

«Бюллетен 19/19. от 06.09.2017г.
«Детский сад № 2
«Золотая рыбка»
от Кимми П.А.

День 1 -ый

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 брутто	Кол - во нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
Завтрак									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4			5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная Молоко Вода Сахар соль иодированная Масло сливочное	18	18							
	70	70							
	53	53							
	2	2							
	0,4	0,4							
	4	4							
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток Сахар Молоко Вода	2,50	2,50							
	6,00	6,00							
	90,00	90,00							
	108,00	108,00							
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной Масло сливочное	25	25							
	5	5							
Итого:	360			10,09	12,37	54,42	355,17	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык, напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток	155	150						
	сахар	2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Салат из припущеной моркови	40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,04	ТТК
морковь масса припущеной Сахарный песок	51,78	41,42							
		38,00							
	2,00	2,00							
Суп гороховый с картофелем, на курином бульоне, с гренками	150/10			4,54	3,32	17,53	125,77	3,50	Сб дошк 2016 №87, 128
Плов из отварной птицы	Картофель	40,05	30						
	Горох колотый	12,15	12						
	лук репчатый	7,2	6						
	Морковь	9,6	7,5						
	соль иодированная	0,5	0,5						
	Масло растительное	3	3						
	Бульон	105	105						
	гренки пшеничные:		10						
	хлеб пшеничный	18,75	15,75						
		150		12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321 сб дошк 2016
Компот из урюка	цыплята-бройлеры с/м	58,50	55,2						
	масса отварной птицы		24,0						
	масло сливочное	5,0	5,0						
	Лук репчатый	8,9	7,5						
	Морковь	12,5	10,0						
	Крупа рисовая	32,0	32,0						
	вода	65,0	65,0						
	соль иодированная	0,5	0,5						
Хлеб ржаной	масса гарнира		126,0						
		150		0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк	15,3	15,0						
	масса отварных сухофруктов		24,0						
Котлеты рыбные	Вода	152	152,0						
	сахар	5	5						
		35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		535		20,41	11,64	76,65	501,75	9,06	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
		50		6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,0					

соль иодированная		0,5	0,5					
хлеб пшеничный		9,0	9,0					
молоко		13,00	13,0					
сухари панировочные		5,0	5,0					
масса полуфабриката			58,0					
масло растительное		2,0	2,0					
Пюре Картофельное		120		2,45	3,84	16,35	109,80	14,53
	Картофель		136,80	102,60				
	Молоко		18,96	18,00				
	Масло сливочное		4,20	4,20				
	соль иодированная		0,45	0,45				
Чай с сахаром		150/5		0,053	0,015	5,020	20,080	0,030
	чай весовой		0,4	0,4				
	Сахар		5	5				
	Вода		150	150				
Кондитерские изделия	вафли	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
(яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)								
Итого:		465			12,34	9,79	61,47	379,91
ВСЕГО:		1512,00			47,18	37,55	200,55	1319,83
								36,84

№ 339 СБ дошк
2016

№410,411
Дели2016

табл 6 стр
136,Дели
+,2012

табл 6 стр
134,Дели + 2012

№386 СБ
дошк.2016