

утверждаю

директор ООО «АБК - Пэймент»


R. P. Рахматуллин



Согласовано
Руководитель ДОУ _____

Примерное циклическое десятидневное меню дошкольных образовательных учреждений Елабужского района РТ
с 12ч пребыванием

тверждают

Директор ООО "АБК - Пэймент"

Ахматуллин Р.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 - й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества				Энергетичес- кая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК										
Саша "Дружба" молочная	200				5,16	3,47	23,13	144,50	0,21	ТТК №7Д №14 сб шк 2017 №395 Дели2010
Масло сливочное порционно	5				0,04	3,63	0,07	33,00		
Софейный напиток с молоком	180				2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	
Хлеб с маслом сливочным	30/5				2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
Итого:	420				10,35	14,01	52,96	379,50	0,40	
- 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				1,40	0,40	30,00	129,34	14,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	60				0,75	0,06	6,97	31,40		№42 СБ дошк 2016
Суп со звездочками с картофелем с куриными прикадельками	180/15				4,12	4,23	13,76	118,41	5,01	№88,сб дошк2016
Сотлеты рубленые из говядины	70				10,43	7,70	10,19	151,38		СБ дошкольн. №299, 2016 №354
Капуста тушеная	150				3,30	4,90	14,10	114,60	24,70	сбдошк2016 №394 СБ дошк 2016
Супот из свежемороженных фруктов	180				0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10			
Итого:	700			21,98	17,45	87,84	606,59	30,07		
ПОЛДНИК										
Чурочка дорожная	50				3,39	6,98	26,07	181,00		№453 сб дошк2016
Хлебомолочный напиток(кефир,ряженка,катык,напиток цидофильный)	180/5				5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016
	235			8,61	11,48	38,26	290,95	1,26		
ЖИНОЧЬИ										
Лудинг рыбный	80/30				14,60	9,00	10,80	182,00		№286 СБ дошк 2016
Бюре Картофельное	140				2,86	4,48	19,07	128,10	0,23	№ 339 СБ дошк 2016
Чай с сахаром	180/10				0,10	0,02	10,00	40,00		№ 392 Дели 2010
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		
СЕГОДНЯ:	2020,00			61,80	57,04	261,23	1815,23	45,96		

День 2- ой

ЭНЬ 3 - ИЙ

									№10 Сб дошк 2016
'алат из зеленого горошка к/с	50			0,89	1,55	1,87	25,08		
уп картофельный с пшенной крупой на курином ульоне с мясом птицы	180/10			3,92	4,03	9,72	94,80	6,84	№86 сб дошк 2016
рикадельки мясные в молочном соусе	50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	№ 305 сб дошк 2016
акаронные изделия отварные с маслом	130/3			5,02	2,89	27,04	154,22		№219 Сб дошк 2016
									Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020 табл 6 стр 144,Дели + 2012
апиток из красной смородины замороженной	180			0,18	0,10	19,3	80		
леб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
того:	673			20,69	16,71	82,15	568,20	6,91	
ОЛДНИК									
олоко кипяченое	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016 табл 6 стр 136,Дели +, 2012
ондитерские изделия (печенье)	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10		
того:	210			7,74	7,82	31,39	227,10	2,46	
ЖИН									
рикадельки рыбные отварные	80			10,66	3,00	5,85	93,00	0,18	№279 сб дошк 2016
артофель тушёный с овощами в соусе	140			3,00	8,30	21,74	173,60	10,19	№144 сбшк 2016
леб с мармеладом	180/13			0,00	0,00	25,20	95,07	0,03	№ 411 сб дошк 2016 табл 6 стр 134,Дели + 2012
леб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
того:	443			15,94	11,54	67,55	432,17	10,40	
СЕГО:	1956			56,228	48,326	256,844	1688,81	25,18375	

ень 4 - й

исломолочный напиток кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильтральный)	180			2,61	2,25	9,9	62,1	1,44	№420 СБ дошк 2016
уличка с сахаром	50			7,87	1,75	19,43	125,00	0,27	№442 СБ шк 2017
Итого:	230			2,61	2,25	9,90	62,10	1,44	
ЖИВ									
Удлинг творожный со сгущенным молоком	120/30			20,40	16,98	45,55	416,70	0,57	№438 СБ 2004 № 392 Дели 2010 табл 6 стр 134, Дели + 2012
ай с сахаром	180/10			0,10	0,02	10,00	40,00		
Леб 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	
СЕГО:	1785			69,85	64,75	212,14	1720,27	75,72	

Часть 5 - йый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетичес кая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Уп молочный с геркулесовой крупой	180			5,33	5,34	8,61	133,92	0,50	№101, сбшк2016 №397 Дели2010
акао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	107,00	0,39	
утерброд с маслом сливочным	30/10			2,34	8,12	15,46	144,00		№1 Дели2010
Итого:	400			11,34	16,65	39,89	384,92	0,89	
- ой ЗАВТРАК									
ок (или нектар) 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	
БЕД									
алат из свежей капусты с яблоками	50			0,70	2,54	4,51	43,70	16,23	№47 СБ шк 2017
уп из овощей с куриными фрикадельками, со метаной	180/10/7			2,82	6,36	8,37	108,13	8,43	ТТК 535 23,12,2020 №284 СБ дошк 2016
уфле рыбное	70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	
жс отварной с маслом сливочным	130/3			3,14	3,20	31,73	168,39		№304 сб шк 2017
апиток из яблок	180			0,12	0,12	17,91	73,20	1,20	№390 СБ дошк 2016 табл 6 стр 144, Дели + 2012
леб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:	675			17,62	17,06	50,61	433,13	26,16	
ОЛДНИК									
олоко кипяченое	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016 табл 10 стр 202, Дели , 2012
эндитерские изделия (вафли)	30	30,00	30,00	1,18	9,18	18,76	162,60		
Итого:	210			6,66	14,06	27,83	264,60	2,46	
ЖИВ									
кра морковная	50			1,10	2,30	5,43	46,84	2,60	ТТК №135 от 26.02.2019
леканка картофельная с мясом со сметанным усом	200/30			15,58	13,38	33,89	318,48	4,76	№308 СБ дошк 2016
ий с сахаром и лимоном	180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00		№ 393 Дели2010 табл 6 стр 134, Дели + 2012
леб 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	

СЕГО: 1977,00 54,56 63,59 195,43 1609,56 40,87

2 неделя

Часть 6 - ый

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-ды			
ЗАВТРАК											
Каша рисовая молочная	200					5,92	3,60	42,82	228,00	0,96	ТТК №8Д №6 сб дошк 2016
Фасолю сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33,00		№413 сб дошк 2016
Чай с молоком, сахаром	180/10					2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	
Утеброда с маслом сливочным	30/5					2,30	4,50	15,40	111,00		№1 Дели2010
Итого:	430					10,93	14,06	72,60	461,00	2,16	
- ой ЗАВТРАК											
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или андарин)	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	
БЕД											
Салат из соленых огурцов с луком	50					0,43	2,55	1,30	29,90	2,78	№20 СБ дошк 2016
Суп картофельный с вермишелью на курином ульоне	200					2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	№88 СБ дошк 2016
Саркое из птицы по-домашнему	190					14,55	9,87	18,20	219,33		ТТК №580/а от 24.06.2020
Салатик из апельсинов	180					0,41	0,09	30,6	125		№392, СБ дошк 2016 табл 6 стр 144, Дели + 2012
Леб ржаной	45	45	45			2,98	0,54	17,82	89,1		
Итого:	665					20,52	15,32	81,62	546,87	9,38	
ОЛДНИК											
Исломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)	180					5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Пирожок печёный с повидлом	40					2,14	1,95	17,86	100,00	0,64	№437 СБ дошк 2016
Итого:	220					7,36	6,45	25,42	192,00	1,18	
ЖИН											
Бифстроганов из отварной говядины	45/45					13,96	11,81	30,23	283,30	4,67	№308 СБ дошк 2016
Лакаронные изделия (спагетти) отварные с маслом	130/3					5,02	2,89	27,04	154,22		№219 СБ дошк 2016
Салатик из шиповника растворимого	180/10					0,61	0,25	18,67	79	89,29	№ 417 Дели2016 табл 6 стр 134, Дели + 2012
Леб 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	
СЕГО:	1858					56,06	48,53	253,1	1676,67	116,68	

ень 7- ой

ярукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или андарин)	100	167	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	№ 386 СБ дошк 2016
Итого:	100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
БЕД									
салат из овощей с морской капустой	50			0,45	2,42	3,04	35,67		№49 СБ дошк 2016
уп картофельный с мясом птицы	180/10			4,21	4,12	13,53	117,40	9,84	№83 сб дошк 2016г
иточки рубленые из рыбы	80			11,90	7,00	3,98	126,50		ТТК №3
каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			6,83	3,50	30,66	181,87	0,52	№180, сб дошк 2016 Акт проработки ТТК №640 от 23.12.2020 табл 6 стр 144, Дели + 2012
лапиток из красной смородины замороженной	180			0,18	0,10	19,3	80		
хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:	678			26,55	17,68	88,33	630,54	10,36	0,00
ЮЛДНИК									
батрушка Французская	150			10,90	10,38	23,65	231,62		№248, Партнер Уфа
желломочный напиток									
Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	180/5			5,22	4,50	12,19	109,95	1,26	№420 СБ дошк 2016
Итого:	335			16,12	14,88	35,84	341,57	1,26	
ЖИХ									
отлеты рубленные из говядины	80			11,92	8,80	11,64	173,00		СБ дошкольн. №299, 2016
агу из овощей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	№148 ,сб дошк 2016
чай с сахаром и изюмом	180/10/5			0,18	0,04	13,28	52,67		№ 393 Дели2010 табл 6 стр 134, Дели + 2012
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	
СЕГО:	1998			71,594	57,438	240,94	1779,34	22,02	

страница 8 - ой

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	углы-ды	C
ЗАВТРАК									
каша манная молочная	200					3,15	0,27	21,39	100,00
асфло сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33,00
акао с молоком	180					3,67	3,19	15,82	107,00
утерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5					5,59	8,00	15,40	156,40
того:	430					12,45	15,08	52,68	396,40
- ой ЗАВТРАК									
ок (или нектар) ассортименте	200	200	200			1,00	0,00	20,20	85,34
того:	200					1,00	0,00	20,20	85,34
БЕД									
инегрет с солеными огурцами	60					0,82	3,71	5,06	56,90
чи со свежей капустой и картофелем на курином фаршоне с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7					3,48	5,97	7,12	96,20
эфтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	70/30					9,09	8,96	10,07	157,66
акаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3					5,01	2,89	27,04	154,22

Сок из яблок	180			0,40	0,02	25,00	101,70	0,36	№394 СБ дошк 2016 табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:	715			21,78	22,09	92,11	655,78	15,57	
ПОДНИК									
Хлебок кипяченое	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	№419 СБ дошк 2016 стр 150 СБКазань 1997
Хлопка сладкая	50			4,45	4,95	28,50	176,37	0,17	
Итого:	230			9,93	9,83	37,57	278,37	2,63	
ЖИВ									
Сыр с сыром	10/150			17,28	23,13	2,53	287,50	0,33	№230 сб дошк2016 № 393 Дели2010 табл 6 стр 134, Дели + 2012
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7			0,12	0,02	10,20	41,00		
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
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	
ЗАВТРАК									
Саша пшеничная молочная	200					5,44	0,55	33,66	108,00
Ласло сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33,00
Чай с молоком, сахаром	180/10					2,67	2,34	14,31	89,00
Чай с маслом сливочным	30/5					2,30	4,50	15,40	111,00
Итого:	430					10,45	11,01	63,44	341,00
- ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	100	114	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	
БЕД									
Халат из свежей капусты с морковью	50					0,70	2,54	4,51	43,70
Ассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	180/7					4,73	9,68	12,59	156,35
Уляш из отварной говядины	45/45					11,57	9,30	2,97	141,75
Кюре Картофельное	140					2,86	4,48	19,07	128,10
Суп из свежемороженных фруктов	180					0,40	0,02	25,00	101,70
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:	692			23,24	26,56	81,96	660,70	22,59	
ПОДНИК									
Числомолочный апиток(кефир, ряженка, катык, напиток цидофильный)	180					2,61	2,25	9,9	62,1
Бондитерские изделия (печенье)	30	30,00	30,00	2,26	2,94	22,32	125,10		
Итого:	210			4,87	5,19	32,22	187,20	1,44	
ЖИВ									
Печанка рисовая с творогом	150/25					10,90	9,60	63,74	385,00
Чай с сахаром	180/10					0,10	0,02	10,00	40,00
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	

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	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	углы-ды			
ЗАВТРАК									
Саша Геркулесовая молочная	200			3,75	1,87	18,97	108,00		ТТК №5Д №6 сб дошк 2016 №395 Дели2010 №3 сб дошк2016
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		
Софейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,36	91,00	0,19	
Чайторброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			5,59	8,00	15,40	156,40	0,21	
Итого:	430			12,23	15,90	48,80	388,40	0,40	
- ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар)	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
ассортименте									
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
БЕД									
Салат из кукурузы к/с	50			1,44	3,09	4,02	49,65		№12 СБ дошк 2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясными прикадельками	180/10			4,39	6,29	9,33	118,80	0,64	№94 сб дошк2016 Акт проработки от 25.12.2018 №569
Биточки "Домашние"	70			15,18	6,10	4,95	134,75	0,07	№148 ,сб дошк 2016
Салат из овощей	150			2,25	7,38	14,38	133,00	8,68	
Сисель	180					18,00	72,00		№ 648, сб шк2004 табл 6 стр 144,Дели + 2012
Слеб ржаной	45	45,00	45,00	2,98	0,54	17,82	89,10		
Итого:	685			26,24	23,40	68,50	597,30	9,39	
ЮДНИК									
Индейские изделия (вафли)	30	30,00	30,00	1,18	9,18	18,76	162,60		табл 10 стр 202, Дели +,2012 №419 СБ дошк 2016
Хлоро кипяченое	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	
Итого:	210			6,66	14,06	27,83	264,60	2,46	
ЖИНОЧИЕ									
Салат из кукурузы в сметанном соусе	60/20			7,58	6,93	9,94	132,39	0,91	№261/а СБ дошк 2011
Салат гречневая вязкая с маслом сливочным	130/3			4,02	3,25	18,14	117,73		№182,сбдошк 2016 № 417 Дели2016
Салат из шиповника растворимого	180/10			0,61	0,25	18,67	79,00	89,29	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Салат пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	
Итого:	423			13,73	10,59	56,59	376,12	90,20	
СЕГО:	1948			59,86	63,95	221,92	1711,76	106,45	
ВСЕГО за 10 дней	19115,00			613,39	584,51	2372,85	17228,09	518,06	

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

с составом 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 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных

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

2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных

колах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.

3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

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

.4. Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
.6. Сборник рецептур на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
i. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
овядина 1 категории упитанности ;
пельскозаяйственная птица охлажденная потрошенная
яыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
бца 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)
жасло сливочное с массовой долей жира 72,5%
ттурыцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
жетана с массовой долей жира 15%
исломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%

тверждаю

Директор ООО"АБК - Пэймент"

Ахматудина 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

День 1 - й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	витамин	Сборник рецептур
		брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Саша "Дружба" молочная	150			2,51	0,95	18,00	88,50		ТТК №7Д №6 сб дошк 2016
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		
Софейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
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	№418 сб дошк 2016
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		№42 СБ дошк 2016
Суп со звездочками с картофелем с куриными прикадельками	150/10			2,90	2,99	10,20	85,97	3,75	140сбшк2004 СБ дошкольн. №299, 2016
Сотлеты рубленные из говядины	50			7,45	5,50	7,28	108,13		№354 сбдошк2016
Салата тушеная	120			2,48	3,88	11,31	90,12	20,59	№394 СБ дошк 2016
Сок из свежемороженных фруктов	150			0,33	0,02	20,83	84,75	0,30	табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	560,00			16,30	12,91	70,11	469,10	24,64	
ПОЛДНИК									
Сырломоночный напиток кефир, ряженка, катык, напиток цидофильный)	150/5			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05	№420 Сб дошк 2016
Хлопочка дорожная	35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 сб дошк2016
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
Юре Картофельное	120			2,46	3,84	16,35	109,80	0,20	№ 339 СБ дошк 2016
Чай с сахаром	150/8			0,04	0,01	6,99	28	0,04	№392 Дели2010
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			Энергетическа я ценность	витамин	Сборник рецептур
		брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды			

ЗАВТРАК								
Каша полбяная молочная	150			4,16	0,17	17,93	90,00	ТТК №1Д №6 сб дошк 2016 №397 Дели2010
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00	
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04 №3 Дели2010
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
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
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/7			1,10	3,20	7,20	62,00	4,80 №110,сбшк200 4 №443 сбшк2004
Плов из отварной говядины	150			11,70	11,70	24,00	248,30	0,48 №648 сбшк2004
Кисель	150					15,00	60,00	табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
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 (кефир, риженка, катык, напиток ацидофильный)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45 №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 № 251 сб дошк 2016 №393
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5			0,07	0,01	7,10	29,00	1,60 Дели2010 табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00
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	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная	150					4,4	4,1	19,4	132 0,16 ТТК № 2Д
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,62	0,07	33 №6 сб дошк 2016
Чай с молоком, сахаром	160/8					2,83	2,49	12,06	82,13 1,27 №413 Сб дошк 2016
Бутерброд с маслом сливочным	25/5					3,50	5,95	12,90	119,60 0,04 №3 Дели2010
Итого:	353			10,77	16,16	44,43	366,73	1,47	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок 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 зеленого горошка к/с	30					0,89	1,55	1,87	25,08 3,30 №10 СБ дошк 2016

Суп картофельный с пшеничной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10			3,52	3,48	7,30	77,62	5,18	№86 сб дошк 2016
Фрикадельки мясные в молочном соусе	50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	№ 305 сб дошк 2016
Макаронные изделия отварные с маслом слиновым	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54		№219 Сб дошк.2016 Акт проработки ТТК №640 от 22.12.2010 табл 6 стр 144,Дели + 2012
Напиток из красной смородины замороженной	150			0,15	0,10	16,1	67		
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	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016 табл 6 стр 136,Дели +,2012
Кондитерские изделия (печенье)	10	10,00	10,00	0,75	0,98	7,44	41,70		
Итого:	160			5,33	5,06	15,02	126,70	2,05	
УЖИН									
Фрикадельки рыбные отварные	60			7,99	2,10	4,38	68,00	0,14	№279 сб дошк 2016
Картофель тушёный с овощами в соусе	120			2,57	7,11	18,63	148,80	8,73	№144 сбшк 2016
Чай с мармеладом	150/6,5			0	0	12,6	47,54	0,015	№ 411 сб дошк 2016 табл 6 стр 134,Дели + 2012
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 - ый

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильтрный)	150			2,18	1,88	8,25	51,75		№420 СБ дошк 2016
Булочка с сахаром	35			5,50	1,22	13,59	87,40	0,20	№442 СБ шк 2017
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 №392 Дели2010
Чай с сахаром	150/8			0,04	0,01	6,99	28	0,04	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
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)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	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
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
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
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
Суфле рыбное	70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 Сб дошк 2016
Рис отварной с маслом сливочным	110/3			2,66	2,49	26,87	140,63		№304 сб шк 2017
Чапиток из яблок	150			0,10	0,10	14,93	61,00	1,00	№390 СБ дошк 2016
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	578			16,75	15,17	42,84	379,98	20,62	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
Сладкие изделия (вафли)	10	10,00	10,00	0,39	3,06	2,48	13,90		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:	160			4,97	7,14	10,06	98,90	2,05	
УЖИН									
Картофельная с мясом со сметанным усом	30			0,66	1,38	3,26	28,10		ТТК №135 от 26.02.2019
Салаканка картофельная с мясом со сметанным усом	160/20			12,41	10,50	26,87	251,82	4,15	№308 СБ дошк 2016
Лай с сахаром и лимоном	150/8/5			0,07	0,01	7,10	29,00	1,60	№393 Дели2010
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	403			15,42	12,13	51,99	379,42	5,75	
ВСЕГО:	1681			47,95	46,28	159,52	1252,14	33,13	

2 неделя

День 6 - 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									
Каша рисовая молочная	150			4,24	2,22	29,78	156,00	0,15	ТТК № 8Д №14 сб шк 2017
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		2016
Чай с молоком, сахаром	160/8			2,83	2,49	12,06	82,13	1,27	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,90	4,40	13,00	99,00		№1 Дели2010
Итого:	353			9,01	12,74	54,91	370,13	1,42	
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
Итого:	95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	
ОБЕД									
Салат из солёных огурцов с луком	30			0,26	1,52	0,78	17,73	1,24	2016
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	150			1,6	1,7	10,28	62,85	4,95	№88 СБ дошк 2016
Жаркое из птицы по-домашнему	160			10,18	9,52	6,33	151,38		ТТК №580/а от 24.06.2020 №392, СБ дошк 2016
Напиток из апельсинов	150			0,34	0,08	25,5	104		144,Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	530			15,02	13,30	58,73	415,32	6,19	
ПОЛДНИК									
Холодомолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Пирожок печёный с повидлом	40			2,14	1,95	17,86	100,00	0,64	№437 СБ дошк 2016
Итого:	190			6,49	5,70	24,16	176,00	1,09	
УЖИН									
Бифстроганов из отварной говядины	40/40			12,41	10,50	26,87	251,82	4,15	№308 СБ дошк 2016
Макаронные изделия (спагетти) отварные с маслом сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54		№219 СБ дошк.2016
Напиток из шиповника растворимого	150/8			0,51	0,21	15,56	66,12		№ 417 Дели2016
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

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная	150			3,72	3,80	20,95	132,90	0,21	ТТК №6Д №14 сб шк 2017
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Итого:	355			9,83	15,58	45,61	362,50	0,41	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или ананас, или мандарин)	95	158,65	95	1,43	0,48	20,00	91,20	9,50	№ 386 СБ дошк 2016

Итого:	95			1,43	0,48	20,00	91,20	9,50	
ОБЕД									
Салат из овощей с морской капустой	30			0,27	1,45	1,82	21,40		№49 Сб дошк 2016
Суп картофельный с мясом птицы	150/10			3,74	3,55	10,15	94,57	7,43	№83 СБ дошкольн 2016
Биточки рубленые из рыбы	50			7,43	3,50	2,50	70,70		ТТК №3
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/3			5,78	3,31	25,95	156,93	0,44	№180, сб дошк2016 Акт проработки ТТК №640 от табл 6 стр 144, Дели + 2012
Напиток из красной смородины замороженной	150			0,15	0,10	16,1	67		
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	543			20,01	12,39	72,36	489,80	7,87	
ПОЛДНИК									
Ватрушка Французская	130			9,45	9,00	20,50	200,74		№248, Партнер Уфа
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильтрный)	150/5			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05	№420 Сб дошк 2016
Итого:	285			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05	
УЖИН									
Котлеты рубленные из говядины	60			8,94	6,60	8,73	129,75		Сб дошкольн. №299, 2016 №148 ,сб дошк 2016
Рагу из овощей	120			1,80	5,90	11,50	106,40	6,94	№392 Дели2010 табл 6 стр 134, Дели + 2012
Чай с сахаром и изюмом	150/8/5			0,15	0,03	10,24	41,35		
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	0,00	
ВСЕГО:	1651			46,99	39,07	182,69	1280,05	18,83	

День 8 - ой

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	C
ЗАВТРАК										
Саша манная молочная	150					4,47	3,20	21,95	134,60	0,16
Масло сливочное порционно	5					0,04	3,63	0,07	33,00	ТТК №4Д №14 сб шк 2017 №397 Дели2010
Сакао с молоком	160					3,47	2,99	14,26	97,90	0,32
Хуртброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5					3,50	5,95	12,90	119,60	0,04
Итого:	350			11,48	15,77	49,18	385,10	0,52		
2 - ой ЗАВТРАК										
Хок 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										
Бинегрет с солеными огурцами	40					0,55	2,47	3,37	37,93	№46,сб дошк 2016
Ци со свежей капустой с картофелем на урином бульоне ,с мясными фрикадельками о сметаной	150/10/5					3,41	4,67	4,19	74,38	7,30
Чефтели куриные с рисом в сметанно-сырятном соусе	50/20					6,47	6,33	7,10	111,47	0,26
										ТТК 698 от 09.04.2021

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54		№219 Сб дошк.2016 №394 СБ дошк 2016 табл 6 стр 144,Дели + 2012
Компот из изюма	150			0,30	0,02	20,83	84,75	0,30	
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	578			17,62	16,74	74,21	521,27	7,86	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016 стр 150 СбКазань 1997
Слойка сладкая	35			3,12	3,47	19,95	123,50	0,12	
Итого:	185			7,70	7,55	27,53	208,50	2,17	
УЖИН									
Омлет с сыром	10/150			17,28	23,13	2,53	287,50	0,33	№230 сб дошк 2016 №393 Дели2010 табл 6 стр 134,Дели + 2012
Чай с сахаром и лимоном	150/8/5			0,07	0,01	7,10	29,00	1,60	
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
Итого:	338			19,25	23,34	21,93	375,25	1,93	
ВСЕГО:	1651			57,05	63,4	193,05	1575,46	16,48	

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брutto	нетто	белки	жиры	угл-ды	
ЗАВТРАК								
Каша пшеничная молочная	150				6,44	2,86	33,23	184,96
Масло сливочное порционно	5				0,04	3,63	0,07	33,00
Чай с молоком,сахаром	160/8				2,83	2,49	12,06	82,13
Бутерброд с маслом сливочным	25/5				1,9	4,4	13	99
Итого:	353			11,21	13,38	58,36	399,09	1,99
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
Итого:	95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50
ОБЕД								
Салат из свежей капусты с морковью	40				0,56	2,03	3,61	34,96
Салат соленый ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	150/6				1,51	5,98	7,29	92,30
Салат из отварной говядины	45/45				11,57	9,30	2,97	141,75
Блюдо Картофельное	120				2,46	3,84	16,35	109,80
Сок компот из свежемороженных фруктов	150				0,33	0,02	20,83	84,75
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
Итого:	596			19,07	21,65	66,89	542,76	18,76
ПОЛДНИК								
Йогуртмолочный напиток кефир,ряженка,капык,напиток цидофильтрный)	150				2,18	1,88	8,25	51,75
Сладости кондитерские изделия (печенье)	10	10,00	10,00	0,75	0,98	7,44	41,70	1,20
Итого:	160			2,93	2,86	15,69	93,45	1,20
УЖИН								
Апеканка рисовая с творогом	130/20				9,33	8,17	54,31	328,20
								0,85
								№203 сб дошк 2016

Чай с сахаром	150/8			0,04	0,01	6,99	28	0,04	№392 Дели2010 134,Дели + 2012
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
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 Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная	150			2,81	1,40	14,23	81,00	0,72	№173, сбшк2017
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		2016
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
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
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясными фрикадельками	150/10			3,88	5,18	7,00	95,62	0,54	№94 сб дошк2016 Акт проработки от
Биточки "Домашние"	50			10,84	4,36	3,54	96,25	0,05	
Рагу из овощей	120			1,80	5,90	11,50	106,40	6,94	№148 ,сб дошк 2016
Кисель	150					15,00	60,00		№648 сбшк2004 табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	550			20,02	17,77	55,29	467,26	7,53	
ПОЛДНИК									
Кондитерские изделия (вафли)	10	10,00	10,00	0,39	3,06	6,25	54,20		табл 10 стр 202 Дели +,2012 №419 Сб дошк 2016
Молоко кипяченое	150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	
ИТОГО	160			4,97	7,14	13,83	139,20	2,05	
УЖИН									
Гофтели рыбные в сметанном соусе	45/15			5,66	5,17	7,42	98,85	0,68	№261/а СБ дошк 2011
Саша гречневая вязкая с маслом сливочным	110/3			3,40	3,08	15,35	102,73		№182,сбдошк 2016
Чапиток из шиповника растворимого	150/8			0,51	0,21	15,56	66,12	74,96	№ 417 Дели2016 табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	
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			501,23	480,40	1898,44	13961,80	427,67	

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 о 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждений, Тутельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели прнт 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., МогильныйМ.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
- говядина 1 категории упитанности ;
сельскозоэйственная 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 укуса, с лимонной кислотой
сметана с массовой долей жира 15%
кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%