



Утверждаю
Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"
Харламова Э.Р.

Согласовано
Руководитель дошкольной образовательной
организации

Примерное 12-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Квал	С	
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3	13,50 10,00 90,00 68,00 2,50 0,50 3	5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:	409			11,80	16,64	55,30	419,20	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с яблоками	60	45,00 20,52 0,60 3,00 3,00	36,00 18,00 0,60 3,00 3,00	0,0732	3,06	6,699	54,06	10,12	№46 сб шк Дели 2017
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	11,97 11,97 1,19 0,96 1,00 0,10 14,30 10,00 79,80 10,00 9,52 8,00 4,00 0,70 140,00	11,40 11,40 1,00 0,80 1,00 0,10 14,30 10,00 60,00 8,00 8,00 8,00 4,00 0,70 140,00	4,93	3,80	12,68	114,56	6,18	№88 сб дошк 2016
Котлеты рубленые из говядины	70	51,16 51,16 14,64 11,00 14,70 4,00 0,70 0,80	49,00 49,00 12,30 11,00 14,70 4,00 0,70 0,80	11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	№299 СБ дошкольн., 2016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	54,70 82,00 0,33 115,00 22,00 2,40 3,00	54,70 82,00 0,33 115,00 17,00 2,00 3,00	4,09	5,97	20,33	142,30	1,36	№180, сб дошк 2016
Напиток из сухофруктов	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012 табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	19,15	
Итого:	703			26,36	26,74	98,17	741,44		

Пудинг рыбный	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	60/20			11,97	3,91	5,87	106,67	0,46	№286 СБ дошк 2016	
	рыба (минтай с/м БГ)		68,34	50,25							
	масса отварной рыбы			39,75							
	Хлеб пшеничный		8,25	8,25							
	яйцо		6,3	5,25							
	молоко		12	12							
	масло сливочное		2,25	2,25							
	соль иодированная		0,4	0,4							
	Масло растительное		1	1							
	масса пудинга			60							
	Соус молочный										
	молоко		10	10							
	масло сливочное		1,1	1,1							
	Мука пшеничная		1,1	1,1							
	Пюре Картофельное	Вода		10	10						
Сахар			0,2	0,2							
соль иодированная			0,13	0,13							
масса соуса		140		20	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№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							
Чай с сахаром			180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Дели 2016
		чай весовой		0,45	0,45						
		сахар		6,00	6,00						
		Вода		180,00	180,00						
Кондитерское изделие		вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
			30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016	
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)											
Итого:		556			18,32	15,15	68,02	484,71	27,45		
ВСЕГО:		1851			61,70	63,03	231,68	1747,35	49,96		

День 2- ой

День 2- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
		30,00	30,00						
		5,00	5,00						
Итого:	404			10,77	15,54	55,74	409,78	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	50			0,35	0,05	0,95	6	2,45	№71, сб шк 2017
		51	50						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне , со сметаной	180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
		20,00	16,00						
		21,28	16,00						
		12,50	10,00						
		9,52	8,00						
		41,00	32,00						
		0,20	0,20						
		2,00	2,00						
		4,00	4,00						
		0,70	0,70						
		140,00	140,00						
		7,00	7,00						
Плов из отварной птицы	200			11,19	10,93	31,80	282,55	0,18	№321 сб дошк 2016
		78,00	73,6						
			32,0						
		8,0	8,0						
		11,9	10,00						
		16,3	13,00						
		55,0	55,0						
		86,0	86,0						
		0,8	0,8						
			168,0						
Компот из свежих яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
		34,00	30,00						
		6,00	6,00						

Салат из зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80		№10 Сб дошк. 2016
	зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне		180			3,95	3,79	11,91	106,74	4,19	№87, сб дошк 2016
	Картофель		53,2	40						
	Горох		16,2	16						
	Морковь		12,8	10,00						
	Лук репчатый		9,6	8,00						
	Масло растительное		4	4						
	соль йодированная		0,7	0,7						
	Бульон		140	140						
Фрикадельки из птицы		80			11,24	10,07	7,04	164	0,32	№325, Сб дошк 2016
	Цыплята - бройлеры с/м		90,90	59,00						
	Хлеб пшеничный		15,00	15,00						
	Соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода		18,00	18,00						
	Масса полуфабриката фрикаделек			92,00						
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
	картофель		66,50	50,00						
	морковь		30,00	24,00						
	масса запеченной моркови			22,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	масса припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		41,00	32,75						
	масса припущенной капусты			30,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	соус:									
	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						
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,4	18,0						
	Сахар		6	6,0						
	вода		183	183,0						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		710			24,48	32,91	81,10	731,54	24,82	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Эч-почмак с мясным фаршем		100			11,20	6,35	37,90	268,00		ТТ по АП от 23.05.2022
	Мука пшеничная		31,00	31,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо куриное		3,12	2,60						
	Масло сливочное		2,60	2,60						
	Сахарный песок		1,00	1,00						
	Молоко		12,50	12,50						
	Дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		24,15	23,00						
	или фарш говяжий		24,15	23,00						
	картофель		37,50	30,00						
	Лук репчатый		10,38	8,65						
	Масло сливочное		4,50	4,50						
	соль йодированная		0,53	0,53						
	масса фарша			65,00						
	яйцо куриное		1,92	1,60						
	масло растительное для смазки изделий		0,30	0,30						
	масло растительное для смазки листа		1,00	1,00						
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						
Сок (нектар) разливной	Вода		180,00	180,00						№418 Дели 2016
		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	
Итого:		466			12,06	6,37	62,10	368,10	3,63	
ВСЕГО:		1765			55,67	60,09	210,40	1633,70	31,00	

День 5 - ый

День 5 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,76	№100, сб дошк 2016
суповая заправка (звездочки)		16,00	16,00						
Сахар		1,60	1,60						
Молоко		140,00	140,00						
Вода		60,00	60,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						

Какао с молоком	соль иодированная	180/6	1,00	1,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	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	111,68		№1 Дели 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		421			11,71	12,90	43,19	334,86	2,19	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	сахар		3,00	3,00						
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
	свекла		72,96	57,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками и со сметаной		180/10/5			3,63	5,59	9,39	110,15	9,52	№81 сб дошк 2016
	Картофель		71,82	54,00						
	капуста свежая		18,00	14,40						
	Морковь		9,00	7,20						
	Лук репчатый		8,64	7,20						
	Масло растительное		3,60	3,60						
	огурцы соленые		19,66	10,80						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		126,00	126,00						
	Сметана		5,00	5,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		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						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом		150/30			17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 2016
	говядина (котлетное мясо)		39,00	37,50						
	или фарш говяжий		39,40	37,50						
	Масло растительное		2,80	2,80						
	масса готового мясного фарша			30,00						
	Картофель		190,70	143,45						
	масса отварного протертого картофеля			136,60						
	Лук репчатый		12,72	10,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
	масса припущенного лука			7,70						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	сухари панировочные		3,20	3,20						
	масса полуфабриката			175,00						
	выход готовой запеканки			150,00						
	Соус сметанный :			30,00						
	Сметана		7,50	7,50						
Компот из изюма и яблок	Мука пшеничная		2,00	2,00						
	вода	180	22,50	22,50	0,35	0,12	26,2	108	1,44	ТТК
	яблоки свежие		16,53	14,50						
	изюм		9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		660			25,70	28,75	79,98	681,67	20,09	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
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:		473			16,75	25,50	33,44	433,71	13,11	
ВСЕГО:		1737			59,38	71,65	166,80	1552,24	36,65	

День 6 - ый

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

		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3	5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д
Чай с молоком, сахаром	180/6	0,45 6 92 90	0,45 6 90 90	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:	409			11,81	13,56	50,89	388,77	1,45	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180	185	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Томаты свежие порционно	50	51	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	№71, сб шк 2017
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	20,00 21,28 12,50 9,52 41,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	16,00 16,00 10,00 8,00 32,00 0,20 2,00 4,00 0,70 140,00 7,00	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	50,00 34,20 7,50 10,00 12,00 2,00 3,50 2,00 6,25 1,88 18,75 1,25 0,20	32,50 32,50 7,50 10,00 10,00 2,00 3,50 2,00 6,25 1,88 18,75 1,25 0,20	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	ТТК 1001 от 10.06.2024
Вермишель отварная	130	45,50 0,35 275,00 2,00	45,50 0,35 275,00 2,00	3,72	1,26	27,63	141,76		№219, сб дошк 2016
Напиток из сухофруктов	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
Хлеб ржаной	45	45	45	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	667			15,54	13,03	79,66	511,94	17,49	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Биточки рубленые из рыбы	80	82,20 63,00 2,10 1,44 18,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	60,00 60,00 2,10 1,20 15,00 11,20 0,65 0,16 8,00 2,00	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25	ТТК №3
Рис отварной рассыпчатый с	130/3	46,80 0,60 98,00 3,00	46,80 0,60 98,00 3,00	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
Чай с мармеладом	160/10	0,45 160	0,45 160	0	0	19,32	72,89	0,02	№411 сб дошк 2016

	мармелад	10	10							табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Кондитерское изделие	печенье	20	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	№418 Дели 2016
Сок (нектар) разливной		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	
Итого:		613			17,48	13,87	111,45	637,27	3,87	
ВСЕГО:		1869			50,05	44,96	249,56	1629,98	23,26	

2 неделя

День 7- ой

День 7- ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	22,50	22,50	6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
Крупа ячневая		90,00	90,00						
Молоко		68,00	68,00						
Вода		2,50	2,50						
Сахар		0,50	0,50						
соль йодированная		3,00	3,00						
Масло сливочное									
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		6,00	6,00						
Сахар		90,00	90,00						
Молоко		108,00	108,00						
Вода									
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
Батон нарезной		5,00	5,00						
Масло сливочное									
Итого:	404			11,18	12,45	55,88	401,06	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180	185	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№120 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток									
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Капуста тушеная (доп. гарнир)	50	71,25	57,00	1,03	1,62	4,71	37,55		№139 сб шк 2017
капуста свежая		2,00	2,00						
масло растительное		3,75	3,00						
Морковь		4,80	4,00						
лук репчатый		1,20	1,20						
томатная паста		0,50	0,50						
мука пшеничная		1,50	1,50						
сахарный песок		0,30	0,30						
соль йодированная									
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	180/10	79,80	60,00	4,56	4,48	13,61	123,47	4,19	№91,128 сб дошк 2016
картофель		9,00	7,20						
Морковь		8,60	7,20						
Лук репчатый		1,80	1,80						
Масло растительное		0,60	0,60						
соль йодированная		135,00	135,00						
бульон			18,00						
клецки:		5,50	5,50						
мука пшеничная		0,60	0,60						
Масло сливочное		1,92	1,60						
яйцо		8,80	8,80						
вода		0,16	0,16						
соль йодированная			16,20						
масса теста			18,00						
масса готовых клешек		11,97	11,40						
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		1,19	1,00						
Лук репчатый		0,96	0,80						
Яйцо		1,00	1,00						
Вода для фарша		0,10	0,10						
соль йодированная			14,30						
Масса полуфабриката			10,00						
масса готовых фрикаделек									
Котлеты рубленные из говядины	70	51,16	49,00	11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	СБ дошкольн. №299, 2016
говядина (котлетное мясо)		51,16	49,00						
или фарш говяжий		14,64	12,30						
Лук репчатый		11,00	11,00						
Хлеб пшеничный		14,70	14,70						
вода питьевая		4,00	4,00						
сухари панировочные		0,70	0,70						
соль йодированная			84,00						
масса полуфабриката		0,80	0,80						
масло растительное									
Пюре Картофельное	140	159,60	119,70	2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
Картофель		22,12	21,00						
Молоко		5,00	5,00						
Масло сливочное		0,52	0,52						
соль йодированная									
Компот из свежих яблок	180	34,00	28,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
яблоки свежие		6,00	6,00						
сахар		183,00	183,00						
вода									
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	675			23,36	24,35	91,84	692,51	22,80	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20			16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 СБ дошк 2016
Творог		121,20	120,00						
Манная крупа		10,40	10,40						
Сахар		10,40	10,40						
Яйцо куриное		6,24	5,20						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Соль йодированная		0,50	0,50						
Сухари панировочные		5,20	5,20						
Сметана		5,20	5,20						
Повидло		20,40	20,00						
Напиток из шиповника	180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
шиповник		18,40	18,00						
сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,50	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016 табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	
Итого:	486			20,00	16,40	70,32	509,15	100,34	
ВСЕГО:	1745			59,76	57,70	225,61	1694,72	124,76	

День 8 - ой

День 8 - ой									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
Крупа манная		22,50	22,50						
Молоко		158,00	158,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
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	111,68		№1 Дели 2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			11,41	12,99	55,44	388,76	2,48	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток сахар		185,00	180,00						
		3,00	3,00						
Итого:	183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	50			0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	№71, сб шк 2017
огурцы свежие		51	50,00						
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,36	4,59	4,77	70,02	8,00	№73, сб дошк 2016
Капуста свежая		45,00	36,00						
Картофель		28,73	21,60						
Морковь		9,00	7,20						
Лук репчатый		8,57	7,20						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Вода		140,00	140,00						
Сметана		7,00	7,00						
Биточки "Домашние"	70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9	55,13						
морковь		57,89	55,13						
Лук репчатый		16,53	13,12						
Масло растительное		18	15						
масса припущенного лука		1,5	1,5						
соль йодированная		0,57	0,57						
яйцо		0,84	0,7						
Мука пшеничная		5,25	5,25						
масса полуфабриката			82,6						
масло растительное		2,6	2,6						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль йодированная		0,33	0,33						
масса каши			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масса каши с овощами			130,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
урюк		18,40	18,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						

Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:	695			21,84	19,51	90,21	631,03	14,32	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный	150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
яйцо		114,00	95,00						
молоко		60,00	60,00						
масса омлетной смеси			155,00						
масло сливочное		2,50	2,50						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса готового омлета			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						
Булочка сладкая	50			4,22	4,81	25,22	151,00		Сборник национальных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ Казань 1997
Мука пшеничная		31,00	31,00						
Мука пшеничная		1,00	1,00						
дрожжи сухие		0,40	0,40						
соль иодированная		0,40	0,40						
Сахар		1,00	1,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
Яйцо		3,00	2,50						
молоко		12,50	12,50						
масса теста			50,00						
Сахар		5,00	5,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
масса пф			57,50						
яйцо		0,90	0,75						
Масло растительное		0,13	0,13						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Сок (нектар) разливной	180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	№418 Дели 2016
Итого:	596			21,31	29,90	66,83	611,33	3,91	
ВСЕГО:	1878			59,77	66,90	222,68	1733,12	21,97	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
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			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№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 дошк 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		5,10	5,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,28	
2 - ой ЗАВТРАК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016
молоко		180,00	180,00						
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	
ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром (молодой урожай)	60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, СБ дошк 2016
морковь		72,00	57,60						
сахар		3,00	3,00						
Рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной	180/7			2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сб дошк 2016
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		0,70	0,70						
Бульон		132,00	132,00						
Сметана		7,00	7,00						
Индейка тушеная с овощами по-татарски	40/30			10,76	10,11	4,01	150,93	5,03	ТТК №753 от 20.08.2022
индейка филе		56	56,0						
соль иодированная		0,4	0,40						
масса отварного филе индейки			40,0						
лук репчатый		26,40	22,00						

Макаронные изделия отварные	морковь		12,50	12,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон	130	10,00	10,00	3,92	3,36	27,64	145,06		№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
Кисель	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное	180	2,00	2,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
Итого:		672			21,93	22,17	98,24	690,34	15,01	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 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						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дели 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
Фрукты свежие	Вода		180,00	180,00						
		120	120	120	0,48	0,48	11,76	56,40	10,00	№386 СБ дошк. 2016
(яблоки или апельсин, или банан или мандарин)										
Итого:		463			24,81	20,57	50,77	491,08	13,37	
ВСЕГО:		1724			66,59	61,45	223,86	1729,11	33,00	

День 10 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,44	8,07	33,81	238,71	0,86	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		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						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№395 Дели 2010
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	111,68		№1 Дели 2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			12,58	14,98	59,65	424,97	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185	180						
Итого:	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей (ранней) капусты с морковью	60			0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	№21 сб дошк Дели2016
капуста свежая б/к		62,50	50,00						
масса прогретой капусты			45,00						
морковь		12,50	10,00						
соль иодированная		0,60	0,60						
сахарный песок		3,00	3,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180			1,95	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк 2016
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						
Жаркое из филе птицы	200			15,67	10,64	19,60	236,20	0,72	ТТК 580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		107,3	101,2						
масса готовой мякоти птицы			44						
картофель		193	145,1						
лук репчатый		15	12,5						
морковь		7,9	6,3						
Масло сливочное		5,1	5,1						
соль иодированная		0,8	0,8						
вода питьевая		25,1	25,1						

Компот из изюма и яблок	яблоки свежие	180	16,53	14,50	0,35	0,12	26,2	108,00	1,44	ТТК
	изюм		9,18	9,00						
	масса отварных сухофруктов			14,40						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		695			24,06	18,58	92,19	639,74	21,99	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Котлеты рыбные	рыба (минтай с/м БГ)	70	63,30	46,2	8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
	соль йодированная		0,7	0,7						
	хлеб пшеничный		12,6	12,6						
	молоко		18,20	18,2						
	сухари панировочные		7,0	7,0						
	масса полуфабриката			81,0						
	масло растительное		3,0	3,0						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,13	2,48	31,72	161,79		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	Шиповник		18,4	18						
	сахар		6	6						
	Вода питьевая		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Сок (нектар) разливной		180	180	180	0,80		18,18	76,00	3,60	№418 Дели 2016
Итого:		638			18,81	11,14	108,93	608,26	47,98	
ВСЕГО:		1917			60,68	49,21	268,34	1764,97	72,45	

День 11 - ый

День 11 - ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов			(в гр)	(в гр)				ценность		
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК		200								№105 128 сб дошк 2016
Суп молочный с клецками					4,76	5,60	10,36	110,80	0,91	
молоко			140,00	140,00						
вода			70,00	70,00						
масло сливочное			2,00	2,00						
клецки:				25,00						
мука пшеничная			7,70	7,70						
масло сливочное			0,90	0,90						
яйцо куриное			2,64	2,20						
вода			12,00	12,00						
соль йодированная		0,23	0,23							
масса теста			22,5							
масса готовых клецек			25,00							
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410 433 сб дошк Дели 2016
чай весовой			0,45	0,45						
сахар			6,00	6,00						
Вода			180,00	180,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной			30,00	30,00						
Сыр			5,10	5,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		426			8,43	11,45	31,87	263,67		
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток			185	180						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Огурцы свежие порционно		50			0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	№71. сб шк 2017
огурцы свежие			51	50,00						
Суп картофельный с мясными фрикадельками		180/10			3,68	3,21	12,22	101,69	8,69	№80 120 сб дошк 2016
картофель			95,76	72,00						
морковь			9,00	7,20						
лук репчатый			8,64	7,20						
томатная паста			0,72	0,72						
масло растительное			1,80	1,80						
бульон			126,00	126,00						
соль йодированная			0,70	0,70						
фрикадельки мясные:				10,00						
говядина (котлетное мясо б/к)			11,97	11,40						
или фарш говяжий			11,97	11,40						
лук репчатый			1,20	1,00						
вода			1,00	1,00						
яйцо куриное			0,96	0,80						
соль йодированная			0,10	0,10						
				14,30						
масса полуфабриката фрикаделек				10,00						
масса готовых фрикаделек										
Тефтели мясные		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкольн. №303, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)			46,20	44,40						

Рагу из овощей	или фарш говяжий	150	46,20	44,40	2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
	Лук репчатый		16,80	14,00						
	масло растительное		2,10	2,10						
	Хлеб пшеничный		9,40	9,40						
	вода питьевая		14,00	14,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Мука пшеничная в/с		4,80	4,80						
	масса полуфабриката			84,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	картофель		66,50	50,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№166, сб дошк 2016
	морковь		30,00	24,00						
	масса запеченной моркови			22,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	масса припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		41,00	32,75						
	масса припущенной капусты			30,00						
	соль йодированная		0,75	0,75						
	Масло растительное		5,00	5,00						
	соус:									
Напиток из сухофруктов	вода		40,00	40,00	0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№194 сб дошк 2016
	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						
Хлеб ржаной	масса рагу			150,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144. Дети - 2012
	сухофрукты	180	15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
Итого:	вода	45	183,00	183,00	2,97	0,54	17,84	89,19		
			45,00	45,00						
Итого:			685		18,23	26,87	67,98	600,70	29,72	
Омлет натуральный	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		150		13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00	3,52	4,00	24,35	147,50	0,01	№130 сб зак 2017
	молоко		60,00	60,00						
	масса омлетной смеси			155,00						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса готового омлета			150,00						
Булочка "Российская"	мука пшеничная	50	28,50	28,50						
	мука пшеничная на подпыл		0,80	0,80						
	сахар		8,00	8,00						
	сахар (для отделки)		1,70	1,70						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	молоко		4,20	4,20						
	яйцо		2,04	1,70						
	яйцо (для смазки)		1,50	1,25						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	соль йодированная		0,30	0,30						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5	0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№411 сб дошк 2016
	вода питьевая		170	170						
	мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134 Дети - 2012
	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:			510		20,21	29,49	62,31	598,07	10,31	
ВСЕГО:			1801		52,09	72,30	169,71	1554,43	40,48	

День 12 - ый

День 12 - ый										Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин		
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
ЗАВТРАК										
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,66	274,20	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		5,00	5,00							
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 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	111,68		№1 сб дошк 2016	
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	406			12,16	14,00	71,63	461,64	2,24		
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№119 СБ дошк 2016	
молоко		189,00	180,00							
Итого:	180			5,48	4,88	9,07	102,00	2,34		
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016	

Суп гороховый на курином бульоне, с гренками	свекла	180/10	72,96	57,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
					6,86	34,73	19,09	434,44	0,74	№119, сб шк2017
	горох		25,4	25,2						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		13,2	11,00						
	масло растительное		3,6	3,6						
Суфле куриное с рисом	соль иодированная		0,7	0,7						
	бульон		144	144						
	гренки пшеничные		10	10						
	хлеб пшеничный	70	18,75	15,75	12,05	11,48	3,21	164,18		№328 сб анализ 2016
	цыплята-бройлеры с/м		116,64	116,64						
	масса отварной мякоти птицы		48	48						
	крупа рисовая		4,45	4,45						
Картофель запеченный	вода		16,4	16,4						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса вязкой рисовой каши		19	19						
	яйцо куриное		9,12	7,6						
	масло сливочное		3,8	3,8						
	сыр		2,04	2						
	масса полуфабриката		76	76						
Компот из урюка	масса готового суфле	140	70	70	3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017
	картофель		270	203						
	масло растительное		5	5						
Хлеб пшеничный	соль йодированная	180	0,35	0,35	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№731 сб анализ 2016
	урюк		18,4	18,0						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной	вода		183,00	183,00						
		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дети + 2012
Итого:		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети + 2012
		715			29,23	58,92	106,05	1095,72	27,49	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Ватрушка королевская		150			18,44	10,96	58,36	404,00		ТТК №110 от 13.02.2023
	посыпка низ:									
	Масло сливочное		10,70	10,7						
	Мука пшеничная		21,0	21,0						
	Сахарный песок		10,7	10,7						
	творожная начинка:									
	Творог		78,50	78,5						
Чай с яблоком и сахаром	Сахарный песок		15,00	15,0						
	Яйцо куриное		18,0	15,0						
	посыпка низ:									
	Масло сливочное		4,25	4,25						
	Мука пшеничная		7,80	7,80						
	Сахарный песок		4,25	4,25						
		180/10/6			0,08	0,05	5,99	24,35	1,02	ТТК
Сок (нектар) разливной	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	яблоко		11,40	10,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№118 Дети 2016
		546			19,52	11,01	84,55	512,79	5,02	
ВСЕГО:			1847		66,39	88,81	271,30	2172,15	37,09	
ИТОГО за 12 дней			21811		712,31	747,60	2722,78	20694,19	579,01	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день			1818		59,36	62,30	226,90	1724,52	48,25	

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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дети принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов 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 Дети Плюс 2012 г.
 - 1.4. Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дети 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 01,09(25% отходов) морковь, свекла - рассчитаны с 1,09 (20% отходов)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сыр - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%