Примерное 10-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных учреждениях

с 12 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 - ый

День 1 - ый			1					D.v.a	1	T
Наименование блюд и		Macca	Кол - во	Кол - во	Пиг	цевые веще	ства	Энергетиче ская	Витамин	Сборник
продуктов		порции	(в гр)	(в гр)				ценность		рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша "Дружба" молочная с	ЗАВТРАК									
маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,67	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10	10	,	,-	- /			
	Крупа пшенная		7,5	7,5						
	Молоко		75	75						
	Вода		48	48						
	Caxap		2	2						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,5	2,5						
	Caxap		6	6						
	Молоко		90	90						
Гуторбром о мостом	Вода		108	108						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной	20,0	25	25		.,	,-			,
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		359			8,99	11,69	42,29	296,73	1,84	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие(яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 дошк СБ
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	ОБЕД									
Икра морковная		30			0,6	0,03	6,17	27,36		ттк
1 1			21.20	25.00	,	ŕ	,	,		
	морковь		31,30	25,00						
	лук репчатый		6,00	5,00						
	томатная паста		4,00	4,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	сахарный песок		0,30 0,30	0,30 0,30						
Суп вермишелевый с	соль иодированная		0,30	0,30						
картофелем с мясными										
фрикадельками		150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,05	№103 СБ дошк 2016
	(~ ~ ~									
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,9	11,4						
	или фарш говяжий		11,97	11,4						
	Лук репчатый		1,19	1						
	одий		0,96	0,8						
	Вода для фарша		1	1						
	соль иодированная масса полуфабриката		0,1	0,1						
	фрикаделек			14,3						
	масса готовых фрикаделек			10						
	вермишель		6	6						1
	Картофель		60,00	45,00						1
	Морковь		7,50	6,00						1
	Лук репчатый		7,14	6,00						1
	Масло растительное		1,50	1,50						1
	соль иодированная		0,50	0,50						1
	Вода		105,00	105,00						1
Голубцы ленивые со сметанно-					8,88	9,20	18,73	179,73	0,500	1
томатным соусом		110/20			3,00	,,20	10,73	1,7,73	3,550	№314 сб дошк 2016
	капуста свежая		83,4	66						
	,									1
	говядина (котлетное мясо б/к)		43,85	42						1
	или фарш говяжий		42	42						1
		1	5,5	5,5						1
	крупа рисовая							I		1
	крупа рисовая масса отварного риса			15,6						
	крупа рисовая масса отварного риса лук репчатый		10,71	9						
	крупа рисовая масса отварного риса лук репчатый масло растительное		10,71 2,75	9 2,75						
	крупа рисовая масса отварного риса лук репчатый		2,75	9 2,75 9						
	крупа рисовая масса отварного риса лук репчатый масло растительное масса припущенного лука яйцо		2,75 5,4	9 2,75						
	крупа рисовая масса отварного риса лук репчатый масло растительное масса припущенного лука		2,75	9 2,75 9						

Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная чай весовой Сахар Вода	150/5 150/5 20 515	136,80 18,96 4,20 0,45 0,4 5 150 20,00	102,60 18,00 4,20 0,45 0,4 5 150 20,00	2,45 0,05 1,52 17,75	0,02 0,16 17,75 42,55	5,02 9,84 90,38	20,08 47,00 589,88	0,02 0,00 15,76	№ 339 СБ дошк 2016 №410,411 сб дошк Дели2016 табл 6 стр 134,Дели - 2012
Молоко Масло сливочное соль иодированная чай весовой Сахар	150/5	18,96 4,20 0,45 0,4 5 150	18,00 4,20 0,45 0,4 5 150	0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410,411 сб дошк Дели2016 табл 6 стр 134,Дели -
Молоко Масло сливочное соль иодированная чай весовой Сахар		18,96 4,20 0,45 0,4 5	18,00 4,20 0,45						№410,411 сб дошк Дели2016
Молоко Масло сливочное соль иодированная		18,96 4,20 0,45	18,00 4,20 0,45						№410,411 сб дошк
Молоко Масло сливочное соль иодированная		18,96 4,20 0,45	18,00 4,20 0,45						№410,411 сб дошк
Молоко Масло сливочное		18,96 4,20	18,00 4,20						№410,411 сб дошк
Молоко Масло сливочное	120	18,96 4,20	18,00 4,20	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	
Молоко Масло сливочное	120	18,96 4,20	18,00 4,20	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
Молоко	120	18,96	18,00	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
	120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
	120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
					_				
масло растительное		2,00	2,00						
		5,00	· ·						
молоко									
хлеб пшеничный									
соль иодированная		0,5	0,5						
или фарш рыбный		34,65	33						
рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33						
	50			6,10	3,88	7,33	89,00	0,16	№271 СБ дошк 2016
вафли	20	20,00	20,00	3,28	6,10	45,84	249,00		+,2012
кисломолочный напиток			150						табл 6 стр 136,Ддели
	150			4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
полдник									
	520			17,03	12,71	74,01	458,95	6,09	
		35	35		,				2012
				,				0	табл 6 стр 144,Дели -
	15	15.00	15.00	1 14	0.12	7 20	35	0	табл 6 стр 134,Дели - 2012
вода		152,00	152,00						
Caxap		5,00	5,00						
сухофрукты		12,75	12,50	•					
	150	,		0,50	0,07	17,34	57	0,54	№394 Сб дошк 2016
соль йодированная		0,20	0,20						
томатная паста		0,80	0,80						
		,	, ,						
•		15,00	15,00						
мука пшеничная		1,50	1,50						
£		- /							
	соль йодированная сухофрукты Сахар вода ПОЛДНИК кисломолочный напиток вафли рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный соль иодированная хлеб пшеничный	мука пшеничная вода сметана томатная паста соль йодированная 150 сухофрукты Сахар вода 15 35 520 ПОЛДНИК 150 кисломолочный напиток вафли 20 50 рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный соль иодированная хлеб пшеничный молоко сухари панировочные масса полуфабриката	мука пшеничная 1,50 15,00 сметана 5,00 15,00 окатная паста 0,80 0,20 150 12,75 Сахар 5,00 152,00 152,00 152,00 155 15,00 1550 1550 1550 1550 1550 1	мука пшеничная вода сметана томатная паста соль йодированная сухофрукты Сахар вода 150 150 150 сухофрукты 150 150 150 150 150 150 150 150	мука пшеничная вода сметана томатная паста соль йодированная 150 сухофрукты Сахар вода 150 150 150 150 150 150 150 15	мука пшеничная вода сметана томатная паста соль йодированная 150 15,00 15,00 5,00 70,00 15,00 11,14 15,00 15,00 11,14 15,00 15,00 11,14 15,00 15,00 11,14 15,00 15,00 17,03 12,71 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,12 10,13 10,14 11,11 11,14 11,14 11,14 11,14 11,14 11,14 11,14 11,14 11,14	мука пшеничная вода сметана томатная паста соль йодированная 1,50 1,500 15,00 5,00 томатная паста соль йодированная 150 12,75 12,50 Caxap вода 155 0,00 152,00 152,00 152,00 152,00 154 155 150 17,03 12,71 74,01 ПОЛДНИК 150 150 155 150 150 150 150 150 150 150	мука пшеничная вода 1,50 1,50 15,00 сметана 5,00 5,00 5,00 томатная паста 0,80 0,20 0,20 0,50 0,07 17,34 57 сухофрукты 12,75 12,50 5,00 152,00 152,00 152,00 152,00 152,00 150 150 150 150 150 150 150 150 150 1	мука пшеничная вода 1,50 1,50 15,00 сметана 5,00 5,00 5,00 10,50 15,00 соль йодированная 150 12,75 12,50 сухофрукты 151 15,00 152,00 152,00 152,00 152,00 152,00 150,00 1,14 0,12 7,38 35 0 10,00 1,14 0,12 7,38 35 0,00 1,00 1,14 0,12 7,38 35 0,00 1,00 1,14 0,12 7,38 35 0,00 1,00 1,14 0,12 1,385 69,23 1,042 13,85 69,23 1,042 13,85 69,23 1,042 13,85 69,23 1,042 13,85 69,23 1,042 1,042 1,045 1,05 1,05 1,05 1,05 1,05 1,05 1,05 1,0

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пиі	цевые веще	ства	Энергетиче ская ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с										
маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00		ТТК №1Д
	Крупа полбяная		18	18						
	Молоко		75	75						
	вода		48	48						
	Caxap		2	2						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
	Какао-порошок		2	2						
	Caxap		6	6						
	Молоко		110	110						
	Вода		80	80						
Бутерброд с сыром, маслом										
сливочным		25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		25	25						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		369			11,98	16,34	41,86	353,66	1,43	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		125	125	125	0,63		12,62	52,77	2,50	Согласно сборника рецептур (дошкольн. 2016г №418
Итого:		125			0,63	0,00	12,62	52,77	2,50	
	ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами		40			0,49	3,14	3,58	44,56	2,41	№23 сб дошк2016
	огурцы соленые		21,84	12,00						

	картофель морковь		21,92 10,24	16,00 8,00						
	лук репчатый масло растительное		2,40 2,00	2,00 2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной		150/7			1,26	4,00	6,81	73,59	6,43	№88,сб дошк2016
	Капуста свежая Картофель		15,0 15,96	12,0 12,0						
	Морковь		7,5	6,0						
	Лук репчатый Свекла		7,14 30,72	6,0 24,0						
	Caxap		1,8	1,8						
	Масло растительное		3,0	3,0						
	соль иодированная Бульон		0,5 120	0,5 120,0						
	Сметана		7,0	7,0						
	Томатная паста		0,8	0,8						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе		40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	0,30	TTK 1001 or 10.06.2024
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		40,0 27,3	26,0 26,0						
	хлеб пшеничный		6,0	6,0						
	Вода		8,0	8,0						
	Лук репчатый Масло растительное		9,6 1,5	8,0 1,5						
	Масса припущенного лука		ŕ	6,0						
	Мука пшеничная Масса полуфабриката		2,7	2,7 48,0						
	Масло растительное		2,0	2,0						
	масса готовых тефтелей			40,0						
	сметанно-томатный соус: сметана		5,0	20,0 5,0						
	Мука пшеничная		1,5	1,5						
	вода		15,0	15,0						
	томатная паста соль иодированная		1,0 0,2	1,0 0,2						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	4	110/3			4,17	2,66	23,45	134,38		№219 Сб дошк.2016
отварные с маслом сливочным	макаронные изделия		38,5	38,5						
	вода		231,0	231,0						
	соль иодированная масло сливочное		0,45 3,0	0,45 3,0						
Компот из свежих яблок	maesio estado moe	150	3,0	3,0	0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		27,4	24						
	сахар вода		5 153	5 153						
Хлеб пшеничный	•	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	VIII TOTHINI VI	575			14,85	15,67	74,43	504,88	9,82	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое	молоко	150	150	150	4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко	20	158	150	1.00	2.25	10.50	00.20		табл 6 стр 136,Ддели
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		+,2012
Запеканка творожная с повидлом	Tropper	100/30	02.0	01.1	10,92	12,11	47,10	345,50	1,83	№ 251 сб дошк 2016
	Творог крупа манная		92,9 6	91,1 6						
	Яйцо		4,8	4						
	Сахар Сметана		8	8 4						
	Сметана Масло сливочное		4	4 4,0						
	Сухари панировочные		4	4						
I	соль иодированная повидло		0,5 30,6	0,5 30						
Чай с сахаром и лимоном		1								№412 сб дошк
		150/5/5			0.10	0.02	5 17	21.78	2.02	Дели2016
тап с сахаром и лимоном	чай весовой	150/5/5	0,8	0,8	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	Дели2016

лимон		5,55	5						
Вода		150,0	150,0						
Итого:	460			16,88	19,57	73,55	542,48	5,80	
ВСЕГО:	1529,00			44,33	51,58	202,46	1453,79	19,55	

День 3 - ий

День 3 - ий	1							Энергетиче		1
Наименование блюд и		Macca	Кол - во	Кол - во	Пиг	цевые веще	ства	ская	Витамин	Сборник
продуктов		порции	(в гр)	(в гр)				ценность		рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
**	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
Macrow Ciribo Hibim	Крупа манная	1-10/3	18,00	18,00	1,21	1,00	22,01	149,20	0,02	111111111111111111111111111111111111111
	Молоко		123,00	123,00						
	Caxap		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	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
Tan C mononom, Canapon		100/0	0.45	0.45	2,07	2,27	10,5.	72,70	1,20	
	чай весовой		0,45	0,45						
	Caxap		6 92	6						
	Молоко		92	90 90						
Бутерброд с маслом	Вода		90	90						№1 сб дошк
сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		Лет со дошк Дели2016
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		359			8,83	11,22	45,88	320,46	2,02	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 дошк СБ
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	ОБЕД									
										акт проработки №10 от
Салат из квашеной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71		№10 от 15.06.2016
Custar his Roumerion Runyeron	капуста квашеная	30	34,32	24,00	0,51	1,50	2,5-1	23,71		15.00.2010
	лук репчатый		3,60	3,00						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с горохом										
на бульоне из индейки		150			3,29	3,16	9,92	88,95	3,50	СБ дошк.2016 №87
	Картофель		40,00	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						
Плов из отварной индейки		150			6,92	5,95	34,32	217,98	4,08	№265 сбшк 2017
•	v 1 ~/		22.50	22.50				·		
	индейки филе б/к		33,60	33,60						
	масса отварного филе индейки			24,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,93	7,50						
	Морковь		12,50	10,00						
	Крупа рисовая		32,00	32,00						
	вода		65,00	65,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масса гарнира			126,00						
T.C.		150			0.22	0.00	10.02	44.05	0.00	
Компот из урюка		150			0,33	0,02	10,83	44,85	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,0						
	Вода		152,00	152,00						
	caxap		5,0	5,0						
V		20				0.1-	0.01	45.00	0.00	табл 6 стр 134,Дели
Хлеб пшеничный		20	20,0	20,0	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	2012 табл 6 стр 144,Дели
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		535			14,88	11,21	81,31	493,79	7,58	
	УПЛОТНЕННЫЙ									_
	полдник									
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
			1	1.50			1			I
(кефир, ряженка ,катык)	кисломолочный напиток		155	150						
	кисломолочный напиток	35	155	150	2,37	2,94	14,75	112,35		№453 сб дошк2016

ВСЕГО:		1524			44,50	38,72	206,12	1386,50	95,88	
Итого:		530			20,38	15,89	69,14	525,25	76,28	
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
	вода		150	150						.5 6 124 F
	caxap		5	5						
	шиповник		15,3	15						
Напиток из шиповника		150/5			0,5	0,2	12,23	52,5	75	№399 сб дошк 2016
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	Картофель		231,60	174,00						
Картофель запеченный		120			3,26	7,07	25,31	182,40		№147 сб шк 2017
	вода питьсвая масса полуфабриката фрикаделек		7,50	60,00						
	вода питьевая		7,50	7,50						
	соль иодированная		0,10	0,10						
	масло сливочное		1,60	1,60						
	хлео пшеничный яйцо		6,00	5,00						
	или фарш рыбный хлеб пшеничный		39,38 10,00	37,50 10,00						
	рыба (минтай с/м БГ)		51,30	37,50						
отварные	5 (50	51.20	27.50	8,38	1,77	0,71	55,00	0,83	№279 сб дошк 2016
Фрикадельки рыбные	масло растительное для смазки изделй		0,70	0,70			0.74			
	масса крошки масло растительное для			1,40						
	масло сливочное		0,70	1,40						
	мука пшеничная		0,84 0,70	0,84 0,70						
	для крошки:		0.04	0.04						
	масса полуфабриката			39,90						
	вода		10,70	10,70						
	дрожжи сухие		0,14	0,14						
	соль иодированная		0,21	0,21						
	Масло сливочное		4,55	4,55						
	Caxap		4,20	4,20						
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пил	цевые веще	ства	Энергетиче ская ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с										
маслом сливочным		140/3			5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	ТТК №10Д
	Крупа ячневая		17,5	17,5						
	Молоко		70	70						
	Вода		53	53						
	Caxap		2	2						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоко	M	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,5	2,5						
	Caxap		6	6						
	Молоко		90	90						
	Вода		108	108						
Бутерброд с маслом										
сливочным, с повидлом		25/5/10			1,98	4,38	14,82	106,70	0,16	
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
	повидло		10	10						
Итого:		369			9,91	11,57	48,19	323,13	2,00	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		125	125	125	0,63		12,62	52,77	2,50	Согласно сборника рецептур (дошкольн
COR		123	123	123	0,03		12,02	32,77	2,30	2016r №418
Итого:		125			0,63	0,00	12,62	52,77	2,50	
	ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к	'c	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 сб дошк 2010
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с пшенно	ă									
суп картофельный с пшенно. крупой	и	150			1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 201

	картофель Морковь		60 7,5	45 6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Бульон		105,0	105,0						
	•									
Птица, тушеная в соусе с										
овощами		150			13,34	10,37	12,90	198,00	8,71	№319 Сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		73,14	69,0						
	масса отварной мякоти птицы			30,0						
	соус сметанный:									№372 Сб дошк 2016
	Вода или отвар		15,0	15,0						
	сметана		5,0	5,0						
•	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	Картофель		87,2	65,6						
	морковь		32,0	25,6						
	Лук репчатый		17,6	14,4						
	масло растительные		1,2	1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	масса овощей с соусом			120,0						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	17,34	73,33	0,54	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Caxap		5,00	5,00						
1	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		515			18,22	14,03	53,25	417,16	14,20	
	УПЛОТНЕННЫЙ									
	полдник									
Кисломолочный напиток		150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир,ряженка,катык) с										
сахаром	кисломолочный напиток		155	150						
1	сахарный песок		2	2						
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,28	№229,сб дошк2016
	о рий к		96	80						
	молоко		55	55						
	масса омлетной смеси		_	135						
	масло сливочное		2	2						
	соль иодированная		0,3	0,3						№410,411 сб дошк
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Caxap		5	5						1
	Вода		150	150						7057 6 orn 124 H
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		462			18,38	25,49	27,61	412,86	1,35	
		1471			47,14	51,09	141,67			

День 5 - ый

Наименование блюд и		Macca	Кол - во	Кол - во	Пил	щевые веще	ства	Энергетиче ская	Витамин	Сборник
продуктов		порции	(в гр)	(в гр)				ценность		рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	C	
	ЗАВТРАК									
Суп молочный с вермишелью	1	180			3,94	3,42	12,93	108,00		№100,сб дошк 2016
	макаронные изделия		14,40	14,40						
	Caxap		1,00	1,00						
	Молоко		126,00	126,00						
	Вода		54,00	54,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль йодированная		0,70	0,70						
Какао с молоком		150/5			3,06	2,66	4,99	48,86	1,19	№416 Дели2016
	Какао-порошок		1,7	1,7						
	Caxap		5	5						
	Молоко		90	90						
	вода		67	67						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		25	25						

	Сыр		10,2	10						
Итого:	Масло сливочное	375	5	5	11,55	13,10	30,84	289,69	1,19	
111010.	2 - ой ЗАВТРАК	575			11,55	15,10	20,04	205,05	1,17	
Фрукты свежие(яблоки)		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 дошк СБ
Итого:		100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
	ОБЕД									
Винегрет овощной		40			0,56	4,02	2,92	50,04	3,85	№46 дошк 2016
-	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	огурцы соленые		14,56	8,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп из овощей, с мясными фрикадельками, со сметаной		150/10/5			3,08	4,91	5,74	84,86		TTK 535 23.12.2020
фрикадельками, со сметанои										
	картофель		57,19	43						
	капуста свежая		23,75 9,4	19 7,5						
	морковь Лук репчатый		9,4	8						
	Масло растительное		3	3						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Вода		112,5	112,5						
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,9	11,4						
	или фарш говяжий		11,97	11,4						
	Лук репчатый		1,19	1						
	Яйцо		0,96	0,8						
	Вода для фарша		1	1						
	соль иодированная		0,1	0,1						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,3						
	масса готовых фрикаделек			10						
	Сметана		5	5						
Котлеты рубленые из					8,42	9,35	8,22	150,76	0,600	
говядины	(50	0.5.55	2.5	- ,	. ,	- ,		.,	ТТК от 25.01.2023
	говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		36,57 36,75	35 35						
	лук репчатый		10,4	8,75						
	Хлеб пшеничный		8,13	8,13						
	Вода сухари панировочные		5,2 2,8	5,2 2,8						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	масса полуфабриката Масло растительное		0,60	62 0,60						
Каша гречневая рассыпчатый			-,	-,						
с овощами, с маслом		110/2			2.21	1.62	22.26	116.60		2016
сливочным	Крупа гречненвая	110/2	47,60	47,60	3,21	1,62	22,36	116,60		№180 сб дошк 2016
	соль иодированная		0,30	0,30						
	Вода питьевая		71,00	71,00						
	морковь		16,50	13,20						
	лук репчатый		2,00	1,70						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из свежих яблок	-5	150	27.40	24.00	0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	342 сб шк 2017
	яблоки свежие сахар		27,40 5,00	24,00 5,00						
	вода		153,00	153,00						
V		40			2.64	0.40	15.04	70.20		табл 6 стр 144,Дели
Хлеб ржаной Итого:		557	40	40	2,64 18,03	0,48 20,50	15,84 66,08	79,20 527,51	5,13	2012
H1010.	УПЛОТНЕННЫЙ				10,05	20,50	00,00	527,51	5,15	
	полдник									
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир,ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155	150						
Кондитерское изделие	мармелад	10	10	10	1,09		15,28	83	0	табл 10 стр 198,Деля + 2012
		-			,		.,			Согласно сборника
Элеш с птицей		75			8,18	10,50	16,73	183,75		рецептур блюд и кулинарных изделий
			22.12	22.12						татарской кухни
	мука пшеничная		23,10	23,10						
	в том числе на подпыл		0,90 0,60	0,90 0,60						
	сахарный песок масло сливочное		3,90	3,90						
	яйцо куриное		4,68	3,90						
	сметана		9,00	9,00						
	соль йодированная		0,30	0,30		Ī	Ī	1	I	i

ВСЕГО:	·	1427			43,69	48.26	150.20	1228,73	18.79	
Итого:		395			13,71	14,27	43,47	364,53	2,47	
	Вода		150,0	150,0						
	лимон		5,55	5						
	Caxap		5	5						
	чай весовой		0,4	0,4						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 сб дошк Дели2016
	масло растительное		0,15	0,15)
	изделия		0,90	0,90						
	яйцо куриное для смазки			,						
	масса фарша		.,	54,00						
	соль		0,60	0,60						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	Лук репчатый		5,04	4,20						
	картофель		25,94	19,50						
	цыплята - бройлеры с/м		41,58	27,00						
	масса теста			39,00						

2 неделя

День 6 - ы

ŀ		(в гр)	(в гр)				ценность		рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
					- 0 -				
	140/3			3,92	6,85	22,39	166,76	0,00	ТТК №6Д
= '									
_									
Масло сливочное	100/5	3	3	0.67	2.25	10.24	52.50	1.20	
	180/6	0.45	0.45	2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
-									
Вода		90	90						
									№1 сб дошк
	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		Дели2016
_									
Масло сливочное		5	5						
	359			8,51	13,47	45,65	337,96	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
	125	125	125	0,63		12,62	52,77	2,50	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418
	125			0,63	0,00	12,62	52,77	2,50	
ОБЕД				,	,	ĺ	,	,	
, ,									№54 дошк. Сб
	30			0,27	1,41	1,78	20,88		2016
икра кабачковая		30,60	30,00						
	150/5			1,34	3,80	7,37	72,45		№82 сб дошк 201
Картофель		66,50	50,00						
Крупа перловая		6,00	6,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		3,57	3,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
огурцы соленые		18,20	10,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
Бульон		114,00	114,00						
Сметана		5,00	5,00						
	40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	0,30	ТТК 1001 от 10.06.2024
ныппята - бройперы с/м		40.0	26.0						
		1,5							
	Картофель Крупа перловая Морковь Лук репчатый Масло растительное огурцы соленые соль иодированная Бульон	Молоко Вода Сахар соль иодированная Масло сливочное чай весовой Сахар Молоко Вода 25/5 Батон нарезной Масло сливочное 359 2 - ой ЗАВТРАК 125 ОБЕД икра кабачковая 150/5 Картофель Крупа перловая Морковь Лук репчатый Масло растительное огурцы соленые соль иодированная Бульон Сметана 40/20 цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный хлеб пшеничный Вода Лук репчатый Масло растительное	Молоко 70 Вода 53 Сахар 2 соль иодированная 0,4 Масло сливочное 3 чай весовой 0,45 Сахар 6 Молоко 92 Вода 90 Вода 25/5 Батон нарезной 25 Масло сливочное 359 2 - ой ЗАВТРАК 125 125 125 ОБЕД икра кабачковая 30,60 150/5 66,50 Картофель 60,00 Крупа перловая 6,00 Морковь 7,50 Лук репчатый 3,57 Масло растительное 18,20 оль иодированная 0,50 Бульон 114,00 Сметана 5,00 40/20 40,0 щыплята - бройлеры с/м или фарш куриный 40,0 или фарш куриный 27,3 клеб пшеничный 6,0 Вода 1,5 Масло растительное 1,5	Молоко 70 70 Вода 53 53 Сахар 2 2 соль иодированная 0,4 0,4 Масло сливочное 180/6 0,45 0,45 чай весовой 0,45 0,45 0,45 Сахар 6 6 6 6 Молоко 92 90 90 90 Вода 25/5 25 25 5 Ватон нарезной 25 25 5 5 Вода 30 30,60 30,00 30,00 Вода 30 30,60 30,00 30,00 150/5 125 125 125 125 ОБЕД 30 30,60 30,00 30,00 Икра кабачковая 30,60 30,00 30,00 Картофель 66,50 50,00 50,00 Крупа перловая 6,00 6,00 7,50 6,00 Масло растительное 18,20	Молоко Вода Сахар Сахар Соль иодированная Масло сливочное Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода	Молоко 70 70 80 да 53 6 8 90 90 90 90 90 4,36 8 8 5 5 5 8 51 13,47 2 7 2,57 1,34 3 8 9 90 90 40 4 3 3 3 1,34 3 6 6 5 2 5 5 8 5 1 1,34 3 6 6 6 3 0,00 0	Молоко 70 70 70 Вода 2 3	Молоко 70 70 70 Вода 53 60	Модожо Вода Сахар Сахар Сахар Сахар Сахар Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода

ВСЕГО:		1469			49,22	50,37	184,35	1393,01	81,49	
Итого:		445			26,54	25,54	56,43	561,70	76,95	
	вода		150	150						
	caxap		5	5						
TAMES OF THE PROPERTY OF THE P	шиповник	130/3	15,3	15	0,50	0,20	12,23	32,30	15	со дошк 2010
Напиток из шиповника		150/5	20,1	20	0,50	0,20	12,23	52,50	75	№399 сб дошк 2016
l	молоко сгущенное		20,4	20						
	соль иодированная Масло растительное		3	3,0						
	•		5 0,4	0,4						
	яицо Сахар		4,8 5	5						
	мука пшеничная Яйцо		4,8	13						
	Творог		102	100						
молоком сгущенным	Тромор	100/20	102	100	20,18	17,90	22,92	334,00		№ 245 сб дошк 2016
Сырники творожные с		100/20				17.00	22.02	224.00		200
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,28	3,36	13,70	90,20		табл 6 стр 136,Ддели +,2012
(молоко)	молоко		158	150						
Молоко кипяченое		150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 2016
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Итого:		540			13,55	11,36	69,65	440,58	0,84	
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
	вода		152,00	152,00						табл 6 стр 144,Дели
	Caxap		5,00	5,00						
	сухофрукты		12,75	12,50						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	17,34	73,33	0,54	№394 Сб дошк 2016
	масло сливочное		1,7	1,7						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	вода		231	231						
	вермишель		38,5	38,5						
Вермишель отварная		110			4,15	0,49	23,41	114,62		№219 Сб дошк.2016
	соль иодированная		0,2	0,2						
	томатная паста		1,0	1,0						
	вода		15,0	15,0						
	Мука пшеничная		1,5	1,5						
	сметана		5,0	5,0						
	сметанно-томатный соус:			20,0						
	масса готовых тефтелей		,-	40,0						
	Масло растительное		2,0	2,0						
	Мука пшеничная Масса полуфабриката		2,7	2,7 48,0						

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пил	щевые веще	ства	ская Витамин ценность		Сборник рецептур
продуктов		порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	рецентур
	ЗАВТРАК		177			r	7 - 71			
Каша ячневая молочная с										
маслом сливочным		140/3			5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	ТТК №10Д
	Крупа ячневая		17,5	17,5						
	Молоко		70	70						
	Вода		53	53						
	Caxap		2	2						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,5	2,5						
	Caxap		6	6						
	Молоко		90	90						
	Вода		108	108						
Бутерброд с сыром, маслом										
СЛИВОЧНЫМ	_	25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		25	25						
	Сыр		10,2	10						
η	Масло сливочное	369	5	5	12,49	14,21	46,29	349,26	1,84	
Итого:	4 × 2 + D/FD + 14	309			12,49	14,41	40,29	349,20	1,84	
Фрукты свежие(яблоки)	2 - ой ЗАВТРАК	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 дошк СБ
Фрукты свежие(яолоки) Итого:		100	100	100	0,40	0,40	9,80 9,80	47,00 47,00	10,00	ладоо дошк СБ
11010.	OFFI	100			0,40	0,40	2,00	77,00	10,00	
Салат из свеклы отварной с	ОБЕД									№34, сб
маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56		дошк2016
	Свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,4	2,40						

Суп картофельный с клецками										№91,289 сб дошк
на бульоне из индейки		150			2,13	2,75	11,28	86,55	3,50	2016
	картофель		66,6	50						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,2	6						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон		112,5	112,5						
	клецки:			15						
	мука пшеничная		4,6	4,6						
	Масло сливочное яйцо		0,5 1,6	0,5 1,32						
	вода		7,3	7,3						
	соль йодированная		0,1	0,1						
	масса теста		0,1	13,5						
	масса готовых клецек			15						
Гуляш из отварной индейки	1	30/30	4.00		10,16	6,05	2,04	102,23	1,64	293 сб дошк 2016
	филе индейки с/м		42,00	42,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварного филе индейки			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	Лук репчатый		6,36	5,30						
	томатная паста		0,90	0,90						
	масло растительное		2,00	2,00						
	вода		22,50	22,50						
	мука пшеничная		1,50	1,50						
Пюре из бобовых и картофеля с маслом сливочным		120/3			7,43	3,56	22,43	150,60		№200 шк 2017
	горох колотый		35,70	35,00						
	картофель		51,10	38,40						
	молоко		19,20	18,00						
	соль		0,30	0,30						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	caxap		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						табл 6 стр 144,Дели +
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30	7.00	2012
Итого:	NA TOWNS IN THE	558			22,72	15,34	63,95	492,29	5,82	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток		155	150						
Кондитерское изделие	пряники	35	35	35	4,2	2,065	26,25	128,1	0	табл 10 стр 202,Дели + 2012
		40.00								
Рыба, тушеная с овощами	TEE	40/20	co. r	50.0	5,85	2,97	2,28	63,00		№229 школьн. 2017
	минтай ПБГ		68,5 15.0	50,0						
	вода питьевая		15,0 10,00	15,0 8,0						
	морковь томатная паста		1,60	8,0 1,60						
	лук репчатый		4,80	4,00						
	масло растительное		2,00	2,0						
	соль		0,2	0,2						
Рис отварной рассыпчатый с										
маслом сливочным		110/2			2,66	4,62	27,55	162,47		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60						
1	соль иодированная		0,40	0,40						
İ	Вода питьевая		240,00	240,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						№412 сб дошк
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	№412 со дошк Дели2016
	l			0.0	Ī		Ī		1	1
	чай весовой		0,8	0,9						
	Caxap		5	5						
	Сахар лимон		5 5,55	5 5						
Итого: ВСЕГО:	Caxap	517	5	5	17,16 52,76	13,43	67,25	450,35	3,07	

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пи	щевые вещес	ства	Энергетиче ская ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с		1.40/2			4.24	4.60	22.61	140.26	0.02	TTUC NO ALL
маслом сливочным	V	140/3	10.00	10.00	4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	Крупа манная		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Caxap		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	№416 Дели2016
	Какао-порошок		2	2						
	Caxap		6	6						
	Молоко		110	110						
	Вода		80	80						
Бутерброд с маслом										20.1
сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 сб дошк Дели2016
	Батон нарезной		25	25	,-	,	,-	,		
	Масло сливочное		5	5						
Итого:	Macsio cimbo moc	359	3		9,83	12,14	41,52	306,59	2,25	
11010.	2 of DADTDAIC	337			7,05	12,14	71,52	300,37	2,23	
	2 - ой ЗАВТРАК									Согласно сборника
Сок		125	125	125	0,63		12,62	52,77	2,50	рецептур (дошкольн.)
Итого:		125			0,63	0,00	12,62	52,77	2,50	2016г №418
111VI V.	OLEH	143			0,03	0,00	14,04	34,11	2,30	
Салат из припущенной	ОБЕД									
Салат из припущеннои моркови с яблоками		40			0,43	0,07	3,45	16,16		№39 сб дошк 2016
	морковь		38,12	30,50						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	Caxap		2,00	2,00						
	Сихир		2,00	2,00						
Щи со свежей капустой с										
картофелем, со сметаной		150/5			1,19	3,72	4,92	61,95	9,49	№73,сб дошк 2016
map roquiem, eo emeranon										
	Капуста свежая		37,5	30						
	=									
	Картофель		23,94	18						
	Морковь		7,5	6						
	Лук репчатый		7,14	6						
	Масло растительное		3	3						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон		120	120						
	Сметана		5	5						
Биточки "Домашние"		50			7,61	11,07	7,66	161,00	0,52	25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м		60,68	39,4						
	или фарш куриный		41,4	39,4						
	морковь		11,75	9,4						
	Лук репчатый		12,6	10,5						
	соль иодированная		0,4	0,4						
			0,6	0,5						
	одйк									
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	масло растительное		2	2						
Каша перповая возоттенова -										
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным		110/2			3,12	1,55	21,64	112,94		№180 сб школь. 20
CITIES ITEM	крупа перловая	110/2	47,60	47,60	3,12	1,55	21,04	112,77		2100 CO MAONIB. 20
	соль иодированная		0,30	0,30						
	вода питьевая		71,00	71,00						
	Лук репчатый		2,00	1,70						
	морковь		16,50	13,20						
	масло сливочное		2,00	2,00					Ī	
Компот из урюка		150			0,33	0,02	10,83	44,85	0,00	№394 СБ дошк 201
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,0						
	Вода		152,00	152,00						
	caxap		5,0	5,0						
										табл 6 стр 144,Дели
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
Итого:		542			14,99	16,85	62,36	466,20	10,01	
	УПЛОТНЕННЫЙ									
	полдник									
Молоко кипяченое		150			4,58	4,08	7,58	85,00	1,95	№419 Сб дошк 201
(молоко)	молоко		158	150						
		25	Ī		2,66	4,20	18,42	95,67	0,11	№442 СБ шк 2017
Булочка с сахаром		35			2,00	7,20	10,42	75,07	0,11	
	Мука пшеничная	33	21	21	2,00	4,20	10,42	75,07	0,11	

ВСЕГО:		1521			43,70	49,59	194,78	1341,73	17,06	
Итого:		495			18,26	20,61	78,28	516,17	2,30	
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
	Вода		150	150						
	Caxap		5	5						
	чай весовой		0,4	0,4						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410,411 сб дошк Дели 2016
	масса готового омлета			130						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	масло сливочное		2	2						
	масса омлетной смеси			135						
	молоко		65	65						
	яйцо		84	70						
Омлет натуральный		130			9,07	12,11	34,96	256,67	0,22	№229,сб дошк2016
	листов		0,7	0,7						
	Яйцо (на смазку изделий)		1	0,84						
	Масса полуфабриката		0,20	41						
	Вода		8,26	8,26						
	Соль йодированная		0,2	0,2						
	Молоко		9,1	9,1						
	Дрожжи сухие		0,18	0,18						
	лонговино одиж Одиж		2,04	1,7						
	масло сливочное		1	1						

День 9- ый

Наименование блюд и		Macca	Кол - во	Кол - во	Пит	цевые веще	ства	Энергетиче ская	Витамин	Сборник
продуктов		порции	(в гр)	(в гр)				ценность		рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с										
маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
	Крупа пшеничная		18	18						
	Молоко		70	70						
	Вода		53	53						
	Caxap		2	2						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	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						
	Caxap		6	6						
	Молоко		92	90						
	Вода		90	90						
Бутерброд с маслом										№1 сб дошк
сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		Дели2016
	Батон нарезной		25	25						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		359			10,60	11,46	54,23	363,16	1,87	
Филипи сполите (абмени)	2 - ой ЗАВТРАК	100	100	100	0,40	0.40	0.80	47,00	10,00	№386 дошк СБ
Фрукты свежие (яблоки) Итого:		100	100	100	0,40	0,40 0,40	9,80 9,80	47,00 47,00	10,00	№386 дошк Сь
11010.	ОБЕД	100			0,40	0,40	2,00	47,00	10,00	
	ОБЕД									акт проработки
										№10 от
Салат из квашеной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71		15.06.2016
	капуста квашеная		34,32	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп-лапша домашняя на										
курином бульоне, с мясом										
птицы		150/10			3,88	5,18	7,01	95,65	0,54	№94 сб дошк2016
	цыплята-бройлеры с/м		24,4	23,0						
-	масса отварной мякоти птицы			10,0						
	Мука пшеничная		11,3	11,3						
	орий		3,6	3						
	вода		2,1	2,1						
	Соль		0,2	0,2						
	Масса лапши			12						
	Морковь		7,5	6						
1	Лук репчатый		7,14	6						
	лук реп-штый		.,	_						

ВСЕГО:		1424			52,52	47,80	181,04	1374,92	21,21	
Итого:		440			20,43	13,27	62,05	447,91	2,47	
	Вода		150	150						
	лимон		5,55	5						
	Caxap		5	5						
	чай весовой		0,8	0,8						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	Дели2016
_	масса пф			144						
	сахарный песок		3,5	3,5						
	Мука пшеничная		7,2	7,2						
	масло сливочное		3,50	3,50						
<u>-</u>	посыпка верх			14,20						
	Яйцо куриное		16,20	13,50						
	сахарный песок		13,50	13,50						
	творог		68,00	68,00						
	творожная начинка			95,00						
	сахарный песок		9,00	9,00						
	мука пшеничная		17,00	17,00						
	масло сливочное		9,00	9,00						
	посыпка низ			35,00	,	,	,	., -		
Ватрушка королевская		130			15,98	9,50	50,58	350,13		TTK №810 от 15.02.2023
(кефир,ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155	150						TTIC MODIC
Кисломолочный напиток		150		1.50	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
	полдник									
	УПЛОТНЕННЫЙ									
Итого:		525			21,08	22,67	54,96	516,85	6,87	
Хлеб ржаной		35	35,0	35,0	2,31	0,42	13,86	69,30		2012
	вода		152,0	152,0						табл 6 стр 144,Дели +
	Caxap		5,00	5,0						
	сухофрукты		12,75	12,5						
Напиток из сухофруктов	Í	150	10.77	10.5	0,50	0,07	17,34	73,33	0,54	№394 Сб дошк 2016
**	вода питьевая		18,8	18,8	0.50	0.0-	15.5.	50.00	0.7.	
	соль йодированная		0,60	0,6						
	Масло сливочное		3,8	3,8						
	морковь		5,9	4,7						
	лук репчатый		11,3	9,4						
	картофель		144,7	108,8						
	масса готовой мякоти птицы			33						
	цыплята - бройлеры с/м		80,5	76						
домашнему		150			13,89	15,51	14,21	252,86	5,79	24.06.2020
Жаркое из отварной птицы по)-									ТТК 580/а от
			-,-							
	Соль		0,5	0,5						
	Бульон		143	143						

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества		ская ценность	Витамин	Сборник рецептур	
продуктов		порции	брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	рецентур
	ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочна	я с									
маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18	18						
	Молоко		123	123						
	Caxap		2	2						
	Соль йодированная		0,4	0,4						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молок	ОМ	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,5	2,5						
	Caxap		6	6						
	Молоко		90	90						
	Вода		108	108						
Бутерброд с сыром, маслом										
сливочным		25/10/5			4,55	7,02	12,92	132,83		№3 сб дошк2016
	Батон нарезной		25	25						
	Сыр		10,2	10						
	Масло сливочное		5	5						
Итого:		369			13,19	15,71	45,20	361,16	1,84	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Сок		125	125	125	0,63		12,62	52,77	2,50	Согласно сборника рецептур (дошкольн.) 2016г №418

Итого:		125			0,63	0,00	12,62	52,77	2,50	
	ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56		№34, сб дошк2016
маслом растительным	Свекла	40	48,64	38,00	0,57	2,44	3,34	37,30		дошк2010
	масло растительное		2,4	2,40						
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными	·	150/10/5			2,55	2,95	8,06	72,05		№86 дошколь. 2016
фрикадельками, со сметаной	картофель		59,85	45,00						
	крупа рисовая		3,00	3,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	вода питьевая		105,00	105,00						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,9	11,4						
	или фарш говяжий		11,97	11,4						
	Лук репчатый		1,19	1						
	яйцо В		0,96	0,8						
	Вода для фарша		1 0,1	1 0,1						
	соль иодированная масса полуфабриката		0,1							
	фрикаделек			14,3						
	масса готовых фрикаделек Сметана		5,00	10 5,00						
Котлеты рыбные с маслом		50 °C					a	100.00	0.1-	,,,,,,,
сливочным	pulso (varrona & a la PE)	50/2	45.00	22	6,12	5,33	7,37	102,20	0,16	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		45,22 34,65	33 33						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	хлеб пшеничный		9	9						
	молоко		13,00	13,00						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката		• • •	58,00						
	масло растительное Масло сливочное		2,00 2,00	2,00 2,00						
Макаронные изделия	масло сливочное		2,00	2,00						
отварные с овощами		110			3,79	4,39	20,92	138,16	1,99	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		30,00	30,00						
	соль иодированная морковь		0,40 16,25	0,40 13,00						
	Лук репчатый		12,00	10,00						
	томатная паста		3,00	3,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар вода		5,00 150,00	5,00 150,00						
V×	вода	25			2.21	0.42	12.96	60.20		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной Итого:		35 552	35	35	2,31 15,79	0,42 15,61	13,86 67,04	69,30 481,97	2,98	2012
-	УПЛОТНЕННЫЙ									
Кисломолочный напиток	полдник	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
кисломолочный напиток (кефир, ряженка ,катык)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,33	3,13	0,50	70,00	0,43	летао со дошк 2016
Каша вязкая гречневая с		150			8,38	9,22	20,92	201,38	0,88	ТТК
мясом и овощами			20.00	27.50	- ,= -	- ,==		. ,	-7==	
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,00	37,50						
	или фарш говяжий		39,00 0,75	37,50						
	масло растительное		0,73	0,75						
	масса готового мясного фарша крупа гречневая		26,30	30,00 26,30						
	вода питьевая		84,00	84,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса каши			105,00						
	морковь		15,00	12,00						
	лук репчатый		18,00	15,00						
	масло сливочное		1,50	1,50						
	масса пассерованных овощей			15,00						
l ₁₁	масса каши с овощами	150/5		120,00	0.50	0.22	10.00	50.50	75.00	25,200 5
Напиток из шиповника	шиповник	150/5	15,3	15	0,50	0,20	12,23	52,50	75,00	№399 сб дошк 2016
	сахар		15,5	5						
•	~ r	!				•	•	. !	•	•

вода		150	150						табл 6 стр 134,Дели +
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	2012
Итого:	475			14,75	13,33	49,29	376,88	76,33	
всего:	1521,00			44,35	44,65	174,15	1272,78	83,65	
ИТОГО за 10 дней	14924,00			466,40	468,00	1838,55	13388,88	412,10	
Итого в среднем на 1 воспитанника в день	1492,40			46,64	46,80	183,86	1338,89	41,21	

Примечание:

- 1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
- 2.При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
- 3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно технические документы:
- 1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных
- учреждений, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
- 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных
- школах , Тутельян В.А. Москва $\,$ 2004 г.
- 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания
- Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
- 1.4. Справочник рецептур 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., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
- 3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности;

сельскозозяйственная 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%









