Утверждаю
Директор

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной организации: _____

Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях с 8-10,5 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

Наименование блюда и сырых продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр.) брутто	Кол - во (в гр.) нетто	Пищевые вещества: белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/5			5,44	7,17	30,09	207,60	0,86	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		13,50	13,50						
	Крупа пшенная		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком		180			2,85	2,41	14,35	90,54	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	15,49	111,60	0,00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		400			10,58	14,08	59,93	409,74	2,03	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (кот нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб.донк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из моркови с яблоками		60			0,64	0,10	5,11	23,94	2,63	№59 сб донк2016
	морковь		56,28	45,00						
	яблоки		17,10	15,00						
	сахар		0,60	0,60						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками		180/15			4,74	3,65	12,56	110,89	6,09	№68 сб донк2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		17,85	17,1						
	или фарш говяжий		17,85	17,1						
	Лук репчатый		1,79	1,5						
	Яйцо		1,44	1,2						
	Вода для фарша		1,5	1,5						
	соль йодированная		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						
	вермишель		8,00	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Вода		132,00	132,00						
Котлеты рубленые из говядины		70				11,79	13,09	11,51	0,05	1,814299752
	говядина б/к (котлетное мясо)		51,16	49						
	или фарш говяжий		51,16	49						
	Лук репчатый		14,64	12,3						
	Хлеб пшеничный		11	11						
	Вода		14,7	14,7						
	Сухари панировочные		7,00	7,00						
	соль йодированная		0,7	0,7						
	масса полуфабриката			84						
	масло растительное		1	1						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ донк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,52	0,52						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	28,81	119,52	1	№394 СБ донк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00		таблица 6 стр 134,Дели + 2012

Итого:		700			12,66	20,69	102,35	510,26	26,38	
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык,йогурт/напиток ацидофильный)		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Запеканка творожная с повидлом		130/20			22,82	20,06	25,22	372,60	0,66	№251, сбдошк 2016
	Творог		121,55	119,20						
	Крупа манная		7,80	7,80						
	Яйцо		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		20,00	20,00						
Итого:		330			28,04	24,56	32,42	462,60	1,92	
ВСЕГО:		1610,00			52,18	59,33	212,88	1458,92	33,93	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		180/3			4,83	7,26	29,50	202,64	0,00	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	15,82	106,74	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			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		403			12,10	16,28	60,82	438,15	1,46	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами		60			0,73	4,71	5,58	66,84	3,62	№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 курином бульоне, с куриными фрикадельками,со сметаной		180/10/7			2,38	5,85	9,00	106,53	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						
	Сахар		2,40	2,40						
	Томат-паста		1,00	1,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,80	0,80						
	Бульон		140,00	140,00						
	цыплята-бройлер с/м		17,56	11,4						
	или фарш куриный		11,97	11,4						
	Лук репчатый		1,2	1						
	Яйцо		0,96	0,8						
	Вода для фарша		1	1						
	соль иодированная		0,1	0,1						
	Масса полуфабриката			14,3						
	масса готовых фрикаделек			10						
	Сметана		7,00	7,00						
Фрикадельки куриные в молочном соусе		50/25			7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№ 325 сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		57,00	37,00						
	или фарш куриный			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		1,3	1,3						
	Вода		12,50	12,5						
	Сахар		0,30	0,3						
	соль иодированная		0,3	0,3						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150/3			4,93	2,75	27,70	155,22	0,00	№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,5	45,50						
	вода		275,0	275,0						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Масло сливочное		3,0	3,0						
Кисель		180			0,54	0,09	27,18	111,24	0,99	№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,0	21,0						
	Сахар		6,0	6,0						
	вода		180,0	180,0						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,,Дели + 2012
Итого:		700			20,40	22,89	99,41	692,43	12,92	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
	молоко		189,00	180,00						
Булочка дорожная		75			5,09	10,47	31,61	240,75		№453 сб дошк2016
	Мука пшеничная		45,50	45,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,50	1,50						
	Сахар		9,00	9,00						
	Масло сливочное		9,75	9,75						
	соль иодированная		0,45	0,45						
	дрожжи сухие		0,30	0,30						
	вода		23,00	23,00						
	масса полуфабриката для крошки:			85,50						
	мука пшеничная		1,80	1,80						
	масло сливочное		1,50	1,50						
	масса крошки			3,00						
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00						
Итого:		255			10,31	14,97	40,25	337,05	2,34	
ВСЕГО:		1458			43,21	54,54	210,27	1514,63	26,72	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		180/3			6,82	5,64	45,62	260,96	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						
Чай с молоком,сахаром		180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6	6						
	Молоко		92	90						
	Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60	0,00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			11,78	12,40	71,46	445,26	2,06	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью		60			0,79	1,94	3,88	36,24	10,26	№21 сб дошк 2016
	капуста свежая		56,25	45,00						
	морковь		15,00	12,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	Сахар		0,30	0,30						
	соль иодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы		180/10			3,76	3,81	8,76	87,94	6,18	№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		0,80	0,80						
	Бульон		120,00	120,00						
	цыплята - бройлеры с/м		24,30	23,0						
	масса отварной мякоти									
	птицы			10,0						
Фрикадельки рыбные отварные		80			13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	или фарш рыбный		63,00	60,00						
	хлеб пшеничный		12,00	12,00						
	яйцо		9,60	8,00						
	соль иодированная		0,12	0,12						
	вода питьевая		12,00	12,00						
	масса полуфабриката									
	фрикаделек			92,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Картофель тушёный с овощами в соусе		140			3,05	11,75	21,15	201,60	18,64	№144 сбник 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						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,58	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,,Дели + 2012
Итого:		691			23,93	20,99	67,46	562,46	126,40	
	ПОЛДНИК									
Запеканка рисовая с творогом		150			8,12	7,95	42,26	276,00	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						
Чай с мармеладом		160/15			0,07	0,02	11,94	48,29	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		160,00	160,00						
	мармелад		15,00	15,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75		табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Итого:		368			10,09	8,17	66,49	383,04	0,08	
ВСЕГО:		1643			46,69	41,56	223,39	1467,09	132,15	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,26	№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	14,35	90,54	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	17,39	119,80	0,16	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	повидло		10,00	10,00						
Хлеб пшеничный		25	25,0	25,0	1,90	0,20	12,30	58,75		табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Итого:		400			21,04	31,96	46,68	558,75	1,59	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или **мандарин**)		100	100	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№386 СБ дошк.2016

Итого:		100			0,30	0,20	7,50	38,00	38,00	
	ОБЕД									
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,65	6,72	62,34	3,86	№36, сб дошк2016
	свекла		64,00	50,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный гороховый на мясном бульоне,с мясными фрикаделькими		180/15			7,25	5,74	13,35	144,19	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		0,88	0,88						
	Бульон		140	140						
	говядина б/к (котлетное мясо)		17,85	17,1						
	или фарш говяжий		17,85	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						
Плов из отварной говядины		200			20,40	19,11	32,51	396,00	0,35	№443,сбшк2004
	говядина б/к (лопатка)		51,20	51,2						
	масса отварной говядины			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						
Компот из изюма		180			0,31	0,07	26,87	109,98		№394 СБ дошк 2016
	изюм		18,4	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		табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,,Дели + 2012
Итого:		695			32,43	29,18	105,60	840,58	8,87	
	ПОЛДНИК									
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№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:									№366 ,сб дошк 2016
	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						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		356			4,11	15,88	28,15	273,96	17,90	
ВСЕГО:		1551			**58,78**	**77,22**	**187,93**	**1711,26**	**66,36**	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	С	Сборник рецептур

			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал		
	ЗАВТРАК									
Суп молочный с геркулесовой крупой		200			2,97	3,57	6,14	71,20	0,66	№101, збшк2016
	Крупа геркулесовая		12,00	12,00						
	Сахар		1,60	1,60						
	Молоко		140,00	140,00						
	Вода		60,00	60,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		1,00	1,00						
Какао с молоком		180			3,67	3,19	15,82	106,74	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			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		420			10,25	12,59	37,45	306,71	2,12	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром		60			0,74	0,06	6,89	49,02	2,02	№42 СБ дошк 2016
	морковь		72,00	57,60						
	сахар		3,00	3,00						
Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками		180/15			3,98	4,02	13,76	115,98	6,09	№88,сб дошк2016
	цыплята - бройлеры с/м		26,3	17,1						
	или фарш куриный		17,95	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						
	вермишель		8,00	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Вода		132,00	132,00						
Суфле рыбное		70			4,76	4,77	6,77	88,90	3,12	№284,371 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		81,60	60,00						
	или фарш рыбный		63,00	60,00						
	масса припущенной 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						
	Масло растительное		2,00	2,00						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 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						
Напиток из яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		31,9	28,0						
	вода		183,0	183,0						
	сахар		6,0	6,0						
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,,Дели + 2012
Итого:		700			16,51	14,05	95,28	601,44	28,98	
	ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
	молоко		189,00	180,00						
Булочка с сахаром		75			5,70	3,90	36,69	205,00	0,23	№442 СБ шк 2017
	Мука пшеничная		45,00	45,00						
	Мука пшеничная на подпыл		1,50	1,50						
	Сахарный песок		5,85	5,85						
	масло сливочное		2,10	2,10						

	Яйцо		4,32	3,60						
	Дрожжи сухие		0,38	0,38						
	Молоко		19,50	19,50						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода		17,70	17,70						
	Масса полуфабриката			88,50						
	Яйцо (на смазку изделий)		1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00						
Итого:		255			10,92	8,40	45,33	301,30	2,57	
ВСЕГО:		**1555,00**			**38,38**	**35,04**	**196,24**	**1285,76**	**37,27**	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная с маслом сливочным		180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
	крупа пшенная		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			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6	6						
	Молоко		92	90						
	Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,60	0,00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		**404**			**10,01**	**14,95**	**54,60**	**393,06**	**1,20**	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		**100**			**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**		
	ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью		60			0,79	1,95	3,88	36,24	10,26	№21 СБ дошк 2016
	капуста свежая		69,38	55,50						
	масса прогретой капусты			50,00						
	морковь		7,50	6,00						
	сахар		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп из овощей с куриными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			2,69	5,96	7,63	100,51	7,60	ТТК 535 23,12,2020
	цыплята - бройлеры с/м		17,5	11,4						
	или фарш куриный		11,97	11,4						
	Лук репчатый		1,19	1						
	яйцо		0,96	0,8						
	вода		1	1						
	соль иодированная		0,1	0,1						
	картофель		77,14	58						
	капуста свежая		31,25	25						
	морковь		12,5	10						
	Лук репчатый		12	10,08						
	Масло растительное		4	4						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	Бульон		130	130						
	Сметана		7	7						
Гуляш из отварной говядины		40/40			10,69	11,26	2,62	131,20	0,96	293 сб дошк 2016
	говядина б/к (лопатка)		64,00	64,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса отварной говядины			40,00						
	морковь		17,50	14,00						
	Лук репчатый		8,50	7,10						
	томатная паста		1,20	1,20						
	масло растительное		2,70	2,70						
	вода		30,00	30,00						
	мука пшеничная		2,00	2,00						
Каша гречневая вязкая		130			3,97	4,34	17,79	126,10		№ 303 сб шк 2017
	Крупа гречневая		32,50	32,50						
	Вода		104,00	104,00						
	Масло сливочное		1,00	1,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
Кисель		180			0,54	0,09	27,18	111,24	0,99	№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		таб 6 стр 144,,Дели + 2012

Итого:		682			20,98	24,02	72,95	574,59	19,81	
	ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с повидлом		130/20			22,82	20,06	25,22	372,60	0,66	№251, сбдошк 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						
	Сухари панировочные		5,2	5,2						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	повидло		20,0	20,0						
Кисломолочный напиток		180			2,58	3,10	13,60	91,89	1,44	№420 Сб дошк 2016
(кефир,ряженка,катык, йогурт/напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		185	180						
Итого:		330			25,40	23,16	38,82	464,49	2,10	
ВСЕГО:		1516			56,79	62,53	176,18	1479,14	23,10	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		180/3			6,82	5,64	45,62	260,96	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	14,35	90,54	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	17,39	119,80	0,16	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	повидло		10,00	10,00						
Итого:		408			12,02	12,57	77,37	471,30	2,19	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80	5,50	№10 СБ дошк 2016
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с мясными фрикадельками		180/15			4,78	4,05	12,30	113,20	3,88	№83 сб дошк 2016
	картофель		106,6	80						
	Морковь		10	8,00						
	Лук репчатый		9,6	8,00						
	Масло растительное		2	2						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	вода		130	130						
	говядина б/к (котлетное мясо)		17,85	17,1						
	или фарш говяжий		17,85	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						
Рагу из овощей с мясным фаршем		150/50			14,23	24,98	12,46	333,86	19,05	№148 ,сб дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		65,63	62,50						
	или фарш говяжий		65,63	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
	вода		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						
Напиток из мандаринов		180			0,36	0,09	30,32	125	7	№392 СБ дошк 2016
	мандарины		29,70	22,00						
	лимон		3,33	3,00						
	Сахар		10,00	10,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47		табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		680			24,69	32,29	81,90	750,08	40,27	0,00
	ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		180			5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
(Кефир,ряженка,катык, йогурт/напиток ацидофильный)	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Слойка сладкая		75			4,98	9,21	39,63	260,42	0,00	стр 150 СбКазань 1997
	мука пшеничная		46,50	46,50						
	мука пшеничная на подпыл		1,50	1,50						
	яйцо		4,50	3,75						
	Масло сливочное		3,75	3,75						
	молоко		18,75	18,75						
	сахар		1,50	1,50						
	дрожжи сухие		0,60	0,60						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	масса теста			75,00						
	прослойка:									
	сахар		7,50	7,50						
	Масло сливочное		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			86,20						
	яйцо для смазки изделий		1,20	1,00						
	масло растительное для смазки листов		0,20	0,20						
Итого:		255			10,20	13,71	46,83	350,42	1,26	
ВСЕГО:		1523			47,81	58,57	224,27	1628,11	47,32	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		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						
Какао с молоком		180			3,67	3,19	15,82	106,74	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	15,49	111,60	0,00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		400			11,43	14,44	60,41	417,84	2,48	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или **мандарин**)		100	100	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		100			0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	
	ОБЕД									
Винегрет с солеными огурцами		60			0,84	6,02	4,57	75,06	5,78	№46,сб дошк 2016
	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 куриными фрикадельками,со сметаной		180/10/7			3,20	6,61	5,60	99,65	8,24	№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 иодированная		1,50	1,50						
	Бульон		140,00	140,00						
	цыплята - бройлеры с/м		17,56	11,40						
	или фарш куриный		11,97	11,40						
	Лук репчатый		1,19	1,00						
	вода		1,00	1,00						
	яйцо		0,96	0,80						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе		50/25			7,26	7,86	5,74	123,03	0,84	ТТК 698 от 09,04,2021
	цыплята - бройлеры с/м		48,80	31,70						
	или фарш куриный		33,29	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 припущенного лука			7,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	мука пшеничная		3,50	3,50						
	масса полуфабриката			60,00						
	соус сметанно- томатный:			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	мука пшеничная		1,90	1,90						
	вода		18,80	18,80						
	томатная паста		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Вермишель отварная с маслом сливочным		150/3			4,93	2,75	27,70	155,22		№219, сб дошк2016
	вермишель		45,50	45,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Вода		275,00	275,00						
Компот из изюма		180			0,31	0,07	26,87	109,98		№394 СБ дошк 2016
	изюм		18,40	18,00						
	масса отварных сухофруктов			28,80						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		680			18,85	25,73	84,14	652,24	14,86	
	ПОЛДНИК									
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,26	№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						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00		табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		363			15,59	25,01	18,71	363,14	3,09	
ВСЕГО:		1343			46,67	63,59	170,75	1451,21	58,43	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал		
	ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
	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		3,00	3,00						
Чай с молоком,сахаром		180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6	6						
	Молоко		92	90						
	Вода		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			14,01	13,70	65,64	442,63	2,10	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
	ОБЕД									
Салат из свежей капусты с зеленым горошком к/с		60			1,08	3,69	3,99	41,76	17,79	ТТК №749 от 10.10.2022
	капуста свежая		62,50	50,00						
	масса прогретой капусты			45,00						
	зеленый горошек к/с		17,54	10,50						
	сахар		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	масло растительное		3,00	3,00						
Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной		180/10/7			3,51	5,88	8,87	105,71	6,16	№82 сбдошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	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		0,80	0,80						
	вода		132,00	132,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Рыба запеченная с картофелем		180			12,24	12,26	17,41	228,60	8,01	№264,370 сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		97,92	72,0						
	или фарш рыбный		75,60	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						
	масса 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			0,54	0,09	27,2	111	1	№ 648, сб шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47		табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,,Дели + 2012
Итого:		672			21,20	22,50	81,15	603,61	32,95	
	ПОЛДНИК									
Ватрушка с творогом		75			9,22	5,48	29,18	202,00	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		1,80	1,50						
	Масло растительное		0,30	0,30						
	Масло растительное		0,30	0,30						
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010

	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		261			9,28	5,50	35,20	226,10	0,07	
ВСЕГО:		1522			45,39	41,69	200,17	1348,66	38,71	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	С	Сборник рецептур
	ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		180/5			5,12	7,16	33,25	217,86	0,00	ТТК №8Д
	крупа рисовая		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		5	5						
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	15,49	111,60	0,00	№1 Дели2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		416			10,26	14,07	54,73	372,13	1,17	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		130			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с		50			1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	№12, сб дошк2016
	кукуруза к/с		77,66	46,50						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		1,00	1,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне,с мясом птицы		180/10			3,96	5,35	8,37	104,00	0,36	№94 сб дошк2016
	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		0,80	0,80						
	цыплята - бройлеры с/м		24,30	23,0						
	масса отварной мякоти птицы			10,0						
Биточки "Домашние"		70			10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м		83,25	55,13						
	или фарш куриный		57,9	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						
Капуста тушеная		130			2,65	4,78	10,26	100,10	22,20	№ 303 сб шк 2017
	капуста свежая		186,30	149,00						
	масло растительное		4,55	4,55						
	морковь		3,25	2,60						
	лук репчатый		6,19	5,20						
	томатная паста		3,12	3,12						
	мука пшеничная		1,56	1,56						
	сахар		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Напиток из яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016
	яблоки свежие		31,92	28,00						
	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		655			21,16	29,29	72,32	651,59	28,75	
	ПОЛДНИК									
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,15	11,94	25,58	250,80	0,17	№204 СБ шк 2017
	макаронные изделия		49,00	49,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						

	Вода питьевая Масло сливочное сыр голландский		294,00 2,50 10,20	294,00 2,50 10,00						
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016 табл 6 стр 134,,Дели + 2012
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00		
Итого:		350			16,89	16,60	44,06	394,10	2,51	
ВСЕГО:		1371			48,72	60,36	180,91	1464,82	42,43	
ИТОГО за 10 дней		15492,00			484,60	554,24	1983,20	14809,62	506,43	

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., 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 блюддля 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 ;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

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

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

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%