



Примерное 12-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 8-10,5 - часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша "Дружба" молочная	150			2,51	0,95	18,00	88,50		ТТК №7Д
Крупа рисовая		11	11						
Крупа пшеничная		8	8						
Молоко		80	80						
Вода		52	52						
Сахар		4	4						
соль иодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2	2						
Сахар		7,7	7,7						
Молоко		75	75						
вода		106	106						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			7,02	11,18	42,76	297,50	0,16	
Кондитерское изделие	2 - ой ЗАВТРАК								
крекер	15	15,00	15,00	1,35	2,70	9,60	67,47		
Сок	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
в ассортименте в инд.упаковке									
Итого:	215			2,35	2,70	29,80	152,81	4,00	
ОБЕД									
Салат из моркови припущенной с яблоками	40			0,27	0,04	2,13	9,98	1,09	№41 СБ дошк 2016
морковь		38,12	30,50						
яблоки свежие		11,40	10,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
Суп со звездочками с картофелем с куриными фрикадельками	150/10			2,90	2,99	10,20	85,97	3,75	140сбшк2004
цпылята - бройлеры с/м или фарш куриный		17,5	11,4						
Лук репчатый		11,4	11,4						
Яйцо		1,19	1						
Вода для фарша		0,96	0,8						
соль иодированная		1	1						
масса готовых фрикаделек		0,1	0,1						
Картофель		10	10						
Морковь		59,90	45,00						
Лук репчатый		7,50	6,00						
суповая засыпка (звездочки)		7,14	6,00						
Масло растительное		6,00	6,00						
соль иодированная		3,00	3,00						
Вода		1,00	1,00						
Котлеты рубленые из говядины	50	114,00	114,00	7,45	5,50	7,28	108,13		СБ дошкольн. №299, 2016
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		36,57	35						
лук репчатый		35	35						
Хлеб пшеничный		10,4	8,75						
Вода		8,13	8,13						
сухари панировочные		5,2	5,2						
соль иодированная		2,8	2,8						
масса полуфабриката		0,4	0,4						
Масло растительное		61,9	61,9						
Капуста тушеная	120	0,60	0,60	2,48	3,88	11,31	90,12	20,59	№354 сбдошк2016
Капуста свежая		172	137,6						
Лук репчатый		5,71	4,8						
Морковь		3	2,4						

	Масло растительное		1,44	1,44								
	Сахар		3,6	3,6								
Компот из свежемороженых фруктов	соль иодированная	150	0,8	0,8	0,33	0,02	20,83	84,75	0,30		№394 СБ дошк 2016	
	фрукты свежемороженые		16,50	16,50								
Хлеб пшеничный	Вода	15	152,00	152,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00		134, Дели +	
Хлеб ржаной	сахар	40	8,0	8,0							табл 6 стр 144, Дели + 2012	
Итого:		575,00	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2				
ПОЛДНИК												
Кисломолочный напиток		150/5			4,35	3,75	10,99	94,95	1,05		№420 С6 дошк 2016	
(Кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток		155	150								
	сахар		5	5								
Булочка дорожная		35			2,73	4,90	18,25	126,70			№453 с6 дошк2016	
	Мука пшеничная		21,35	21,00								
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70								
	Сахар		4,20	4,20								
	Масло сливочное		4,55	4,55								
	соль иодированная		0,21	0,21								
	дрожжи сухие		0,14	0,14								
	вода		10,70	10,70								
	масса полуфабриката			39,90								
	для крошки:											
	мука пшеничная		0,84	0,84								
	масло сливочное		0,70	0,70								
	масса крошки			1,40								
	масло растительное для смазки		0,70	0,70								
	изделий											
Омлет с сыром		10/150			17,28	23,13	2,53	287,50	0,33		№230 с6 дошк 2016	
	Яйцо		126,00	105,00								
	Молоко		40,00	40,00								
	масса омлетной смеси			145,00								
	Сыр		10,20	10,00								
	Масло сливочное		3,00	3,00								
	соль иодированная		0,80	0,80								
	масса готового омлета			150,00								
Хлеб пшеничный		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Итого:		360,00			25,88	31,94	41,61	556,15	1,38			
ВСЕГО:		1500,00			52,46	58,85	189,14	1499,85	31,27			

День 2 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	НЕТТО	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная	150			4,16	0,17	17,93	90,00		ТТК №1Д
		19	19						
		80	80						
		52	52						
		4	4						
		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 с6 дошк 2016
		5	5						
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
		1,7	1,7						
		9	9						
		92	92						
		77	77						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
Итого:	350			11,17	12,73	45,16	340,50	0,36	
2 - ой ЗАВТРАК									

Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	95	108,3	95	0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	№386 СБ дошк.2016
Итого:	95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	
ОБЕД									
Салат из картофеля с солеными огурцами	40			0,55	2,09	3,43	34,64	4,80	№23 сб дошк.2016
огурцы соленые		21,84	12,00						
картофель		21,92	16,00						
морковь		10,24	8,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/7			3,60	5,86	6,84	99,75	6,67	№110, сбшк20 04
говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий		11,90 11,40	11,40 11,40						
лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо		0,96	0,8						
вода питьевая		1,00	1,0						
соль иодированная		0,10	0,10						
Капуста свежая		15,0	12,0						
Картофель		15,96	12,0						
Морковь		7,5	6,0						
Лук репчатый		7,14	6,0						
Свекла		30,72	24,0						
Сахар		1,8	1,8						
Масло растительное		3,0	3,0						
соль иодированная		1,5	1,5						
Бульон		120	120,0						
Сметана		7,0	7,0						
Тефтели рыбные в сметанном соусе	45/15			5,66	5,17	7,42	98,85	0,68	№261/а СБ дошк 2011
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		41,62 30,60	30,60 30,60						
Хлеб пшеничный		4,50	4,50						
вода		4,50	4,50						
яйцо		4,80	4,00						
Лук репчатый		8,10	6,75						
Мука пшеничная		2,70	2,70						
соль иодированная		0,27	0,27						
Масса полуфабриката			53,00						
Масло растительное		1,80	1,80						
соус:									
сметана		3,75	3,75						дошк 2016
вода		11,25	11,25						
Мука пшеничная		1,15	1,15						
соль иодированная		0,10	0,10						
масса соуса			15,00						
Пюре Картофельное	120			2,46	3,84	16,35	109,80	0,20	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель		136,80	102,60						
Молоко		18,96	18,00						
Масло сливочное		4,20	4,20						
соль иодированная		0,45	0,45						
Кисель	150					15,00	60,00		№648 сбшк2004
Кисель-концентрат		17,50	17,50						
Сахар		7,00	7,00						
вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный	15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	582			16,05	17,56	57,26	487,49	12,35	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, катык, йогурт) кисломолочный напиток		155	150						
Запеканка творожная с повидлом	110/20			19,37	13,26	31,87	321,70	0,36	№ 251 сб дошк 2016
Творог		103,2	101,2						
крупа манная		6,6	6,6						
Яйцо		5,28	4,4						
Сахар		8,8	8,8						
Сметана		4,4	4,4						
Масло сливочное		4,4	4,4						
Сухари панировочные		4,4	4,4						
соль иодированная		0,55	0,55						
повидло		20	20						
Итого:	280			23,72	17,01	38,17	397,70	0,81	
ВСЕГО:	1307,00			51,32	47,68	149,90	1237,49	23,02	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		брутто	НЕТТО	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная	150			4,4	4,1	19,4	132	0,16	ТТК № 2Д
Крупа кукурузная		19	19						
Молоко		80	80						
Вода		52	52						
Сахар соль иодированная		4 0,8	4 0,8						
Масло сливочное порционнo	5			0,04	3,62	0,07	33		№6 сб дошк 2016
Масло сливочное		5	5						
Чай с молоком,сахаром	160/8			2,83	2,49	12,06	82,13	1,27	№413 Сб дошк 2016
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		8	8						
Молоко		92	90						
Вода		70	70						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели 2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	353			10,77	16,16	44,43	366,73	1,47	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кондитерские изделия	10	10,00	10,00	0,39	3,06	6,25	54,20		202 Ддели №418 сб дошк 2016
вафли									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
Итого:	210			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	30			0,89	1,55	1,87	25,08	3,30	№10 СБ дошк 2016
зеленый горошек к/с		48,10	28,80						
масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне с мясом птицы	150/10			3,52	3,48	7,30	77,62	5,18	№86 сб дошк 2016
крупа пшеничная		9	9						
картофель		60	45						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль иодированная		1,0	1,0						
Бульон		105,0	105,0						
цпльята - бройлеры с/м		29,50	26,2						
масса отварной мякоти птицы			10,0						
Фрикадельки мясные в молочном соусе	50/25			7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	№ 305 сб дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		39,70	38,00						
Хлеб пшеничный		38,00	38,00						
Вода		8,00	8,00						
лук репчатый		10,00	10,00						
Масса полуфабриката		4,20	3,50						
Масло сливочное			59,00						
Соус молочный:		2,00	2,00						
Молоко		12,50	12,50						
Масло сливочное		1,30	1,30						
Мука пшеничная		1,30	1,30						
Вода		12,50	12,50						
Сахар		0,30	0,30						
соль иодированная		0,30	0,30						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54		№219 Сб дошк.2016
макаронные изделия		38,50	38,50						
вода		231,00	231,00						
соль иодированная		1,10	1,10						
масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из красной смородины замороженной	150			0,15	0,10	16,1	67		акт проработки ТТК №410
смородина красная		10,00	10,00						
сахарный песок		12,00	12,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	134, Дели + табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		
Итого:	608			20,67	16,14	80,23	554,44	8,55	

Молоко кипяченое (молоко)	МОЛОКО	150	158	150	4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 С6 дошк 2016
Картофель запеченный дольками	картофель соль иодированная масло растительное	110	212,14 1,10 6,80	159,50 1,10 6,80	3,04	10,47	24,24	203,28	15,95	№314 СБ шк 2017
Итого:		260			7,62	14,55	31,82	288,28	18,00	
ВСЕГО:		1431			40,06	46,85	176,68	1294,79	32,02	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) НЕТТО	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Омлет натуральный	150								
яйцо		138	115	14,23	18,55	2,60	235,00	0,25	№229,сб дошк2016
молоко		40	40						
масса омлетной смеси			155						
масло сливочное		5	5						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса готового омлета			150						
Кофейный напиток с молоком	165								
Кофейный напиток		2	2	2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели201 0
Сахар		7,7	7,7						
Молоко		75	75						
вода		106	106						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5								
Батон нарезной		25	25	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			20,30	26,70	27,19	431,60	0,45	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	95	141,55	95	0,86	0,19	7,70	40,85	51,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:	95			0,86	0,19	7,70	40,85	51,00	
ОБЕД									
Салат из квашеной капусты	40								
капуста квашеная		45,76	32,00	0,68	2,00	3,39	34,28	12,00	№47 СБ дошк 2016
Лук репчатый		4,80	4,00						
сахар		2,00	2,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	150								
Картофель		40,05	30	3,29	3,16	9,92	88,91	3,49	СБ дошк.2016 №87
Горох колотый		12,15	12						
лук репчатый		7,2	6						
Морковь		9,6	7,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масло растительное		3	3						
Бульон		105	105						
Птица, тушенная в соусе с овощами	150								
цыплята - бройлеры с/м		84	79,0	7,58	5,42	13,74	134,17	6,12	№319 С6 дошк 2016
масса отварной мякоти птицы			30,0						
соус сметанный :									
Вода или отвар		15,0	15,0						№372 С6 дошк 2016
сметана		5,0	5,0						
мука пшеничная		1,5	1,5						
соль иодированная		0,16	0,16						
масса соуса			20,0						
Картофель		82,4	61,6						
морковь		32,0	25,6						
Лук репчатый		17,6	14,4						
зеленый горошек к/с		6,7	4,0						
масло растительные		1,2	1,20						
соль иодированная		0,6	0,6						
масса овощей с соусом			120,0						
Компот из свежемороженых фруктов	150								
фрукты свежемороженые		16,50	16,50	0,33	0,02	20,83	84,75	0,30	№394 СБ дошк 2016
Вода		152,00	152,00						

Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	530			14,52	11,08	63,72	421,31	21,91	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт) йогурт	150		155,00	2,18	1,88	8,25	51,75		№420 СБ дошк 2016
Булочка с сахаром	35			5,50	1,22	13,59	87,40	0,20	№442 СБ шк 2017
Мука пшеничная		21,00	21,00						
Мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
Сахарный песок		2,73	2,73						
масло сливочное		1,00	1,00						
Яйцо		2,04	1,70						
Дрожжи сухие		0,18	0,18						
Молоко		9,10	9,10						
Соль йодированная		0,20	0,20						
Вода		8,26	8,26						
Масса полуфабриката			41,00						
Яйцо (на смазку изделий)		0,84	0,84						
Масло растительное на смазку листов		0,70	0,70						
Итого:	185			7,68	3,10	21,84	139,15	0,20	
ВСЕГО:	1160			43,36	41,07	120,45	1032,91	73,56	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) НЕТТО	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Суп молочный с геркулесовой крупой	150			4,44	4,45	7,17	111,60	0,39	№101, сб дошк 2016
геркулес		9,00	9,00						
Сахар		1,20	1,20						
Молоко		105,00	105,00						
Вода		45,00	45,00						
Масло сливочное		1,50	1,50						
Соль		0,70	0,70						
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		9	9						
Молоко		92	92						
вода		77	77						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	340			9,81	11,84	34,43	308,50	0,71	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кондитерские изделия печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		136, Дели +, 2012
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	220			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40			0,57	2,43	3,34	37,36	2,66	№34 СБ шк 2016
свекла		48,64	38,00						
Масло растительное		2,40	2,40						
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5			3,42	5,60	5,70	91,42	6,48	ГТК 535 23,12,2020
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
соль йодированная		0,90	0,90						
картофель		50,00	37,50						
капуста свежая		23,75	19,00						
зеленый горошек к/с		12,53	7,50						
морковь		9,40	7,50						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
соль йодированная		1,00	1,00						

	Сметана		112,50	112,50								
Суфле рыбное		70			11,00	7,50	2,00	119,00	0,30	№284 Сб дошк 2016		
	рыба (минтай с/м БГ)		87,04	64,00								
	масса отварной рыбы			50,00								
соус молочный	Молоко		18,00	18,00						№371 Сб дошк 2016		
	Масло сливочное		3,00	3								
	Мука пшеничная		3,00	3								
	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								
Рис отварной с маслом сливочным		110/3			2,66	2,49	26,87	140,63		№304 сб шк 2017		
	Крупа рисовая		39,60	39,60								
	соль иодированная		2,20	2,20								
	Вода питьевая		237,60	237,60								
	Масло сливочное		3,00	3,00								
Напиток из яблок		150			0,10	0,10	14,93	61,00	1,00	№390 Сб дошк 2016		
	яблоки свежие		28,5	25,0								
	вода		152,0	152,0								
	сахар		8,0	8,0								
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012		
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012		
Итого:		593			18,87	16,23	49,19	423,43	10,44			
ПОЛДНИК												
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150	4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016		
Пудинг творожный со сгущенным молоком		110/20			18,13	15,55	37,43	362,20	0,44	№438 Сб 2004		
	Творог		94,82	93,50								
	Манная крупа		8,80	8,80								
	Яйцо		6,60	5,50								
	Сахарный песок		8,80	8,80								
	Соль йодированная		0,40	0,40								
	Масло сливочное		4,40	4,40								
	Сухари панировочные		4,40	4,40								
	Сметана		4,40	4,40								
	сгущенное молоко		20,00	20,00								
Итого:		280			22,71	19,63	45,01	447,20	2,49			
ВСЕГО:		1433			52,39	47,70	148,83	1264,47	17,64			

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто (в гр)	нетто (в гр)	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная	150			4,24	2,22	29,78	156,00	0,15	ТТК № 8Д
		19	19						
		75	75						
		57	57						
		4	4						
		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
Чай с молоком, сахаром	160/8	5	5	2,83	2,49	12,06	82,13	1,27	дошк 2016
		0,4	0,4						
		8	8						
		92	90						
		70	70						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,90	4,40	13,00	99,00		№1 Дели 2010
		25	25						
		5	5						
Итого:	353			9,01	12,74	54,91	370,13	1,42	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие	95	108,3	95	0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	№386 Сб

Итого:		95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	дошк.2016
ОБЕД										
Салат из соленых огурцов с луком	огурцы соленые масса припущенных огурцов Лук репчатый Масло растительное	30	30,39 5,4 1,50	26,7 24,3 4,5 1,50	0,26	1,52	0,78	17,73	1,24	№20 СБ дошк 2016
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	картофель морковь лук репчатый масло растительное вермишель бульон куриный соль йодированная	150	60 7,5 7,2 1,5 6 105 1	45 6 6 1,5 6 105 1	1,6	1,7	10,28	62,85	4,95	№88 СБ дошк 2016
Жаркое из птицы по-домашнему	цыплята - бройлеры с/м масса отварной мякоти птицы картофель лук репчатый морковь масло сливочное соль йодированная вода питьевая масса готовых овощей	160	104,50 155,00 12,00 6,25 4,00 0,70 20,00	98,00 50,00 116,00 10,00 5,00 4,00 0,70 20,00 110,00	10,18	9,52	6,33	151,38		ТТК №580/а от 24,06,2020
Напиток из апельсинов	апельсин сахарный песок цедра вода	150	33,53 15,00 3,75 120,00	22,50 15,00 3,75 120,00	0,34	0,08	25,5	104		№392, СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38			табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	35,25	0,00	
Итого:		535			16,16	13,42	66,11	450,57	6,19	144, Дели +
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)	кисломолочный напиток	150	155	150	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Пирожок печёный с повидлом	Мука пшеничная мука пшеничная на подпыл Масло сливочное сахар Яйцо соль йодированная дрожжи сухие Вода масса теста повидло фруктовое Масло растительное Яйцо	40	20,00 0,90 0,90 1,06 1,20 0,30 0,25 8,05 18,40 0,13 0,96	20,00 0,90 0,90 1,06 1,00 0,30 0,25 8,05 31,20 18,00 0,13 0,80	2,14	1,95	17,86	100,00	0,64	№437 СБ дошк 2016
Итого:		190			6,49	5,70	24,16	176,00	1,09	
ВСЕГО:		1173			32,04	32,24	154,49	1038,50	18,20	

День 7 - ой 2 неделя

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
		Ккал							
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная	150								
Крупа пшено		20	20	3,72	3,80	20,95	132,90	0,21	ТТК №6Д
Молоко		75	75						
Вода		57	57						
Сахар		4	4						
соль йодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели 2010
Кофейный напиток		2	2						

Молоко		75	75							
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	106	106							
Багон нарезной		25	25	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели 2010	
Сыр		5,1	5							
Масло сливочное		5	5							
Итого:		355			9,83	15,58	45,61	362,50	0,41	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кондитерское изделие		15	15,00	15,00	1,35	2,70	9,60	67,47		
Сок		200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
в ассортименте в инд.упаковке										
Итого:		215			2,35	2,70	29,80	152,81	4,00	
ОБЕД										
Салат из овощей с морской капустой		30			0,27	1,45	1,82	21,40		№49 Сб дошк 2016
капуста морская сушеная			0,65	0,65						
картофель			21,28	16,00						
лук репчатый			5,10	4,25						
огурцы соленые			9,10	5,00						
масло растительное			1,50	1,50						
соль йодированная			0,30	0,30						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/10				3,74	3,55	10,15	94,57	7,43	№83 СБ дошк 2016
Картофель			79,95	60						
Морковь			7,5	6						
Лук репчатый			7,2	6						
масло растительное			1,5	1,5						
соль йодированная			0,15	0,15						
Вода			105	105						
говядина б/к (котлетное мясо) или фарш говяжий			11,90	11,40						
Лук репчатый			11,40	11,40						
вода			1,19	1,00						
яйцо			1,00	1,00						
соль йодированная			0,96	0,80						
Биточки рубленые из рыбы	50		0,90	0,90	7,43	3,50	2,50	70,70		ТТК №3
рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный			51,00	37,50						
Крупа манная			37,50	37,50						
яйцо			1,25	1,25						
Лук репчатый			9,00	7,50						
вода			11,10	9,30						
соль йодированная			3,75	3,75						
сахар			0,35	0,35						
сухари панировочные			0,14	0,14						
Масло растительное			3,75	3,75						
Масса полуфабриката			1,25	1,25						
Масло растительное				59,00						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/3		1,40	1,40	5,78	3,31	25,95	156,93	0,44	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая			47,60	47,60						
вода питьевая			71,00	71,00						
соль йодированная			0,25	0,25						
масса каши				100,00						
морковь			16,50	13,20						
лук репчатый			2,00	1,65						
масса каши с овощами				110,00						
масло сливочное			3,00	3,00						
Напиток из красной смородины замороженной	150				0,15	0,10	16,1	67		Акг проработки ТТК №410
смородина красная			10,00	10,00						
сахарный песок			12,00	12,00						
вода			152,00	152,00						
Хлеб ржаной	40	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		543			20,01	12,39	72,36	489,80	7,87	
ПОЛДНИК										
Шарлотка с яблоками	40				0,20	0,02	9,40	62,00		14.01.2020г
яйцо			8,80	7,30						
сахарный песок			9,12	9,12						
соль йодированная			0,24	0,24						
мука пшеничная			7,30	7,30						
яблоки свежие			32,50	22,70						
масло растительное			0,24	0,24						

Ватрушка Французская	130			9,45	9,00	20,50	200,74		№248, Партнер Уфа
мука пшеничная		46,37	46,37						
Сахарный песок		14,85	14,85						
Масло сливочное		18,55	18,55						
Творог		41,70	40,85						
Сахарный песок		14,80	14,80						
Яйцо куриное		11,28	9,4						
Итого:	295			15,15	15,45	36,40	344,21	0,45	
ВСЕГО:	1278			41,91	40,94	136,46	1097,29	43,63	

День 9 - ой

Наименование блюдо и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная	150			4,47	3,20	21,95	134,60	0,16	ТТК №4Д
Крупа манная		19,00	19,00						
Молоко		132,00	132,00						
Сахар		4,00	4,00						
соль иодированная		0,80	0,80						
Масло сливочное порционн	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
Масло сливочное		5,00	5,00						
Какао с молоком	160			3,47	2,99	14,26	97,90	0,32	№397 Дели2010
Какао-порошок		1,7	1,7						
Сахар		9	9						
Молоко		92	92						
вода		77	77						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	350			11,48	15,77	49,18	385,10	0,52	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кондитерские изделия	10	10,00	10,00	0,39	3,06	6,25	54,20		202 Ддели
вафли									
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	210			1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	
ОБЕД									
Винегрет с солеными огурцами	40			0,55	2,47	3,37	37,93		№46,сб дошк 2016
Картофель		13,76	10						
Свекла		10,2	8						
Морковь		7,56	6						
Огурцы соленые		14,56	8						
Масло растительное		2,4	2,4						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Щи со свежей капустой скартофелем ,с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5			3,41	4,67	4,19	74,38	7,30	№124, сбшк2004
говядина б/к (котлетное мясо)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
вода		1,00	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
соль иодированная		0,90	0,90						
масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Капуста свежая		37,5	30						
Картофель		23,94	18						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
соль иодированная		1	1						
Вода		120	120						
Сметана		5	5						
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/20			6,47	6,33	7,10	111,47	0,26	ТТК 698 от 09.04.2021
цыплята - бройлеры с/м		48,80	31,70						
или фарш куриный		31,70	31,70						
вода		5,00	5,00						
рис		4,20	4,20						

	Лук репчатый		10,80	12,50															
	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:			20,00															
	сметана		5,00	5,00															
	мука пшеничная		1,50	1,50															
	вода		15,00	15,00															
	томатная паста		0,80	0,80															
	соль йодированная		0,16	0,16															
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/3																	№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		38,50	38,50		4,25	2,77	22,88	133,54										
	вода		231,00	231,00															
	соль иодированная		1,10	1,10															
	масло сливочное		3,00	3,00															
Компот из изюма		150																	№394 СБ дошк 2016
	изюм		15,00	15,00		0,30	0,02	20,83	84,75		0,30								
	масса отварных сухофруктов			28,80															
	Вода		152,00	152,00															
	сахар		8,0	8,0															
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00		1,14	0,12	7,38	35,25		0,00								табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		40	40	40															табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		578				2,64	0,48	15,84	79,2										
ПОЛДНИК						17,07	14,27	70,84	483,34		7,86								
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	150	158	150		4,58	4,08	7,58	85,00		2,05								№419 СБ дошк 2016
Слойка сладкая	мука пшеничная	35	21,70	21,70		3,12	3,47	19,95	123,50		0,12								стр 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70															
	яйцо		2,10	1,75															
	Масло сливочное		1,75	1,75															
	молоко		8,75	8,75															
	сахар		0,70	0,70															
	дрожжи сухие		0,28	0,28															
	соль иодированная		0,28	0,28															
	масса теста			35,00															
	прослойка:																		
	сахар		3,50	3,50															
	Масло сливочное		1,75	1,75															
	масса полуфабриката			40,25															
	яйцо для смазки изделий		0,60	0,50															
	масло растительное для смазки		0,10	0,10															
Омлет натуральный	яйцо	150	138	115		14,23	18,55	2,60	235,00		0,25								№229,2016
	молоко		40	40															
	масса омлетной смеси			155															
	масло сливочное		5	5															
	масса готового омлета			150															
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00		1,52	0,16	9,84	47,00		0,00								табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		355				23,45	26,26	39,97	490,50		2,42								
ВСЕГО:		1493				53,00	56,30	180,19	1444,28		14,80								

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная	150			6,44	2,86	33,23	184,96	0,72	ТТК №9Д
		19	19						
		75	75						
		57	57						
		4	4						
		0,8	0,8						
Масло сливочное порционно	5			0,04	3,63	0,07	33,00		№14 сб шк 2017
		5	5						

чай с молоком,сахаром		160/8			2,83	2,49	12,06	82,13	1,27	№413 С6 дошк 2016
чай весовой			0,4	0,4						
Сахар			8	8						
Молоко			92	90						
Вода			70	70						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Батон нарезной			25	25						
Масло сливочное			5	5						
Итого:		353			11,21	13,38	58,36	399,09	1,99	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки,или апельсин, или банан,или мандарин)		95	108,3	95	0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	№386 СБ дошк.2016
Итого:		95			0,38	0,38	9,31	41,80	9,50	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		40			0,68	2,00	3,39	34,28	12,00	№47 СБ дошк 2016
капуста квашеная			45,76	32,00						
Лук репчатый			4,80	4,00						
сахар			2,00	2,00						
масло растительное			2,00	2,00						
Рассольник ленинградский с говядиной, со сметаной		150/10/6			4,17	4,33	7,45	88,87	5,10	№82 сб дошк2016
говядина б/к (лопатка)			16,00	16,00						
масса отварной говядины				10,00						
Картофель			59,85	45						
Лук репчатый			3,57	3						
Морковь			7,5	6,0						
Перловая крупа			6,00	6,0						
Огурцы соленые			16,38	9,0						
Масло растительное			2,0	2,0						
соль иодированная			0,8	0,8						
Бульон			114,0	114,0						
Сметана			6,0	6,0						
Пудинг рыбный		60/20			11,23	6,77	8,12	136,84		дошк 2016
рыба (минтай с/м БГ)			68,3	50,3						
масса отварной рыбы				39,8						
Хлеб пшеничный			8,3	8,3						
яйцо			6,3	5,3						
молоко			12,0	12,0						
масло сливочное			2,3	2,3						
соль иодированная			0,4	0,4						
Масло растительное			1,00	1,0						
масса пудинга				60,0						
Соус молочный										
молоко			10,00	10,0						
масло сливочное			1,10	1,1						
Мука пшеничная			1,10	1,1						
Вода			10,00	10,0						
Сахар			0,2	0,2						
соль иодированная			0,1	0,1						
масса соуса				20,0						
Пюре Картофельное		120			2,46	3,84	16,35	109,80	0,20	№ 339 СБ дошк 2016
Картофель			136,80	102,60						
Молоко			18,96	18,00						
Масло сливочное			4,20	4,20						
соль иодированная			0,45	0,45						
Компот из свежемороженых фруктов		150			0,33	0,02	20,83	84,75	0,30	№394 СБ дошк 2016
фрукты свежемороженые			16,50	16,50						
Вода			152,00	152,00						
сахар			8,0	8,0						
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		596			21,51	17,44	71,98	533,74	17,60	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир,ряженка,катык,йогурт)	йогурт	150	155,00	150,00	2,18	1,88	8,25	51,75	1,20	№420 СБ дошк 2016
Запеканка рисовая с творогом		130/20			9,33	8,17	54,31	328,20	0,85	№203 сб дошк 2016
крупа рисовая			32,00	32,00						
вода			65,00	65,00						
соль иодированная			0,20	0,20						
творог			40,40	40,00						
яйца			5,16	4,30						
сахар			5,00	5,00						

		3,50	3,50						
	сухари панировочные	3,50	3,50						
	сметана	3,50	3,50						
	масса полуфабриката		147,00						
	молоко сгущенное	20,00	20,00						
Итого:		300			11,51	10,05	62,56	379,95	2,05
ВСЕГО:		1344			44,60	41,25	202,21	1354,58	31,14

День 11 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды			
				Ккал					
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная	150			2,81	1,40	14,23	81,00	0,72	№173, сбшк2017
Крупа геркулесовая		19	19						
Молоко		132	132						
Сахар		4	4						
Соль йодированная		0,8	0,8						
Масло сливочное порционн	5			0,04	3,62	0,07	33,00		2016
Масло сливочное		5,00	5,00						
Кофейный напиток с молоком	165			2,57	2,2	11,69	77	0,16	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2	2						
Сахар		7,7	7,7						
Молоко		75	75						
вода		106	106						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3 Дели2010
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	355,00			8,92	13,17	38,89	310,60	0,92	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кондитерские изделия печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Итого:	220			2,50	1,96	35,08	168,74	4,00	
ОБЕД									
Салат из кукурузы к/с	30			0,86	1,85	2,41	29,79		№12 СБ дошк 2016
кукуруза к/с		46,80	28,00						
сахарный песок		0,60	0,60						
масло растительное		1,80	1,80						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	150			1,54	3,32	6,97	69,42	0,30	№94 сб дошк2016
Мука пшеничная		11,3	11,3						
Яйцо		3,6	3						
бульон		2,1	2,10						
Соль		0,2	0,2						
Масса лапши			12						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		3	3						
Бульон		143,00	143,00						
Соль		0,5	0,5						
Биточки "Домашние"	50			10,84	4,36	3,54	96,25	0,05	проработки от
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		59,5	39,38						
морковь		39,38	39,38						
Лук репчатый		11,75	9,4						
соль йодированная		9	7,5						
яйцо		0,4	0,4						
Мука пшеничная		0,6	0,5						
масло растительное		3,75	3,75						
		1,9	1,9						
Рагу из овощей	120			1,80	5,90	11,50	106,40	6,94	№148 ,сб дошк 2016
картофель		71,50	53,00						
морковь		24,00	19,20						
масса запеченной моркови			18,00						
Лук репчатый		20,40	16,80						
масса припущенного лука			13,20						
капуста свежая		16,80	13,20						
масса припущенной капусты			12,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
Масло растительное		4,00	4,00						

	соус: вода										№366 ,сб дошк 2016
	Масло сливочное		35,00	35,00							
	Мука пшеничная		1,58	1,58							
	Морковь		1,58	1,58							
	Лук репчатый		2,63	2,10							
	томатная паста		1,26	1,05							
	Масло сливочное		2,10	2,10							
	сахар		0,53	0,53							
	соль йодированная		0,35	0,35							
	масса соуса		0,35	0,35							
	масса рагу			35,00							
Кисель		150						15,00	60,00		№648 сбшк2004
	Кисель-концентрат		17,50	17,50							
	Сахар		7,00	7,00							
	вода										
Хлеб пшеничный		15	150,00	150,00	1,14	0,12	7,38	35,25		0,00	134, Дели +
			15,00	15,00							
Хлеб ржаной		40	40	40							табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		555			2,64	0,48	15,84	79,2			
ПОЛДНИК											
Молоко кипяченое		150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05		№419 Сб дошк 2016
(молоко)	МОЛОКО		158	150							
Шанежка наливная с яйцом		50			4,55	2,00	22,35	119,90			ТТК 109, АП 295 от 01.12.2018
	мука пшеничная		25,00	25,00							
	мука пшеничная на подпыл		1,20	1,20							
	сахарный песок		1,50	1,50							
	Масло сливочное		1,20	1,20							
	яйцо		1,56	1,30							
	соль йодированная		0,40	0,40							
	дрожжи сухие		0,20	0,20							
	Вода		10,00	10,00							
	масса теста			39,00							
	яйцо		14,40	12,00							
	сметана		5,00	5,00							
	масло растительное		0,10	0,10							
	сахарный песок		0,40	0,40							
Итого:		200			9,13	6,08	29,93	204,90	2,05		
ВСЕГО:		1330,00			39,37	37,24	151,54	1100,55	14,26		

День 12 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			я ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная	150			4,4	4,1	19,4	132	0,16	ТТК № 2Д
		19	19						
		80	80						
		52	52						
		4	4						
		0,8	0,8						
Масло сливочное порционнo	5			0,04	3,62	0,07	33,00		№6 сб дошк 2016
		5,00	5,00						
Чай с сахаром	150/8			0,04	0,01	9,98	39,97	0,02	2016
		0,4	0,4						
		8	8						
		150,0	150,0						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
		25	25						
		5	5						
Итого:	338			6,34	8,51	42,38	270,97	0,18	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	95	158,65	95	1,43	0,48	20,00	91,20	9,50	дошк 2016
Итого:	95			1,43	0,48	20,00	91,20	9,50	
ОБЕД									
Салат из свеклы с яблоками	40			0,44	2,07	4,57	38,68		№36 сб дошк 2016
		34,30	27,00						
		11,80	10,40						
		1,20	1,20						
		2,00	2,00						

суп картофельный с полойной крупой с мясными фрикадельками	150/10			3,52	3,48	7,30	77,62	5,18	№86 сб дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		11,90	11,40						
или фарш говяжий		11,40	11,40						
лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо		0,96	0,8						
вода питьевая		1,00	1,0						
соль иодированная		0,10	0,10						
крупка полбяная		9	9						
картофель		60	45						
Морковь		7,5	6						
Лук репчатый		7,14	6						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль иодированная		1	1						
Бульон		105	105						
Фрикадельки из птицы в сметанно-томатном соусе	50/25			7,56	7,55	5,74	121,03	1,39	№325,373 сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м потрош		57,00	37,00						
или фарш куриный		37,00	37,00						
хлеб пшеничный		9,00	9,00						
вода		12,00	12,00						
соль иодированная		0,35	0,35						
масса полуфабриката			57,50						
Масло растительное		0,70	0,70						
масса готовых фрикаделек			50,0						
соус сметанно-томатный			25,0						
сметана		6,25	6,3						
мука пшеничная		1,9	1,9						
вода		18,8	18,80						
томатная паста		1	1,00						
соль иодированная		0,2	0,2						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3			4,25	2,77	22,88	133,54		№219 Сб дошк.2016
макаронные изделия		38,50	38,50						
вода		231,00	231,00						
соль иодированная		1,10	1,10						
масло сливочное		3,00	3,00						
Сок в ассортименте в инд.упаковке	200	200	200	1,00	0,00	20,20	85,34	4,00	№418 сб дошк 2016
Хлеб пшеничный	15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	134, Дели +
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,2		144, Дели +
Итого:	643			20,55	16,47	83,90	570,66	10,57	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык, йогурт)	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Кисломолочный напиток		155	150						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	110/20			20,73	14,96	29,97	337,30		№ 251 сб дошк 2016
Творог		103,2	101,2						
крупка манная		6,6	6,6						
Яйцо		5,28	4,4						
Сахар		8,8	8,8						
Сметана		4,4	4,4						
Масло сливочное		4,4	4,4						
Сухари панировочные		4,4	4,4						
соль иодированная		0,55	0,55						
сгущенное молоко		20	20						
Итого:	280			25,08	18,71	36,27	413,30	0,45	
ВСЕГО:	1356			53,40	44,17	182,55	1346,13	20,7	
ИТОГО за 12 дней	16113,00			540,65	528,73	1960,60	14872,90	333,57	

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 Дели 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 Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4,2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов 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 I категории упитанности;

рыба морожена крупная или средняя потрошенная без головы

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

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(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%