

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол-во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	крупка манная		18,00	18,00						
	молоко		123,00	123,00						
	сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	батон нарезной		25,00	25,00						
	сыр		5,10	5,00						
	масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		364			9,80	12,69	46,01	340,69	2,27	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		40			0,56	2,03	3,61	34,96	12,98	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к		41,60	33,30						
	масса прогретой капусты			30,00						
	морковь		8,75	7,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	сахарный песок		2,00	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с куриными фрикадельками		150/10			2,83	2,96	10,92	88,60	7,41	№83 сб дошк 2016
	картофель		90,00	67,50						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	бульон		105,00	105,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	фрикадельки куриные:									
	цыплята-бройлеры потр с/м		17,56	11,40						

	или фарш куриный		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	фрикаделек			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Птица тушеная с овощами по-татарски		30/30			7,72	9,04	3,92	128,16	1,97	ТТК №753 от 20.08.2022
	цыплята-бройлеры потр е/м		72,90	69,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной мякоти			30,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон		10,00	10,00						
Макаронные изделия отварные		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб пнк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	вода питьевая		231,00	231,00						
	соль йодированная		0,45	0,45						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	кисель-концентрат		17,50	17,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		552			17,59	19,23	63,24	510,49	23,19	
ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
	творог		103,20	101,20						
	крупа манная		6,60	6,60						
	яйцо		5,28	4,40						
	сахар		8,80	8,80						
	сметана		4,40	4,40						
	масло сливочное		4,40	4,40						
	сахари панировочные		4,40	4,40						
	соль йодированная		0,55	0,55						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		305			22,74	19,15	49,94	462,95	37,09	
ВСЕГО:		1371			54,49	54,81	165,49	1390,13	63,00	