50	2,50							
сахарный песок		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	180/7					4,73	9,68	12,59	156,35	
Картофель		79,80	60,00							№82 сбдошк 2016
Крупа перловая		8,00	8,00							
Морковь		10,00	8,00							
Лук репчатый		4,76	4,00							
Масло растительное		3,00	3,00							
огурцы соленые		21,84	12,00							
соль иодированная		1,00	1,00							
Бульон		132,00	132,00							
Сметана		7,00	7,00							
Гуляш из отварной говядины	45/45					11,57	9,30	2,97	141,75	
говядина (лопатка б/к)		72,00	72,0							№293 сб дошк 2016
Масса отварного мяса			45,0							
Вода		33,8	33,8							
Морковь		19,8	15,8							
Лук репчатый		9,37	7,9							
Мука пшеничная		2,3	2,3							
Масло растительное		3,0	3,0							
соль иодированная		0,8	0,8							
Масса соуса			45,0							
Пюре Картофельное	140					2,86	4,48	19,07	128,10	0,23
Картофель		159,60	119,70							
Молоко		22,12	21,00							

Масло сливочное		5,00	5,00						
Соль иодированная		0,52	0,52						
Компот из свежемороженных фруктов	180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016
фрукты свежезамороженные		20,00	20,00						
Вода		183,00	183,00						
сахар		10,0	10,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	692			23,24	26,56	81,96	660,70	22,59	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, йогурт)	180			2,61	2,25	9,9	62,1	1,44	№420 СБ дошк 2016
Йогурт		185,00	180,00						
Кондитерские изделия	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:	210			4,87	5,19	32,22	187,20	1,44	
УЖИН									
Запеканка рисовая с творогом	150/25			10,90	9,60	63,74	385,00	1,02	№203 сб дошк 2016
крупа рисовая		37,00	37,00						
вода		75,00	75,00						
соль иодированная		0,25	0,25						
творог		45,50	45,00						
яйца		6,00	5,00						
сахар		6,00	6,00						
масло сливочное		4,00	4,00						
сухари панировочные		4,00	4,00						
сметана		4,00	4,00						
масса полуфабриката		170,00							
молоко сгущенное		25,00	25,00						
Чай с сахаром	180/10			0,10	0,02	10,00	40,00		№ 392 Дели 2010
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		10,00	10,00						
Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	390			12,90	9,82	86,04	483,75	1,02	
ВСЕГО:	1822			51,86	52,98	273,46	1716,65	36,25	

День 10 - й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная	200			3,75	1,87	18,97	108,00		ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		25,00	25,00						
Молоко		176,00	176,00						
Сахар		5,00	5,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	№395 Дели 2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	430			12,23	15,90	48,80	388,40	0,40	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с	50			1,44	3,09	4,02	49,65		№12 СБ дошк 2016
кукуруза к/с		77,65	46,50						
сахарный песок		1,00	1,00						
масло растительное		3,00	3,00						

говядина б/к (котлетное мясо)	11,90	11,40
или фарш говяжий	11,40	11,40
Лук репчатый	1,19	1,00
яйцо	0,96	0,80
вода	1,00	1,00
соль иодированная	0,10	0,10
Мука пшеничная	15,00	15,00
Яйцо	4,80	4,00
вода	2,80	2,80
соль иодированная	0,20	0,20
Масса лапши		16,00
Морковь	10,00	8,00
Лук репчатый	9,52	8,00
Масло растительное	4,00	4,00
бульон	170,00	170,00
соль иодированная	1,00	1,00

Биточки "Домашние"

70 15,18 6,10 4,95 134,75 0,07 Акт проработки от 25.12.2018 №569

цыпленка - бройлеры с/м	83,25	55,13
или фарш куриный	55,13	55,13
морковь	16,4	13,12
Лук репчатый	12,6	10,5
соль иодированная	0,57	0,57
яйцо	0,84	0,7
Мука пшеничная	5,25	5,25
масло растительное	2,6	2,6

Рагу из овощей

150 2,25 7,38 14,38 133,00 8,68 №148 ,сб дошк 2016

картофель	94,50	70,00
морковь	30,00	24,00
масса запеченной моркови		22,00
Лук репчатый	24,00	20,00
масса припущенного лука		16,00
капуста свежая	21,00	17,00
масса припущенной капусты		15,00
соль йодированная	0,75	0,75
Масло растительное	5,00	5,00

соус:		
вода	40,00	40,00
Масло сливочное	1,80	1,80
Мука пшеничная	1,80	1,80
Морковь	3,00	2,40
Лук репчатый	1,44	1,20
томатная паста	2,40	2,40
Масло сливочное	0,60	0,60
сахар	0,40	0,40
соль йодированная	0,40	0,40
масса соуса		40,00
масса рагу		150,00

Кисель

180 21,00 9,00 180,00 18,00 72,00 № 648, сб шк2004

Кисель-концентрат	21,00	21,00
Сахар	9,00	9,00
вода	180,00	180,00

Хлеб ржаной

45 45,00 45,00 2,98 0,54 17,82 89,10 табл 6 стр 144, Дели + 2012

Итого:

685 26,24 23,40 68,50 397,30 9,39

ПОЛДНИК

Кондитерские изделия

вафли 30 30,00 30,00 1,18 9,18 18,76 162,60

Молоко кипяченое
(молоко)

молоко 180 189,00 180,00 5,48 4,88 9,07 102,00

Итого:

210 6,66 14,06 27,83 264,60 2,46

УЖИН

Тефтели рыбные в сметанном соусе

рыба (минтай с/м БГ) 60/20 55,08 40,50 7,58 6,93 9,94 132,39 0,91

или фарш рыбный 40,50 40,50

Хлеб пшеничный 6,00 6,00

вода 6,00 6,00

яйцо 6,30 5,25

табл 10 стр 202, Дели +, 2012 №419 СБ дошк 2016

№261/а СБ дошк 2011

Лук репчатый		10,80	9,00							
Мука пшеничная		3,75	3,75							
соль иодированная		0,38	0,38							
Масса полуфабриката			70,50							
Масло растительное		2,00	2,00							
соус:										
сметана		5,00	5,00							
вода		15,00	15,00							
Мука пшеничная		1,50	1,50							
соль иодированная		0,13	0,13							
масса соуса			20,00							
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130/3			4,02	3,25	18,14	117,73			№182, сб дошк 2016
Крупа гречневая		32,50	32,50							
Вода		104,00	104,00							
Масло сливочное		3,00	3,00							
соль иодированная		0,30	0,30							
Напиток из шиповника растворимого	180/10			0,61	0,25	18,67	79,00	89,29		№ 417 Дели2016
Шиповник растворимый		1,35	1,35							
сахар		10,00	10,00							
Вода питьевая		180,00	180,00							
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	423			13,73	10,59	56,59	376,12	90,20		
ВСЕГО:	1948			59,86	63,95	221,92	1711,76	106,45		
ИТОГО за 10 дней	19115,00			613,39	584,51	2372,85	17228,09	518,06		

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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептур 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 рецептур блюд для питания детей г. Москвы,выпуск 4,2003

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

1.6. Сборник рецептур 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 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 с 1.09(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 1,5%
кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%

Утверждаю

Директор ООО "АБК - Пэймент"

Рахматуллин Р.Р.



Согласовано

Руководитель дошкольной образовательной
организации

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

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическа я ценность Ккал	витамин C	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша "Дружба" молочная	150			2,51	0,95	18,00	88,50		
Крупа рисовая		11	11						
Крупа пшененная		8	8						
Молоко		80	80						
Вода		52	52						
Сахар		4	4						
соль иодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	
Кофейный напиток		2	2						
Сахар		7,7	7,7						
Молоко		75	75						
вода		106	106						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			7,02	11,18	42,76	297,50	0,16	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром	40			0,50	0,04	4,65	20,93		
морковь		48,00	38,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	150/10			2,90	2,99	10,20	85,97	3,75	
цыплята - бройлеры с/м		17,5	11,4						
или фарш куриный		11,4	11,4						
Лук репчатый		1,19	1						
Яйцо		0,96	0,8						
Вода для фарша		1	1						
соль иодированная		0,1	0,1						
масса готовых фрикаделек			10						
Картофель		59,90	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
суповая засыпка (звездочки)		6,00	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Вода		114,00	114,00						
Котлеты рубленные из говядины	50			7,45	5,50	7,28	108,13		
говядина (котлетное мясо б/к)		36,57	35						
или фарш говяжий		35	35						
лук репчатый		10,4	8,75						
Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
Вода		5,2	5,2						
сухари панировочные		2,8	2,8						
соль иодированная		0,4	0,4						
масса полуфабриката			61,9						
Масло растительное		0,60	0,60						
Капуста тушеная	120			2,48	3,88	11,31	90,12	20,59	
Капуста свежая		172	137,6						
Лук репчатый		5,71	4,8						
Морковь		3	2,4						
Мука пшеничная		1,44	1,44						
Масло растительное		4,2	4,2						

Компот из свежемороженных фруктов	Сахар соль иодированная	3,6 0,8	3,6 0,8							№394 СБ дошк 2016
	фрукты свежезамороженные	150		0,33	0,02	20,83	84,75	0,30		
	Вода	16,50	16,50							
	сахар	152,00	152,00							
Хлеб ржаной		8,0	8,0							табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		40	40	2,64	0,48	15,84	79,2			
		560,00		16,30	12,91	70,11	469,10	24,64		
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		150/5			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток	155	150							
	сахар	5	5							
Булочка дорожная		35		2,73	4,90	18,25	126,70			№453 сб дошк 2016
	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		39,90							
	для крошки:									
	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							
Итого:		190		7,08	8,65	29,24	221,65	1,05		
	УЖИН									
Пудинг рыбный		60/20			11,23	6,77	8,12	136,84		№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)	68,34	50,25							
	масса отварной рыбы		39,75							
	Хлеб пшеничный	8,25	8,25							
	яйцо	6,3	5,25							
	молоко	12	12							
	масло сливочное	2,25	2,25							
	соль иодированная	0,4	0,4							
	Масло растительное	1	1							
	масса пудинга		60							
	Соус молочный									
	молоко	10	10							
	масло сливочное	1,1	1,1							
	Мука пшеничная	1,1	1,1							
	Вода	10	10							
	Сахар	0,2	0,2							
	соль иодированная	0,13	0,13							
	масса соуса		20							
Пюре Картофельное		120			2,46	3,84	16,35	109,80	0,20	№ 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		150/8			0,04	0,01	6,99	28	0,04	№392 Дели2010
	чай весовой	0,4	0,4							
	Сахар	8	8							
	Вода	150	150							
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		393,00			16,39	10,90	48,68	356,89	0,24	
ВСЕГО:		1693,00			47,79	43,64	210,99	1430,48	30,09	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
							Ккал	С	

ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная	150	19	19	4,16	0,17	17,93	90,00		ТТК №1Д
Крупа полбяная									
Молоко		80	80						
вода		52	52						
Сахар		4	4						
соль иодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5	5	5	0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное									
Какао с молоком	160	1,7	1,7	3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дем2010
Какао-порошок									
Сахар		9	9						
Молоко		92	92						
вода		77	77						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	25	25	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Батон нарезной									
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			11,17	12,73	45,16	340,50	0,36	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	95	108,3	95	0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	№386 СБ дошк.2016
Итого:	95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	40			0,55	2,09	3,43	34,64	4,80	№23 сб дошк2016
огурцы соленые		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 мясном бульоне,со сметаной	150/7			1,10	3,20	7,20	62,00	4,80	№110,сбшк2004
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		1,5	1,5						
Бульон		120	120,0						
Сметана		7,0	7,0						
Плов из отварной говядины	150			11,70	11,70	24,00	248,30	0,48	№443 сбшк2004
говядина б/к (лопатка)		39,00	39,0						
масса вареного мяса			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		1,3	1,3						
масса гарнира			126,0						
Кисель	150					15,00	60,00		№648 сбшк2004
Кисель-концентрат		17,50	17,50						
Сахар		7,00	7,00						
вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	537			15,99	17,47	65,47	484,14	10,08	
ПОЛДНИК									
Кондитерское изделие	крекер	15	15,00	15,00	1,35	2,70	9,60	67,47	
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45
(кефир,риженка,катык,йогурт)	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ напиток		155	150					№420 Сб дошк 2016
Итого:	165			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
УЖИН									
Запеканка творожная с повидлом		110/20			19,37	13,26	31,87	321,70	0,36
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							
повидло	20	20							
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5								
чай весовой	0,4	0,4	0,07	0,01	7,10	29,00	1,60	№393 Дели2010	
Сахар	8	8							
лимон	5,55	5							
Вода	150,0	150,0							
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	313			20,96	13,43	48,81	397,70	1,96	
ВСЕГО:	1460,00	0,00	0,00	52,85	47,76	175,05	1340,14	22,35	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур	
		Кол - во (в гр)	брутто	нетто				
ЗАВТРАК								
Каша кукурузная молочная	150							
Крупа кукурузная		19	19		4,4	4,1	19,4	132
Молоко		80	80					0,16
Вода		52	52					ТТК № 2Д
Сахар		4	4					
соль иодированная		0,8	0,8					
Масло сливочное порционно	5							
Масло сливочное		5	5		0,04	3,62	0,07	33
Чай с молоком, сахаром	160/8							
чай весовой		0,4	0,4		2,83	2,49	12,06	82,13
Сахар		8	8					1,27
Молоко		92	90					№413 СБ дошк 2016
Вода		70	70					
Бутерброд с маслом сливочным	25/5							
Батон нарезной		25	25		3,50	5,95	12,90	119,60
Масло сливочное		5	5					0,04 №3 Дели2010
Итого:	353				10,77	16,16	44,43	366,73
2 - ой ЗАВТРАК								
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00 №418 СБ дошк 2016
Итого:	200				1,00	0,00	20,20	85,34
ОБЕД								
Салат из зеленого горошка к/с	30							
зеленый горошек к/с		48,10	28,80		0,89	1,55	1,87	25,08
масло растительное		1,50	1,50					3,30 №10 СБ дошк 2016
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10							
крупа пшененная		9	9					
картофель		60	45					
Морковь		7,5	6					
Лук репчатый		7,14	6					
Масло растительное		1,5	1,5					
соль иодированная		1,0	1,0					
Бульон		105,0	105,0					
цыплята - бройлеры с/м		29,50	26,2					
масса отварной мякоти птицы			10,0					
Фрикадельки мясные в молочном соусе	50/25							
говядина (котлетное мясо б/к)		39,70	38,00					
или фарш говяжий		38,00	38,00					
Хлеб пшеничный		8,00	8,00					
Вода		10,00	10,00					
лук репчатый		4,20	3,50					
Масса полуфабриката			59,00					
Масло сливочное		2,00	2,00					
Соус молочный:								
Молоко		12,50	12,50					
Масло сливочное		1,30	1,30					
Мука пшеничная		1,30	1,30					
Вода		12,50	12,50					

Сахар	0,30	0,30							
соль иодированная	0,30	0,30							
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3								
макаронные изделия	38,50	38,50	4,25	2,77	22,88	133,54			
вода	231,00	231,00							
соль иодированная	1,10	1,10							
масло сливочное	3,00	3,00							
Напиток из красной смородины замороженной	150								
смородина красная	10,00	10,00	0,15	0,10	16,1	67			
сахарный песок	12,00	12,00							
вода	152,00	152,00							
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	568			19,15	15,98	70,39	507,44	8,55	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	150	158	150	4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
Кондитерские изделия	10	10,00	10,00	0,75	0,98	7,44	41,70		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
Итого:	160			5,33	5,06	15,02	126,70	2,05	
УЖИН									
Фрикадельки рыбные отварные	60	61,20	45,00	7,99	2,10	4,38	68,00	0,14	№279 сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		45,00	45,00						
или фарш рыбный		9,00	9,00						
хлеб пшеничный		7,20	6,00						
яйцо		2,00	2,00						
масло сливочное		0,10	0,10						
соль иодированная		9,00	9,00						
Картофель тушёный с овощами в соусе	120	146,30	110,00	2,57	7,11	18,63	148,80	8,73	№144 сбшк 2016
Картофель		4,50	4,50						
масло растительное		7,20	6,00						
Лук репчатый		10,63	8,50						
Морковь		0,34	0,34						
соль иодированная		20,00							
соус		5,00	5,00						
сметана		1,50	1,50						
Мука пшеничная		15,00	15,00						
вода		0,16	0,16						
соль иодированная									
Чай с мармеладом	150/6,5	0,4	0,4	0	0	12,6	47,54	0,015	№ 411 сб дошк 2016
чай весовой		150	150						
вода питьевая		6,5	6,5						
мармелад									
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	
Итого:	356,5			12,08	9,37	45,45	311,34	8,89	
ВСЕГО:	1637,5			48,33	46,57	195,49	1397,55	24,96	

День 4 - й

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									
Омлет натуральный	150	138	115		14,23	18,55	2,60	235,00	0,25
яйцо		40	40						
молоко			155						
масса омлетной смеси		5	5						
масло сливочное		0,7	0,7						
соль иодированная		150							
масса готового омлета									
Кофейный напиток с молоком	165	2	2	2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Ддели 2010
Кофейный напиток		7,7	7,7						
Сахар		75	75						
Молоко		106	106						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Ддели 2010
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						

итого:	350			20,30	26,70	27,19	431,60	0,45	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)	95	141,55	95	0,86	0,19	7,70	40,85	51,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:	95			0,86	0,19	7,70	40,85	51,00	
ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40			0,57	2,43	3,34	37,56		№34 сб шк2016
свекла		48,64	38,00						
масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	150			3,29	3,16	9,92	88,91	3,49	СБ дошк.2016 №87
Картофель		40,05	30						
Горох копотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
Птица, тушеная в соусе с овощами	150			7,58	5,42	13,74	134,17	6,12	№319 СБ дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		84	79,0						
масса отварной мякоти птицы			30,0						
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		82,4	61,6						
морковь		32,0	25,6						
Лук репчатый		17,6	14,4						
зеленый горошек к/с		6,7	4,0						
масло растительные		1,2	1,20						
соль иодированная		0,6	0,6						
масса овощей с соусом			120,0						
Компот из свежемороженных фруктов	150			0,33	0,02	20,83	84,75	0,30	№394 СБ дошк 2016
фрукты свежезамороженные		16,50	16,50						
Вода		152,00	152,00						
сахар		8,0	8,0						
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	530			14,41	11,51	63,67	424,59	9,91	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток	150			2,18	1,88	8,25	51,75		№420 СБ дошк 2016
(кефир,ряженка,капык,йогурт) Йогурт		155,00	150,00						
Булочка с сахаром	35			5,50	1,22	13,59	87,40	0,20	№442 СБ шк 2017
Мука пшеничная		21,00	21,00						
Мука пшеничная на подсыпь		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)		0,84	0,84						
Масло растительное на смазку листов		0,70	0,70						
Итого:	185			7,68	3,10	21,84	139,15	0,20	
УЖИН									
Пудинг творожный со сгущенным молоком	110/20			18,13	15,55	37,43	362,20	0,44	№438 СБ 2004
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							
сгущенное молоко	20,00	20,00							
Чай с сахаром	150/8								
чай весовой	0,4	0,4	0,04	0,01	6,99	28	0,04	№392 Дели2010	
Сахар	8	8							
Вода	150	150							
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	313			20,07	15,76	56,72	448,95	0,48	
ВСЕГО:	1473			63,32	57,26	177,12	1485,14	62,04	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с геркулесовой крупой	150			4,44	4,45	7,17	111,60	0,39	№101 сб дошк 2016
геркулес		9,00	9,00						
Сахар		1,20	1,20						
Молоко		105,00	105,00						
Вода		45,00	45,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Соль		0,70	0,70						
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		9	9						
Молоко		92	92						
вода		77	77						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Батон нарезной	25	25	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	340			9,81	11,84	34,43	308,50	0,71	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с яблоками	40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№47 СБ шк 2017
капуста свежая		39,44	31,56						
соль иодированная		0,56	0,56						
масса прогретой капусты			28,40						
яблоки свежие		9,12	8,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
сахар		2,00	2,00						
Суп из овощей с куриными фрикадельками, со сметаной	150/10/5			2,45	5,06	6,46	85,82	6,34	ТТК 535 23,12,2020
цыплята - бройлеры с/м		17,50	11,40						
или фарш куриный		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
вода		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
картофель		50,00	37,50						
капуста цветная с/м		21,00	19,00						
кукуруза к/с		12,53	7,50						
морковь		9,40	7,50						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		1,00	1,00						
Вода		112,50	112,50						
Сметана		5,00	5,00						
Суфле рыбное	70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 Сб дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)		87,04	64,00						
масса отварной рыбы			50,00						
соус молочный		18,00	18,00						
Молоко		3,00	3						
Масло сливочное									№371 Сб дошк 2016

2 неделя

День 6 - ый

рефрижераторов из отварной говядины		40/40			12,41	10,50	26,87	251,82	4,15	№308 СБ дошк 2016
говядина (лопатка б/к)		64,00	64,00							
соль иодированная		0,60	0,60							
масса отварного мяса			40,00							
соус сметанный с луком			40,00							
сметана		9,00	9							
мука пшеничная		2,70	2,7							
вода		27,60	27,00							
масса белого соуса			27,00							
соль йодированная		0,32	0,32							
Лук репчатый		9,60	8,00							
Масло сливочное		0,80	0,80							
масса соуса сметанного с луком			40,00							
Макаронные изделия (спагетти) отварные с маслом сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54			№219 СБ дошк.2016
макаронные изделия		38,50	38,50							
вода		231,00	231,00							
соль иодированная		1,10	1,10							
масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из шиповника растворимого	150/8			0,51	0,21	15,56	66,12	74,96		№ 417 Дели2016
Шиповник растворимый		1,1	1,1							
сахар		8	8							
Вода питьевая		150	150							
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	134, Дели +	
Итого:	381			15,20	10,95	57,19	388,44	79,11		
ВСЕГО:	1549			46,095	43,065	204,3	1391,69	97,31		

День 7 - ой

	Вода	105	105						
	цыпленка - бройлеры с/м	29,5	26,2						
	масса отварной мякоти птицы		10,00						
Биточки рубленые из рыбы		50							
	рыба (минтай с/м БГ)	51,00	37,50	7,43	3,50	2,50	70,70		ТТК №3
	или фарш рыбный	37,50	37,50						
	Крупа манная	1,25	1,25						
	яйцо	9,00	7,50						
	Лук репчатый	11,10	9,30						
	вода	3,75	3,75						
	соль иодированная	0,35	0,35						
	сахар	0,14	0,14						
	сухари панировочные	3,75	3,75						
	Масло растительное	1,25	1,25						
	Масса полуфабриката		59,00						
	Масло растительное	1,40	1,40						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		110/3							
	крупа гречневая	47,60	47,60	5,78	3,31	25,95	156,93	0,44	№180, сб дошк2016
	вода питьевая	71,00	71,00						
	соль иодированная	0,25	0,25						
	масса каши		100,00						
	морковь	16,50	13,20						
	лук репчатый	2,00	1,65						
	масса каши с овощами		110,00						
	масло сливочное	3,00	3,00						
Напиток из красной смородины замороженной		150							
	смородина красная	10,00	10,00	0,15	0,10	16,1	67		дкг проработки
	сахарный песок	12,00	12,00						
	вода	152,00	152,00						
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		543			20,01	12,39	72,36	489,80	7,87
	ПОЛДНИК								
Ватрушка Французская		130							
	мука пшеничная	46,37	46,37	9,45	9,00	20,50	200,74		Уфа
	Сахарный песок	14,85	14,85						
	Масло сливочное	18,55	18,55						
	Творог	41,70	40,85						
	Сахарный песок	14,80	14,80						
	Яйцо куриное	11,28	9,4						
Кисломолочный напиток		150/5							
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток	155	150						№420 Сб дошк 2016
	сахар	5	5						
Итого:		285			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05
	УЖИН								
Котлеты рубленные из говядины		60							
	говядина (котлетное мясо б/к)	43,9	42,0						
	или фарш говяжий	42,0	42,0						
	лук репчатый	12,50	10,5						
	Хлеб пшеничный	9,75	9,75						
	Вода	6,20	6,20						
	сухари панировочные	3,40	3,4						
	Соль	0,5	0,5						
	масса полуфабриката		74,3						
	Масло растительное	0,8	0,8						
Rагу из овощей		120							
	картофель	71,5	53,0						
	морковь	24,0	19,2						
	масса запеченной моркови		18,0						
	Лук репчатый	20,4	16,8						
	масса припущеного лука		13,2						
	капуста свежая	16,8	13,2						
	масса припущенной капусты		12,0						
	соль йодированная	0,6	0,6						
	Масло растительное	4,0	4,0						
	соус:								
	вода	35,0	35,0						
	Масло сливочное	1,6	1,6						
	Мука пшеничная	1,6	1,6						
	Морковь	2,6	2,1						
	Лук репчатый	1,3	1,1						
	томатная паста	2,1	2,1						
									№366 ,сб дошк 2016

масло сливочное	0,5	0,5							
сахар	0,4	0,4							
соль йодированная	0,4	0,4							
масса соуса	35,0								
масса рагу	120,0								
Чай с сахаром и изюмом	150/8/5								
чай весовой	0,4	0,4	0,15	0,03	10,24	41,35			
Сахар	8	8							
изюм	5	5							
Вода	150	150							
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Итого:	373			11,37	6,87	33,73	241,60		
ВСЕГО:	1651			46,99	39,07	182,69	1280,05	18,83	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная	150			4,47	3,20	21,95	134,60	0,16	ТТК №4Д
Крупа манная		19,00	19,00						
Молоко		132,00	132,00						
Сахар		4,00	4,00						
соль йодированная		0,80	0,80						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		9	9						
Молоко		92	92						
вода		77	77						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			11,48	15,77	49,18	385,10	0,52	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Винегрет с солеными огурцами	40			0,55	2,47	3,37	37,93		№46, сб дошк 2016
Картофель		13,76	10						
Свекла		10,2	8						
Морковь		7,56	6						
Огурцы соленые		14,56	8						
Масло растительное		2,4	2,4						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Щи со свежей капустой скартопфелем ,с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5			3,41	4,67	4,19	74,38	7,30	№124, сбшк2004
говядина (котлетное мясо б/к)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
соль йодированная		0,90	0,90						
масса полуфабриката фрикаделек				14,30					
масса готовых фрикаделек				10,00					
Капуста свежая		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль йодированная		1	1						
Вода		120	120						
Сметана		5	5						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/20			6,47	6,33	7,10	111,47	0,26	ТТК 698 от 09.04.2021

цыпленка - бройлеры с/м		48,80	31,70					
или фарш куриный		31,70	31,70					
вода		5,00	5,00					
рис		4,20	4,20					
масса отварного рассыпчатого риса			12,50					
Лук репчатый		10,80	9,00					
Масло растительное		1,50	1,50					
масса припущеного лука			7,50					
соль иодированная		0,30	0,30					
мука пшеничная		3,50	3,50					
масса полуфабриката			60,00					
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 сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54	№219 Сб дошк.2016
макаронные изделия		38,50	38,50					
вода		231,00	231,00					
соль иодированная		1,10	1,10					
масло сливочное		3,00	3,00					
Компот из изюма	150			0,30	0,02	20,83	84,75	0,30 №394 СБ дошк 2016
изюм		15,00	15,00					
масса отварных сухофруктов			28,80					
Вода		152,00	152,00					
сахар		8,0	8,0					
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2	табл 6 стр 144. Дели + 2012
Итого:	578			17,07	14,27	70,84	483,34	7,86
ПОЛДНИК								
Молоко кипяченое (молоко)	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05 №419 Сб дошк 2016
Слойка сладкая	35	МОЛОКО	158	150				
		мука пшеничная	21,70	21,70	3,12	3,47	19,95	123,50 0,12 стр 150 СбКазань 1997
		мука пшеничная на подпыл яйцо	0,70	0,70				
		Масло сливочное	2,10	1,75				
		молоко	1,75	1,75				
		сахар	8,75	8,75				
		дрожжи сухие	0,70	0,70				
		соль иодированная	0,28	0,28				
		масса теста	0,28	0,28				
		прослойка:	35,00					
		сахар	3,50	3,50				
		Масло сливочное	1,75	1,75				
		масса полуфабриката		40,25				
		яйцо для смазки изделий	0,60	0,50				
		масло растительное для	0,10	0,10				
Итого:	185			7,70	7,55	27,53	208,50	2,17
Омлет с сыром	10/150							
Яйцо		126,00	105,00	17,28	23,13	2,53	287,50	0,33 №230 сб дошк 2016
Молоко		40,00	40,00					
масса омлетной смеси			145,00					
Сыр		10,20	10,00					
Масло сливочное		3,00	3,00					
соль иодированная		0,80	0,80					
масса готового омлета			150,00					
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5							
чай весовой		0,4	0,4	0,07	0,01	7,10	29,00	1,60 №393 Дели2010
Сахар		8	8					
лимон		5,55	5					
Вода		150,0	150,0					

Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	338			19,25	23,34	21,93	375,25	1,93	
ВСЕГО:	1651			56,5	60,93	189,68	1537,53	16,48	

День 9-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	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная	150					6,44	2,86	33,23	184,96
Крупа пшеничная		19	19						
Молоко		75	75						
Вода		57	57						
Сахар		4	4						
соль иодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,63	0,07	33,00
Масло сливочное		5	5						
Чай с молоком, сахаром	160/8					2,83	2,49	12,06	82,13
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		8	8						
Молоко		92	90						
Вода		70	70						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5					1,9	4,4	13	99
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	353					11,21	13,38	58,36	399,09
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	95	108,3	95			0,38	0,38	9,31	41,80
Итого:	95					0,38	0,38	9,31	41,80
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	40					0,56	2,03	3,61	34,96
капуста свежая		44,45	35,56						
Масса прогретой капусты			32,00						
морковь		5,00	4,00						
масло растительное		2,00	2,00						
сахарный песок		2,00	2,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	150/6					1,51	5,98	7,29	92,30
Картофель		59,85	45						
Лук репчатый		3,57	3						
Морковь		7,5	6,0						
Перловая крупа		6,00	6,0						
Огурцы соленые		16,38	9,0						
Масло растительное		2,0	2,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
Бульон		114,0	114,0						
Сметана		6,0	6,0						
Гуляш из отварной говядины	45/45					11,57	9,30	2,97	141,75
говядина (лопатка б/к)		72,00	72,0						
Масса отварного мяса			45,0						
Вода		33,8	33,8						
Морковь		19,8	15,8						
Лук репчатый		9,37	7,9						
Мука пшеничная		2,3	2,3						
Масло растительное		3,0	3,0						
соль иодированная		0,8	0,8						
Масса соуса			45,0						
Пюре Картофельное	120					2,46	3,84	16,35	109,80
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						
соль иодированная		0,45	0,45						
Компот из свежемороженных фруктов	150					0,33	0,02	20,83	84,75
фрукты свежезамороженные		16,50	16,50						
Вода		152,00	152,00						
сахар		8,0	8,0						
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012

Итого:	596			19,07	21,65	66,89	542,76	18,76	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир,ягненка,капык,йогурт)	150			2,18	1,88	8,25	51,75	1,20	№420 СБ дошк 2016
Кондитерские изделия печенье	10	155,00 10,00	150,00 10,00	0,75	0,98	7,44	41,70		136,Дели
Итого:	160			2,93	2,86	15,69	93,45	1,20	
УЖИН									
Запеканка рисовая с творогом крупа рисовая вода соль иодированная творог яйца сахар масло сливочное сухари панировочные сметана масса полуфабриката молоко сгущенное	130/20	32,00 65,00 0,20 40,40 5,16 5,00 3,50 3,50 3,50 3,50 20,00	32,00 65,00 0,20 40,00 4,30 5,00 3,50 3,50 3,50 147,00 20,00	9,33	8,17	54,31	328,20	0,85	№203 сб дошк 2016
Чай с сахаром чай весовой Сахар Вода	150/8	0,4 8 150	0,4 8 150	0,04	0,01	6,99	28	0,04	№392 Дели2010
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:	333			11,27	8,38	73,60	414,95	0,89	
ВСЕГО:	1537			44,85	46,65	223,85	1492,05	32,34	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угли-ды			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная	150			2,81	1,40	14,23	81,00	0,72	№173, сбшк2017
Крупа геркулесовая Молоко Сахар Соль йодированная		19 132 4 0,8	19 132 4 0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		2016
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Кофейный напиток Сахар Молоко вода		2 7,7 75 106	2 7,7 75 106						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Батон нарезной Сыр Масло сливочное		25 5,1 5	25 5 5						
Итого:	355,00			8,92	13,17	38,89	310,60	0,92	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с	30			0,86	1,85	2,41	29,79		№12 СБ дошк 2016
кукуруза к/с		46,80	28,00						
сахарный песок		0,60	0,60						
масло растительное		1,80	1,80						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясными фрикадельками	150/10			3,88	5,18	7,00	95,62	0,54	№94 сб дошк2016
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		11,9 11,4	11,4 11,4						

		сметана	3,75	3,75							
		вода	11,25	11,25							
		Мука пшеничная	1,15	1,15							
		соль иодированная	0,10	0,10							
		масса соуса	15,00								
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	110/3				3,40	3,08	15,35	102,73			№182, сб дошк 2016
		Крупа гречневая	27,50	27,5							
		Вода	88,00	88,0							
		Масло сливочное	3,0	3,0							
		соль иодированная	0,28	0,28							
Напиток из шиповника растворимого	150/8				0,51	0,21	15,56	66,12	74,96		№ 417 Дели 2016
		Шиповник растворимый	1,1	1,1							
		сахар	8	8							
		Вода питьевая	150	150							
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		351				11,09	8,62	48,17	314,70	75,64	
ВСЕГО:		1616,00				46,00	46,70	176,38	1317,10	90,14	
ИТОГО за 10 дней		15948,50				500,68	477,93	1895,07	13923,87	427,67	

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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждений, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептур 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 рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003

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

1.6 Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина I категории упакованности ;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрощенная

рыба мороженая крупная или средняя потрощенная без головы

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

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(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%