

Утверждаю
Директор ООО "АБК - Пэймент"
Рахматуллин Т.Р.

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации



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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3			5,42	5,62	28,37	189,44	0,86	ТТК №7Д	
Крупа рисовая		13,50	13,50							
Крупа пшеничная		10,00	10,00							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		68,00	68,00							
Сахар		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Масло сливочное		3	3							
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дети2010	
Кофейный напиток		2,50	2,50							
Сахар		6,00	6,00							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		108,00	108,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дети2010	
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	398			10,56	12,53	49,86	343,79	2,03		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, латык, напиток ацидофильный)	180/3			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26	№420 СБ дошк 2016	
кисломолочный напиток		185,00	180,00							
сахар		3,00	3,00							
Итого:	180			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26		
ОБЕД										
Икра морковная	50			1,01	0,05	10,28	45,60	2,11	ТТК №135 от 26.02.2019	
морковь		50,00	40,00							
лук репчатый		9,60	8,00							
томатная паста		7,00	7,00							
масло растительное		2,50	2,50							
Сахар		0,50	0,50							
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	180/15			3,91	7,04	15,72	150,49	6,59	№88, сб дошк 2016	
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		26,3	17,1							
Лук репчатый		1,79	1,5							
Яйно		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							
сушеная засыпка (звездочки)		8,00	8,00							
Масло растительное		4,00	4,00							
соль иодированная		1,20	1,20							
Вода		132,00	132,00							
Котлеты рубленные из говядины	70			8,03	10,70	9,16	179,20		СБ дошкольн. №299, 2016	
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		51,16	49							
Лук репчатый		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							
Каша ячменная вязкая с маслом сливочным	130/3			3,02	3,25	24,14	137,73		ТТК №3Д	

Компот из свежемороженных фруктов	Крупа ячневая		27,00	27,00						№394 СБ дошк 2016
	Вода		104,00	104,00						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	фрукты свежемороженные	180	20,00	20,00	0,22	0,13	10,06	43,56	1,62	
	Вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	сахар		6,0	6,0						табл 6 стр 144, Дели + 2012
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
Итого:		673			19,17	21,70	87,19	645,77	10,32	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг рыбный		60/20			10,11	7,85	17,98	174,03	0,46	№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						
Пюре Картофельное	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20						
		140			2,86	4,48	25,08	148,15	16,96	
	Картофель		159,60	119,70						
Чай с сахаром	Молоко		22,12	21,00						№ 339 СБ дошк 2016
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	
Кондитерские изделия	чай весовой		0,45	0,45						№ 392 Дели 2010
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
	вафли	20	20,00	20,00	0,79	6,12	12,51	108,40		
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 10 стр 202, Дели +, 2012 табл 6 стр 134, Дели + 2012
		450			16,10	18,71	76,36	525,09	17,45	
ВСЕГО:		1701,00			48,53	56,05	226,97	1605,97	31,06	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		180/3			3,73	3,61	30,86	183,44	0,86	ТТК №1Д
Крупа полбяная			22,50	22,50						
Молоко			90,00	90,00						
вода			68,00	68,00						
Сахар			2,50	2,50						
соль иодированная			0,50	0,50						
Масло сливочное			3,00	3,00						
Какао с молоком		180			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№397 Дели2010
Какао-порошок			2,00	2,00						
Сахар			6,00	6,00						
Молоко			110,00	110,00						
Вода			80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк2016
Батон нарезной			30,00	30,00						
Сыр			5,10	5,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		403			11,04	12,00	51,68	362,93	2,33	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		180			2,78	2,90	13,30	93,85	0,54	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)			185	180						
кисломолочный напиток										
Итого:		180			2,78	2,90	13,30	93,85	0,54	
ОБЕД										
Салат из картофеля с соевыми огурцами		60			0,73	4,70	5,38	66,83	3,62	№23 сб дошк2016
огурцы соевые			32,76	18,00						

Борщ со свежей капустой, картофелем на бульоне из илдейки, со сметаной	картофель		32,90	24,00						
	морковь		15,36	12,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№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						
Плов из отварной илдейки	Сахар		2,40	2,40						
	Томат-паста		1,00	1,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		2,00	2,00						
	Бульон	200	140,00	140,00	11,19	10,93	30,80	282,55	0,18	№443, сбшк2004
	Сметана		7,00	7,00						
	илдейка филе		44,80	44,8						
	масса отварного мяса			32,0						
	масло сливочное		8,0	8,0						
	Лук репчатый		11,9	10,00						
Сок (или нектар) в ассортименте	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						
		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
	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	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	Итого:	697			19,17	20,97	92,60	659,55	15,11	
	Запеканка творожная с повидлом	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	130/20			10,82	10,06	25,22	272,60	0,66
Творог			121,55	119,20						
Крупа манная			7,80	7,80						
Яйно			6,50	5,42						
Сахар			10,40	10,40						
Сметана			5,20	5,20						
Масло сливочное			5,20	5,20						
Сухари панировочные			5,20	5,20						
соль иодированная			0,65	0,65						
повидло		180/6/7	20,00	20,00	0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	чай яссовый		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
	Булочка дорожная	50			3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк2016
	Мука пшеничная		30,50	30,00						
	мука пшеничная на подовыл		1,00	1,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Масло сливочное		6,50	6,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
Булочка дорожная	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						
	Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
	Итого:	417			16,61	17,30	74,40	529,79	3,49	
ВСЕГО:	1697,00			49,59	53,17	231,98	1646,12	21,47		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/3								
				5,82	4,65	27,68	163,26	0,86	ТТК №2Д
		Крупа кукурузная	22,50	22,50					
		Молоко	90,00	90,00					
		Вода	68,00	68,00					
		Сахар	2,50	2,50					
		соль йодированная	0,50	0,50					

Масло сливочное		3,00	3,00							
Чай с молоком,сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016	
чай вессовой		0,45	0,45							
Сахар		6	6							
Молоко		92	90							
Вода		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010	
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	398			11,14	11,55	53,67	350,70	2,24		
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016	
(молоко)		189	180							
Итого:	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34		
ОБЕД										
Фрукты свежие (яблоки или анельсин, или банан, или мандарин)	100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016	
Огурцы свежие	50			0,35	0,05	0,95	6	2,45		
огурцы свежие		51,00	50,00							
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	180/10			3,76	5,81	18,75	187,89	6,17	№86 сб дошк 2016	
крупя 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 куриные в молочном соусе	50/25			7,87	7,81	6,87	129,10		№ 325 сб дошк 2016	
цыплята - бройлеры с/м		57,00	37,00							
Хлеб пшеничный		9,00	9,00							
Вода		12,00	12,00							
соль иодированная		0,35	0,35							
Масса полуфабриката			57,00							
Масло растительное		0,70	0,70							
Соус молочный:			25,00							
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			3,94	4,72	27,66	154,96		№219 СБ дошк 2016	
макаронные изделия		45,50	45,50							
вола		275,00	275,00							
соль иодированная		1,30	1,30							
Масло сливочное		3,00	3,00							
Напиток из красной смородины замороженной	180			0,18	0,07	14,50	61	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020	
смородина красная замороженная		12,00	12,00							
сахарный песок		10,00	10,00							
вола		183,00	183,00							
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144 Дели - 2012	
Итого:	673			19,47	19,97	95,03	660,25	54,98		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Фрикадельки рыбные отварные	80			7,41	6,10	6,45	73,60	0,42	№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							
вола питьевая		12,00	12,00							
Картофель тушёный с овощами в соусе	140			4,10	7,67	21,30	202,43	36,09	№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							
вола		18,75	18,75							
соль иодированная		0,20	0,20							

Сок (или нектар) в ассортименте	180	180	180	0,09	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Кондитерские изделия печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дели +,2012
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:	740			16,88	17,93	75,68	519,09	40,11	
ВСЕГО:	1991			50,19	52,55	237,87	1623,91	99,67	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			(в гр.)	(в гр.)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
			брутто	нетто						
ЗАВТРАК										
Омлет натуральный		150			6,12	5,08	28,64	207,07	0,28	№229,сб дошк2016
	яйцо		96	80						
	молоко		75	75						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		2,5	2,5						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	масса готового омлета			150						
Кофейный напиток с молоком		180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом		30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	повидло		10,00	10,00						
Итого:		375			11,32	12,01	52,03	369,62	1,61	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		180			2,67	2,98	12,55	88,91	1,44	№420 СБ дошк 2016
(Кефир,ряженка,заквас,напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			2,67	2,98	12,55	88,91	1,44	
ОБЕД										
Салат из свеклы отварной с яблоками		60			0,65	3,65	6,72	62,33	3,86	№36 сб шк2016
	свекла		51,45	40,50						
	яблоки свежие		17,70	15,60						
	сахар		1,80	1,80						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный гороховый на курином бульоне		200			4,39	9,22	23,23	128,60	4,66	№87, сб дошк2016
	Картофель		53,2	40						
	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			8,39	7,22	13,23	199,60	32,40	№319 СБ дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		112	105,0						
	масса отварной мякоти птицы			40,0						№372 СБ дошк 2016
	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		137	103,0						
	морковь		37,5	30,00						
	Лук репчатый		28	23,00						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	масса овощей с соусом			160,0						
Компот из изюма		180			0,31	0,07	14,88	62,06	0,00	
	изюм		18	18,0						
	масса отварных сухофруктов			28,8						
	Вода		183	183,0						
	сахар		6,0	6,0						
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	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели 2012
Итого:		710			18,62	20,89	88,20	600,53	40,92	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг творожный со ступенным молоком		130/20			10,16	15,37	38,17	318,60	0,49	№438 СБ 2004
	Творог		112,06	110,50						

	Манная крупа		10,40	10,40						
	Яйцо		7,80	6,50						
	Сахарный песок		10,40	10,40						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сушари панирочные		5,20	5,20						
	Сметана		5,20	5,20						
	сгущенное молоко		20,00	20,00						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Деиш 2010
	чай весомой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
Булочка с сахаром	Вода	50	180,00	180,00	3,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная		30,00	30,00						
	Мука пшеничная на полнот		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						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134 Деиш + 2012
Итого:		410			16,37	17,38	78,39	538,11	0,79	
ВСЕГО:		1675			48,98	53,26	231,17	1597,17	44,76	

	Лук репчатый		12,00	10,08						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		1,50	1,50						
	Вода		130,00	130,00						
Суфле рыбное	Сметана		7,00	7,00						
		70			8,02	7,61	6,59	122,77	0,28	№284,371 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	масса отварной рыбы			50,00						
Соус молочный	Молоко		18,00	18,00						№371 СБ дошк 2016
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	Мука пшеничная		3,00	3,00						
	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						
Рис отварной рассычатый с маслом сливочным	Масло растительное		2,00	2,00						
		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						
Сок (или нектар) в ассортименте	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
		180	180,0	180,0	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
										табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
Итого:		675			19,48	21,82	87,06	646,97	11,81	
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	150/30			12,33	14,25	42,63	365,68	7,39	№308 СБ дошк 2016
	говядина б/х (котлетное мясо)		39,00	37,50						
	или фарш говяжий		37,50	37,50						
	Масло сливочное		2,80	2,80						
	масса готового мясного фарша			30,00						
	Картофель		190,70	143,45/139,3						
	масса отварного протертого картофеля			136,60						
	Лук репчатый		12,72	10,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
	масса припущенного лука			7,70						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль иодированная		1,50	1,50						
	сладари панировочные		3,20	3,20						
	масса полуфабриката			175,00						
	выход готовой запеканки			150,00						
	Соус сметанный :			30,00						
Чай с сахаром и лимоном	Сметана		7,50	7,50						
	Мука пшеничная		2,00	2,00						
	вода	180/6/7	22,50	22,50	0,12	0,02	6,23	26,12	2,83	№ 393 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
Кондитерское изделие	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
	крекер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	
Итого:		417			16,53	18,10	76,40	552,10	10,22	
ВСЕГО:		1692,00			48,99	54,98	226,92	1643,64	26,50	

2 недели

День 6 - ый

День 6 - ый									
Наименование блока и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
крупа пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2010
чай явсовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						

Бутерброд с маслом сливочным	Вола	30/5	90	90	2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		398			10,49	12,23	50,91	371,68	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)		180			2,58	3,10	13,60	91,89	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185	180						
Итого:		180			2,58	3,10	13,60	91,89	0,54	
ОБЕД										
Салат из картофеля с соевыми огурцами		60			0,73	4,70	5,38	66,83	3,62	№23 сб дошк2016
	огурцы соевые		32,76	18						
	картофель		32,9	24						
	морковь		15,36	12						
	лук репчатый		3,6	3						
	масло растительное		3	3						
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		200			2,15	2,27	23,964	94,6	6,6	№88 СБ дошк 2016
	вермишель		8	8						
	картофель		80	60						
	морковь		10	8						
	лук репчатый		10	8						
	масло растительное		2	2						
	бульон куриный		140	140						
	соль йодированная		1,3	1,3						
Плов из отварной птицы с перловой крупой		200			12,19	12,93	40,80	384,55	0,18	№443, сбшк 2004
	цыплята - бройлеры с/м		78,00	73,60						
	масса отварной мякоти птицы			32,00						
	масло сливочное		8,00	8,00						
	Лук репчатый		11,90	10,00						
	Морковь		16,30	13,00						
	Крупа перловая		70,00	70,00						
	вола		86,00	86,00						
	соль йодированная		2,00	2,00						
	масса гарнира			168,00						
Напиток из красной смородины замороженной		180			0,18	0,07	14,50	61,00	36,36	Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020
	смородина красная замороженная		12,00	12,00						
	сахарный песок		10,00	10,00						
	вола		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		685			18,04	20,45	87,98	635,17	10,40	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с повидлом		130/20			12,82	12,06	29,22	302,60	0,66	№251, сбшшк 2016
	Творог		121,55	119,2						
	Крупа манная		7,8	7,8						
	Яйцо		6,5	5,4						
	Сахар		10,40	10,4						
	Сметана		5,20	5,2						
	Масло сливочное		5,2	5,2						
	Сушари панировочные		5,2	5,2						
	соль йодированная		0,7	0,7						
	повидло		20,0	20,0						
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180	180	0,90	0,00	18,17	76,26	3,6	№418 сб дошк 2016
Кондитерские изделия	вафли	20	20,00	20,00	0,79	6,12	12,51	108,40		табл 10 стр 202, Дели +, 2012
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		380			16,79	18,42	74,67	557,83	4,26	
ВСЕГО:		1643			47,90	54,20	227,16	1656,57	16,58	

День 7- ой

день 7-ой										
Наименование блока 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										
Каши кукурузная молочная с маслом сливочным	180/3			5,84	5,65	30,68	213,26	0,86	ТТК №2Д	
Крупа кукурузная		22,50	22,50							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		68,00	68,00							
Сахар		2,50	2,50							
соль иодированная		0,50	0,50							
Масло сливочное		3,00	3,00							
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010	
Кофейный напиток		2,50	2,50							

	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вола		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом		30/5/10			2,35	4,52	17,41	119,88	0,16	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	повидло		10,00	10,00						
Итого:		408			11,05	12,58	54,07	375,81	2,19	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, латык, напиток ацидофильный)		180/3			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
	сахар		3,00	3,00						
Итого:		180			2,70	3,10	13,55	91,32	1,26	
ОБЕД										
Салат из моркови припущенной с яблоками		60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,62	№41 СБ дошк 2016
	морковь		57,25	45,80						
	яблоки свежие		17,10	15,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с мясом птицы		180/10			4,03	3,89	22,17	148,21	8,87	№63 сб дошк 2016
	картофель		106,6	80						
	Морковь		10	8,00						
	Лук репчатый		9,6	8,00						
	Масло растительное		2	2						
	соль йодированная		0,2	0,2						
	вола		130	130						
	цыплята - бройлеры с/м		29,5	26,2						
	масса отварной мякоти птицы			10,00						
Рагу из овощей с мясным фаршем		150/50			11,38	16,32	23,59	257,30	19,48	№148 ,сб дошк 2016
	фарш говяжий		62,50	62,50						
	Масло растительное		2,50	2,50						
	масса готового мясного фарша			50,00						
	картофель		116,90	70,00						
	морковь		31,92	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		0,80	0,80						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	соус:									№366 ,сб дошк 2016
	вола		40,00	40,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Мука пшеничная		1,80	1,80						
	Морковь		3,20	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 с фаршем			200,00						
Фрукты свежие (яблоки или апельсины, или банан, или мандарин)		100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Компот из свежемороженых фруктов		180			0,22	0,13	10,1	44	1,62	№394 СБ дошк 2016
	фрукты свежемороженые		20,00	20,00						
	Вола		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели 2012
Итого:		775			19,23	20,98	88,57	609,20	32,59	0,00
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Биточки рубленые из рыбы		70			6,54	5,43	8,28	114,60	0,22	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		71,4 52,5	52,5 52,5						
	крупа манная		1,8	1,8						
	яйцо		12,6	10,5						
	Лук репчатый		15,5	13,0						
	вола		5,3	5,3						
	соль йодированная		0,5	0,5						
	сахар		0,2	0,2						
	сухари панировочные		5,3	5,3						
	Масло растительное		1,8	1,8						
	Масса полуфабриката			83,0						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			4,09	5,97	20,33	103,13	1,36	№180, сб дошк2016

	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		2,40	1,50						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с мармеладом		160/15			0	0	28,98	109,342	0,03	№ 411 сб дошк 2016
	чай весомой		0,45	0,45						
	вода питьевая		160	160						
	мармелад		15	15						
Ватрушка с творогом		75			3,22	5,48	9,18	162,00	0,04	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная		39,75	39,75						
	Яйцо куриное		2,52	2,10						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	вода питьевая		16,00	16,00						
	сахарный песок		2,10	2,10						
	дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	мука пшеничная		1,80	1,80						
	творог		30,00	29,25						
	Яйцо куриное		1,62	1,35						
	сахарный песок		1,65	1,65						
	мука пшеничная		1,35	1,35						
	Яйцо куриное		1,8	1,5						
	Масло растительное		0,3	0,3						
	Масло растительное		0,3	0,3						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		483			16,13	17,12	81,54	559,65	1,65	
ВСЕГО:		1846			49,11	53,78	237,74	1635,98	37,69	

День 8 - ой

день 3 - ой

Наименование блок 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 манная молочная с маслом сливочным	180/3			5,15	4,31	29,10	178,49	1,05	ТТК №4Д
Крупа манная		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	5,89	58,83	1,43	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон вчерашний		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	398			11,11	12,00	50,59	349,00	2,48	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ дошк 2016
молоко		189,00	180,00						
Итого:	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	
ОБЕД									
Винегрет с соевыми огурцами	60			0,84	6,02	4,37	75,04	5,78	№46,сб дошк 2016
Картофель		20,64	15,00						
Свекла		15,30	12,00						
Морковь		11,40	9,00						
Огурцы соевые		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			3,79	4,47	18,97	132,10	11,61	№73,128,сб дошк 2016
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						
соль йодированная		1,10	1,50						
вода		140,00	140,00						
говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						

Тфтели: куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	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						
	Сметана		7,00	7,00						
		50/25			8,37	6,70	18,22	170,97	2,39	ТТК 698 от 09.04.2021
	Пыльца - 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 рассычатого риса			12,50						
	Лук репчатый		10,80	9,00						
	Масло растительное		1,50	1,50						
	масса припущенного лука			7,50						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	мука пшеничная		3,50	3,50						
	масса полуфабриката			60,00						
	соус сметанно- томатный:			25,00						
Вермишель отварная с маслом сливочным	сметана		6,25	6,25						
	мука пшеничная		1,90	1,90						
	вода		18,80	18,80						
	томатная паста		1,00	1,00						
ВЕРМИШЕЛЬ	соль йодированная		0,20	0,20						
		130/3			3,74	2,72	27,66	154,96		№219, сб дошк 2016
	вермишель		45,50	45,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из изюма	соль йодированная		1,30	1,30						
	Вода		275,00	275,00						
		180			0,31	0,07	14,88	62,06		№394 СБ дошк 2016
	изюм		18,00	18,00						
Хлеб ржаной	масса отварных сухофруктов			28,80						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Итого:		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		690			19,71	20,45	87,07	622,26	19,78	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			11,12	13,08	25,64	237,07	0,28	№229,сб дошк 2016
	яйцо		96	80						
	молоко		75	75						
	масса омлетной смеси			155						
	масло сливочное		2,5	2,5						
	соль йодированная		0,4	0,4						
Чай с сахаром	масса готового омлета			150						
		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
Кондитерские изделия	Вода		180,00	180,00						
	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дели +,2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134,Дели 2012
Итого:		400			16,47	17,26	76,19	515,00	0,31	
ВСЕГО:		1668			49,99	52,81	227,35	1580,12	24,91	

День 9- ый

День 9- БИ									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каши пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			4,53	4,61	27,86	173,44	0,86	ТТК № 9Д
		22,50	22,50						
Крупа пшеничная		68,00	68,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		2,50	2,50						
Сахар		0,50	0,50						
соль йодированная		3,00	3,00						
Масло сливочное									
Чай с молоком,сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
чай весовой		6	6						
Сахар		92	90						
Молоко		90	90						
Вода									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5			3,64	5,20	14,83	120,67	0,04	№3 сб дошк 2016

Бетон нарезной			30,00	30,00						
Сыр			5,10	5,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		403			11,20	12,21	53,17	369,87	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, сметан, напиток ацидофильный)		180			2,67	2,98	12,55	88,91	1,44	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток			185,00	180,00						
Итого:		180			2,67	2,98	12,55	88,91	1,44	
ОБЕД										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	114	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Огурцы свежие		50			0,35	0,05	0,95	6	2,45	
огурцы свежие			51,00	50,00						
Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сблюшк 2016
цыпленок - 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			79,80	60,00						
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						
Рыба запеченная с картофелем		180			11,88	10,42	27,71	220,50	5,04	№264,370 сб дошк 20
рыба (минтай с/м БГ)			97,92	72,0						
соль иодированная			0,7	0,7						
Картофель			101,5	60,8						
Масло сливочное			6,00	6,0						
сухари панировочные			3,4	3,4						
масла соуса				61,0						
Молоко			31,0	31,0						
Масло сливочное			6,7	6,7						
мука пшеничная			6,7	6,7						
вода питьевая			31,0	31,0						
соль иодированная			0,5	0,5						
масса полуфабриката				200,0						
Кисель		180			0,00	0,00	15,0	60	1	№ 648, сб шк 2004
Кисель-концентрат			21,00	21,00						
Сахар			6,00	6,00						
вода			180,00	180,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Делн - 2012
Итого:		652			18,59	19,98	94,63	621,28	24,60	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка рисовая с творогом		150			8,24	12,50	22,72	227,00	0,06	№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						
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,17	76,26	3,60	№418 сб дошк 2016
Слинка сладкая		50			4,22	4,81	25,22	177,00	0,17	стр 150 СБКазань 19
мука пшеничная			31,00	31,00						
мука пшеничная на подпыл			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						
	яйно для смазки изделий		0,90	0,75						
	масло растительное для смазки									
	листов		0,13	0,13						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		410			15,64	17,55	80,88	550,83	3,83	
ВСЕГО:		1645			48,10	52,71	241,23	1630,89	32,15	

День 10 -ый

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 Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			5,43	5,47	31,83	221,33	0,86	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,51	111,68		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	398			10,57	12,38	53,32	375,68	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	№419 СБ лонж 2016
молоко		189,00	180,00						
Итого:	180			2,70	3,10	13,50	93,87	2,34	
ОБЕД									
Икра свекольная	50			1,17	2,30	6,17	50,05	3,36	№55 СБ лонж 2016
свекла		54,30	40,80						
масса отварной очищенной свеклы			40,00						
Лук репчатый		10,00	8,30						
томатная паста		5,50	5,50						
масло растительное		2,50	2,50						
сахар		0,60	0,60						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180			2,05	4,43	15,30	143,8	0,40	№94 сБ лонж 2016
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			10,18	6,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		83,25	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	24,38	133,00	8,68	№ , № лонж 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 иодированная		0,75	0,75						
Масло растительное		5,00	5,00						
соус:									
вода		40,00	40,00						№3 лонж 2016
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						
Напиток из яблок		180			0,14	0,14	9,32	39,92	3,40	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		34,00	30,00						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		675			18,76	20,89	87,95	609,51	15,91	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,95	14,42	40,79	299,69		№204 СБ шк 2017
	макаронные изделия		49,00	49,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		294,00	294,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	сыр голландский		10,20	10,00						
Напиток из шиповника растворимого		180/6			0,61	0,25	6,71	31,49	89,93	№ 417 Дели 2016
	Шиповник растворимый		1,35	1,35						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода питьевая		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	аркер	20	20,00	20,00	1,80	3,59	12,77	89,74		
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		380			15,64	18,50	75,04	514,20	89,93	
ВСЕГО:		1633			47,68	54,87	229,82	1593,26	110,21	
ИТОГО за 10 дней		17191,00			489,06	538,37	2318,20	16213,63	445,00	

Примечание:

- Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
- При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
- При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.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 блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
- В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина I категории убитая;
 - 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 соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%