

Примерное 10-дневное меню
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях
 с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5			5,36	9,85	29,49	229,05	0,85	ТТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеничная		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль иодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		5	5						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	400			10,50	16,76	59,34	431,19	2,02	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Салат из моркови припущенной с яблоками	60			0,63	1,05	5,18	24,24	2,63	ТТК от 25.01.2023
морковь		61,31	49,05						
масса припущенной моркови			45,00						
яблоки		17,10	15,00						
сахар		0,60	0,60						
Суп картофельный с вермишелью и с мясными фрикадельками	180/15			4,28	3,90	12,60	111,34	6,18	№88 СБ дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо)		17,85	17,1						
или фарш говяжий		17,85	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
Яйцо		1,44	1,2						
Вода для фарша		1,5	1,5						
соль иодированная		0,15	0,15						
Масса полуфабриката			21,5						
масса готовых фрикаделек			15						
Картофель		80,00	60,00						
Вермишель		8,00	8,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
соль иодированная		0,70	0,70						
Вода		140,00	140,00						
Котлеты рубленные из говядины	70			11,79	13,09	11,51	211,06	0,84	ТТК от 25.01.2023
говядина б/к (котлетное мясо)		51,16	49						
или фарш говяжий		51,45	49						
Лук репчатый		14,64	12,3						
Хлеб пшеничный		11	11						
Вода		14,7	14,7						
Сухари панировочные		4,00	4,00						
соль иодированная		0,7	0,7						
масса полуфабриката			75,3						
масло растительное		1	1						
Капуста тушеная	130			2,65	4,78	10,26	100,10	22,20	№ 303 сб шк 2017
капуста свежая		186,30	149,00						
масло растительное		4,55	4,55						
морковь		3,25	2,60						
лук репчатый		6,19	5,20						
томатная паста		3,12	3,12						
мука пшеничная		1,56	1,56						
сахар		1,00	1,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	28,81	120	0,65	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	680			22,92	23,44	86,19	655,36	32,50	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,31	4,58	7,32	91,50	1,28	№420 СБ дошк 2011
	сахар		3,00	3,00						
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ)	60/20	68,34	50,25	11,97	3,91	5,87	106,67	0,16	№286 СБ дошк 2011
	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						
	Вода		10	10						
	Сахар		0,2	0,2						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20						
Пюре Картофельное	Картофель	140	159,60	119,70	2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ дошк 2011
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
Чай с сахаром	чай весовой	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 392 Дели 2010
	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 10 стр 202, Ддели +, 2012, табл 6 стр 134, Ддел + 2012
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	
Итого:		639			23,23	19,32	65,54	529,37	18,42	
ВСЕГО:		1899,00			57,55	59,52	229,25	1692,24	56,54	

День 2- ой

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 полбяная молочная с маслом сливочным	180/3			4,81	7,85	29,38	207,32		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			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели 2010
		2,00	2,00						
		6,00	6,00						
		110,00	110,00						
		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк 2016
		30,00	30,00						
		10,20	10,00						
		5,00	5,00						
Итого:	408			13,41	18,20	60,69	460,16	1,54	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из картофеля с соевыми огурцами	60			0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк 2016
		32,76	18,00						
		32,90	24,00						
		15,36	12,00						
		3,60	3,00						
		3,00	3,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7			1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	№63 сб дошк 2016
		18,75	15,00						
		19,95	15,00						
		12,50	10,00						
		9,60	8,00						
		38,40	30,00						
		1,80	1,80						
		3,60	3,60						
		0,80	0,80						
		144,00	144,00						
		7,00	7,00						
Фрикадельки куриные в молочном соусе	50/25			7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№ 325 сб дошк 2016
		57,00	37,00						

	или фарш куриный			37,00						
	Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	Вода		12,00	12,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	Масса полуфабриката			57,00						
	Масло растительное		0,70	0,70						
	Соус молочный:			25,00						
	Молоко		12,50	12,50						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Мука пшеничная		1,3	1,3						
	Вода		12,50	12,5						
	Сахар		0,30	0,3						
	соль иодированная		0,3	0,3						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		130/3			4,91	3,13	27,60	158,16	0,00	№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,5	45,50						
	вода		275,0	275,0						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	Масло сливочное		3,0	3,0						
Кисель		180			0,54	0,09	28,18	115,24	0,99	№ 648, сБ шк2004
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сБ дошк2016
	Мука пшеничная		30,50	30,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Масло сливочное		6,50	6,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		15,30	15,30						
	масса полуфабриката			57,00						
	для крошки:									
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	масса крошки			2,00						
	масло растительное для смазки изделий		1,00	1,00						
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	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		755			23,44	29,33	126,90	872,53	12,86	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык)	кисломолочный напиток	180	185	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
Запеканка творожная с ягодным соусом		130/20			9,36	10,09	25,31	273,51	0,70	№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						
	соус ягодный			20,00						
	кисель концентрат		5,00	5,00						
	сахар		1,00	1,00						
	крахмал		1,00	1,00						
	вода		16,00	16,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Итого:		523			14,70	14,62	39,10	391,79	4,07	
ВСЕГО:		1786,00			51,95	62,54	236,49	1771,48	28,47	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5			6,84	7,10	45,66	274,20	0,86	ТТК №2Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Чай с молоком,сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сБ дошк 2010
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
		30,00	30,00						

	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		406			11,80	13,86	71,49	458,50	2,06	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД										
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
Суп картофельный с пшеничной крупой на мясном бульоне		180			1,42	1,95	8,72	61,74	5,94	№86 сб дошк 2016
	крупя пшеничная		12,00	12,00						
	картофель		80,00	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		120,00	120,00						
Плов из отварной говядины		200			20,40	19,11	32,51	396,00	0,35	№443,сбшк2004
	говядина б/к (лопатка)		51,20	51,2						
	масса отварной говядины			32,0						
	масло сливочное		8,0	8,0						
	Лук репчатый		11,9	10,00						
	Морковь		16,3	13,00						
	Крупа рисовая		55,0	55,0						
	вода		86,0	86,0						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	масса гарнира			168,0						
Напиток из вишни		180			0,29	0,07	25,38	104,94	2,43	ттк
	вишня с/м		18,00	18,00						
	Сахар		8,00	8,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дел + 2012
Итого:		705			25,48	22,07	94,23	698,78	18,72	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189	180	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 201
Фрикадельки рыбные отварные		80			13,41	2,82	1,14	88,00	1,33	№279 сб дошк 201
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		81,60 63,00	60,00 60,00						
	хлеб пшеничный		12,00	12,00						
	яйцо		9,60	8,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,12	0,12						
	вода питьевая		12,00	12,00						
Картофель тушёный с овощами в соусе		140			3,05	11,75	21,15	201,60	18,64	№144 сбшк 2016
	Картофель		173,00	130,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	Лук репчатый		8,40	7,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	соус			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	Мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода		18,75	18,75						
	соль иодированная		0,20	0,20						
Чай с мармеладом		160/13,5			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 20
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		160	160						
	мармелад		13,5	13,5						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дел + 2012
Итого:		603,5			24,02	19,33	56,43	499,74	22,33	
ВСЕГО:		1894,5			62,20	55,26	240,32	1733,34	46,71	

День 4 - БИ

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3			3,91	7,24	25,02	180,86		ТТК №10Д
		22,5	22,5						
		90	90						
		68	68						
		2,5	2,5						
		0,5	0,5						
		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						

Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10				2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	
Батон нарезной масло сливочное повидло		30,00 5,00 10,00	30,00 5,00 10,00							
Итого:	408				9,11	14,17	56,76	391,20	1,33	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	150	150	150		1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	стр 184 табл 9 Дели-2012
Итого:	150				1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	
ОБЕД										
Салат из свеклы отварной с яблоками	60				0,65	3,65	6,72	62,34	3,86	№36, сб дошк2016
свекла		64,00	50,00							
яблоки свежие		11,40	10,00							
масло растительное		3,00	3,00							
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200				4,39	4,21	13,23	118,60	4,66	№87, сб дошк2016
Картофель		53,2	40							
Горох		16,2	16							
Морковь		12,8	10,00							
Лук репчатый		9,6	8,00							
Масло растительное		4	4							
соль иодированная		0,2	0,2							
Бульон		140	140							
Птица, тушеная в соусе с овощами	200				17,79	13,83	17,20	264,00	11,61	№319 Сб дошк 2016
цыплята - бройлеры с/м		97,5	92,0							
масса отварной мякоти птицы			40,0							№372 Сб дошк 2016
соус сметанный :										
Вода или отвар		15	15,0							
сметана		5	5,0							
мука пшеничная		1,5	1,5							
соль иодированная		0,16	0,16							
масса соуса			20,0							
картофель		137	103,0							
морковь		37,5	30,00							
Лук репчатый		28	23,00							
Масло растительное		1,5	1,5							
соль иодированная		0,8	0,8							
масса овощей с соусом			160,0							
Напиток из сухофруктов	180				0,60	0,08	28,81	119,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
сухофрукты		15,3	15,0							
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	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	710				28,30	22,51	96,08	712,31	20,78	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180/3				5,31	4,58	7,32	91,50	1,28	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		185,00	180,00							
сахар		3,00	3,00							
Омлет с сыром	150				13,94	24,83	2,64	289,66	0,25	№229, сб дошк2016
яйцо		120	100							
молоко		57	57							
сыр		15,3	15							
масло сливочное		3	3							
соль иодированная		0,4	0,4							
масса готового омлета			150							
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 с сахаром	50				3,80	2,60	24,46	136,67	0,15	№442 СБ шк 2017
Мука пшеничная		30,00	30,00							
Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00							
Сахарный песок		3,90	3,90							
масло сливочное		1,40	1,40							
Яйцо		2,88	2,40							
Дрожжи сухие		0,25	0,25							
Молоко		13,00	13,00							
Соль иодированная		0,35	0,35							
Вода		11,80	11,80							
Масса полуфабриката			59,00							
Яйцо (на смазку изделий)		1,44	1,20							
Масло растительное на смазку листов		1,00	1,00							
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00		2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	616				25,39	32,26	55,20	612,42	1,71	
ВСЕГО:	1884				64,15	69,24	220,19	1780,43	113,82	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный с вермишелью	200			4,38	3,80	14,36	120,00	0,66	№100, сбшк2016
вермишель		16,00	16,00						
Сахар		1,10	1,10						
Молоко		140,00	140,00						
Вода		60,00	60,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						
соль иодированная		0,80	0,80						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	425			12,98	14,15	45,67	372,84	2,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Икра кабачковая	50	51,00	50,00	0,60	2,37	3,85	38,75	3,75	№ 57 сб дошк 2016
Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	180/7			1,32	4,64	6,84	79,91	7,50	ТТК 535 23,12,2020
картофель		77,14	58						
капуста свежая		31,25	25						
морковь		12,5	10						
Лук репчатый		12	10,08						
Масло растительное		4	4						
соль иодированная		0,8	0,8						
Бульон		130	130						
Сметана		7	7						
Гуляш из отварной говядины	40/40			10,69	11,26	2,62	131,20	0,96	293 сб дошк 2016
говядина б/к (лопатка)		64,00	64,00						
соль иодированная		0,40	0,40						
масса отварной говядины			40,00						
морковь		17,50	14,00						
Лук репчатый		8,50	7,10						
томатная паста		1,20	1,20						
масло растительное		2,70	2,70						
вода		30,00	30,00						
мука пшеничная		2,00	2,00						
Рис отварной рассыпчатый	130			3,16	4,66	31,79	181,74		№332 сб дошк 2016
Крупа рисовая		46,40	46,40						
соль иодированная		0,60	0,60						
Вода питьевая		280,00	280,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Компот из яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 201
яблоки свежие		31,92	28,0						
вода		183,0	183,0						
сахар		6,0	6,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144,Дел + 2012
Итого:	672			18,89	23,61	88,01	623,84	13,02	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 201
молоко		189,00	180,00						
Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом	150/30			17,88	18,84	21,55	317,99	5,12	№308 СБ дошк 201
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		57,75	37,50						
Масло сливочное		39,38	37,50						
масса готового куриного фарша		2,80	2,80						
Картофель			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 выход готовой запеканки			175,00						
Соус сметанный :			150,00						
Сметана		7,50	30,00						
Мука пшеничная		2,00	7,50						
вода		22,50	22,50						
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
чай весовой		0,90	0,90						
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	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012	
Итого:	603			25,51	23,60	51,18	511,27	10,29		
ВСЕГО:	1880,00			58,28	61,36	203,04	1584,27	29,11		

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
крупя пшеничная		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3	3						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			10,01	14,95	54,60	393,06	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из квашеной капусты	60			1,02	3,00	5,37	52,68	10,69	№47 СБ дошк 2016
капуста квашеная		77,22	54,00						
сахарный песок		3,00	3,00						
масло растительное		3,00	3,00						
Рассольник Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной	180/15/7			3,73	6,69	10,58	124,61	9,63	№81 СБ дошк 2016
капуста свежая		18	14,4						
картофель		71,82	54						
морковь		9	7,2						
Лук репчатый		8,64	7,2						
огурцы соленые		19,66	10,8						
масло растительное		3,6	3,6						
вода питьевая		126	126						
соль йодированная		0,7	0,7						
цыплята - бройлеры с/м		26,33	17,1						
или фарш куриный		17,96	17,1						
Лук репчатый		1,79	1,5						
яйцо куриное		1,44	1,2						
вода питьевая		1,5	1,5						
соль йодированная		0,15	0,15						
сметана		7	7						
Жаркое из птицы по-домашнему	180			16,66	18,61	17,05	303,43	6,95	ТТК 580/а от 24.06.2020
цыплята - бройлеры с/м		97,50	92,00						
масса готовой мякоти птицы			40,00						
картофель		173,70	130,60						
лук репчатый		13,60	11,30						
морковь		7,10	5,60						
Масло сливочное		4,60	4,60						
соль йодированная		0,70	0,70						
вода питьевая		22,60	22,60						
Кисель	180			0,54	0,09	28,18	115,24	0,99	№ 648, сб шк2004
Кисель-концентрат		21,00	21,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Де + 2012
Итого:	667			24,93	28,94	79,01	685,06	28,26	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, катык)	180	185	180	5,22	4,50	7,56	91,20	0,54	№420 Сб дошк 20
Вареники ленивые со сметанным соусом	130/20			19,51	10,40	21,00	255,32	0,26	№251, сб дошк 20
творог		103,40	101,30						
мука пшеничная в/с		14,20	14,20						
сахар		7,40	7,40						
яйцо куриное		8,88	7,40						
соль йодированная		0,30	0,30						
масса полуфабриката			123,50						
соус			20,00						
сметана		5,00	5,00						
мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
вода питьевая		15,00	15,00						

Напиток из шиповника	шиповник	180/6	18,4	18	0,61	0,25	18,68	79,38	90	№399 сб дошк 2016
	сахар		6	6						
	вода		180	180						
Кондитерское изделие	печенье	40	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80		тамп с стр 1000000000 +2012
Итого:		556			28,34	19,07	77,00	592,70	90,80	
ВСЕГО:		1727			63,67	63,35	220,41	1717,82	130,26	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
				белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3			5,35	5,42	38,58	225,00	0,86	ТТК №8Д
крупя рисовая		22,50	22,50						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Сыр		10,20	10,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	413			#ЗНАЧ!	14,99	68,42	461,64	2,14	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка к/с	50			1,49	2,59	3,13	41,80	6,00	№10 СБ дошк 2016
зеленый горошек к/с		80,16	48,00						
масло растительное		2,50	2,50						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне с мясными фрикадельками	180/15			5,55	5,06	13,64	133,26	4,21	№91,128 сб дошк 2016
говядина б/к (котлетное мясо)		17,85	17,1						
или фарш говяжий		17,85	17,1						
лук репчатый		1,79	1,5						
яйцо куриное		1,44	1,2						
вода питьевая		1,5	1,5						
соль йодированная		0,15	0,15						
масса полуфабриката фрикаделек			21,5						
масса готовых фрикаделек			15						
картофель		79,8	60						
Морковь		9	7,20						
Лук репчатый		8,6	7,20						
Масло растительное		1,8	1,8						
соль йодированная		0,6	0,6						
бульон		135	135						
клецки:			18						
мука пшеничная		5,50	5,50						
Масло сливочное		0,60	0,60						
яйцо		1,92	1,60						
вода		8,80	8,80						
соль йодированная		0,16	0,16						
масса теста			16,20						
масса готовых клецек			18,00						
Рагу из овощей с мясным фаршем	150/50			14,23	24,98	12,46	333,86	19,05	№148 ,сб дошк 20
говядина б/к (котлетное мясо)		65,60	62,50						
фарш говяжий		65,60	62,50						
Масло растительное		2,50	2,50						
масса готового мясного фарша			50,00						
картофель		63,44	47,70						
морковь		31,92	24,00						
масса запеченной моркови			22,00						
Лук репчатый		24,00	20,00						
масса при тушеного лука			16,00						
капуста свежая		43,75	35,00						
масса при тушеной капусты			31,00						
соль йодированная		0,80	0,80						
Масло растительное		5,00	5,00						

	соус:									№366 ,сб дошк 2016
	вода	40,00	40,00							
	Масло сливочное	1,80	1,80							
	Мука пшеничная	1,80	1,80							
	Морковь	3,20	2,40							
	Лук репчатый	1,44	1,20							
	томатная паста	2,40	2,40							
	Масло сливочное	0,60	0,60							
	сахар	0,40	0,40							
	соль йодированная	0,40	0,40							
	масса соуса		40,00							
	масса рагу с фаршем		200,00							
Ватрушка с творогом		75			9,22	5,48	29,18	202,00	0,04	№410,468 шк 2017
	мука пшеничная	39,75	39,75							
	Яйцо куриное	2,52	2,10							
	Масло сливочное	1,80	1,80							
	вода питьевая	16,00	16,00							
	сахарный песок	2,10	2,10							
	дрожжи сухие	0,30	0,30							
	соль йодированная	0,60	0,60							
	мука пшеничная	1,80	1,80							
	творог	30,00	29,25							
	Яйцо куриное	1,62	1,35							
	сахарный песок	1,65	1,65							
	мука пшеничная	1,35	1,35							
	Яйцо куриное	1,8	1,5							
	Масло растительное	0,3	0,3							
	Масло растительное	0,3	0,3							
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	28,81	120	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты	15,30	15,00							
	Сахар	6,00	6,00							
	вода	183,00	183,00							
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		745			34,06	38,74	105,04	919,54	29,95	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180/3	185,00	180,00	5,31	4,58	7,32	91,50	1,28	№420 СБ дошк 2016
	сахар	70	3,00	3,00	8,54	5,43	10,28	124,60	0,22	ТТК №3
Биточки рубленные из рыбы	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		71,4	52,5						
	круп манная		55,1	52,5						
	яйцо		1,8	1,8						
	Лук репчатый		12,6	10,5						
	вода		15,5	13,0						
	соль йодированная		5,3	5,3						
	сахар		0,5	0,5						
	сухари панировочные		0,2	0,2						
	Масло растительное		5,3	5,3						
	Масса полуфабриката		1,8	1,8						
				83,0						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным		130/3			3,80	2,37	26,43	141,96	0,48	№180, сб дошк 2016
	круп 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	1,50						
	масса каши с овощами			130,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с мармеладом		160/13,5			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		160	160						
	мармелад		13,5	13,5						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		589,5			20,00	12,63	69,53	471,90	2,00	
ВСЕГО:		1927,5			#ЗНАЧ!	66,36	261,17	1929,39	37,69	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		Составляющие вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5			5,47	6,75	29,10	199,50	1,05	ТТК №4Д
		22,50	22,50						
		158,00	158,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		5,00	5,00						
Какао с молоком	180			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели 2010
		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	111,60		№1 Дели2010	
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	400			11,43	14,44	60,41	417,84	2,48		
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие	150	150	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	№386 СБ	
(яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)									дошк.2016	
Итого:	150			1,35	0,30	12,15	64,50	90,00		
ОБЕД										
Винегрет с солеными огурцами	60			0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	№46,сб дошк 2016	
Картофель		20,64	15,00							
Свекла		15,30	12,00							
Морковь		11,40	9,00							
Огурцы соленые		21,84	12,00							
Масло растительное		3,60	3,60							
Лук репчатый		10,71	9,00							
Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне, с куриными фрикадельками и со сметаной	180/15/7			3,49	6,59	7,13	106,79	11,54	№73,сб дошк 2016	
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		26,33	17,1							
Лук репчатый		17,96	17,1							
яйцо куриное		1,79	1,5							
вода питьевая		1,44	1,2							
соль йодированная		1,5	1,5							
Капуста свежая		0,15	0,15							
Картофель		50,00	40,00							
Морковь		31,92	24,00							
Лук репчатый		12,50	10,00							
Масло растительное		9,52	8,00							
соль йодированная		4,00	4,00							
Бульон		0,70	0,70							
Сметана		140,00	140,00							
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	50/25			7,26	7,86	5,74	123,03	0,84	ТТК 698 от 09.04.2021.	
цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		48,80	31,70							
вода		33,30	31,70							
рис		5,00	5,00							
масса отварного рассыпчатого риса		4,20	4,20							
Лук репчатый			12,50							
Масло растительное		10,80	9,00							
масса припущенного лука		1,50	1,50							
соль йодированная			7,50							
мука пшеничная		0,30	0,30							
масса полуфабриката		3,50	3,50							
соус сметанно- томатный:			25,00							
сметана		6,25	6,25							
мука пшеничная		1,90	1,90							
вода		18,80	18,80							
томатная паста		1,00	1,00							
соль йодированная		0,20	0,20							
Вермишель отварная с маслом сливочным	130/3			4,93	2,75	27,70	155,22		№219, сб дошк201	
вермишель		45,50	45,50							
Масло сливочное		3,00	3,00							
соль йодированная		1,30	1,30							
Вода		275,00	275,00							
Напиток из цитрусов	180			0,41	0,09	30,59	127,08	10,80	№392 СБ дошк 20	
мандарины или апельсины		29,70	22,00							
лимон		32,80	22,00							
Вода		3,33	3,00							
сахар		183,00	183,00							
		10,00	10,00						табл 6 стр 144,Дел + 2012	
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10			
Итого:	695			19,90	23,85	93,36	676,28	28,96		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 20	
Омлет натуральный	150	189,00	180,00	13,94	24,83	2,64	289,66	0,26	№229,сб дошк201	
яйцо		96	80							
молоко		75	75							
масса омлетной смеси			155							
масло сливочное		2,5	2,5							
соль йодированная		0,4	0,4							
масса готового омлета			150							
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							
Кондитерское изделие	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136,Дд +,2012	
печенье										
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134,Дел 2012	

Итого:	586			24,50	33,51	61,82	647,36	2,63	
ВСЕГО:	1831			57,18	72,10	227,73	1805,98	124,07	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
		22,50	22,50						
		90,00	90,00						
		68,00	68,00						
		2,50	2,50						
		0,50	0,50						
		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	180/6			2,67	2,27	10,34	72,70	1,20	№ 413 сб дошк 2010
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром; маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
		30,00	30,00						
		10,20	10,00						
		5,00	5,00						
Итого:	414			15,33	15,03	65,64	459,96	2,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Огурцы соленые порционно	50			0,40	0,05	0,85	5,00	1,75	№70, сб пк2017
		90,90	50,00						
Суп картофельный с фасолью на курином бульоне, с мясом птицы	180/10			6,02	5,70	11,65	122,14	4,42	№87 сб дошк2016
		24,3	23						
		10	10						
		47,88	36						
		14,58	14,4						
		8,64	7,2						
		11,25	9						
		3,6	3,6						
		0,7	0,7						
		126	126						
Запеканка картофельная с рыбой	200			22,56	15,91	28,19	334,14	6,18	ТТК
		68,00	50,00						
		52,50	50,00						
		3,70	3,70						
			40,00						
		254,43	191,3						
			182,1						
		16,92	14,10						
		2,40	2,40						
			7,05						
		2,40	2,40						
		0,60	0,60						
		4,27	4,27						
			233,3						
Кисель	180			0,54	0,09	28,2	115	0,99	№ 648, сб пк2004
		21,00	21,00						
		6,00	6,00						
		180,00	180,00						
Кондитерское изделие	40	40,00	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дле +, 2012
									табл 6 стр 144, Дел + 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		
Итого:	705			35,50	26,21	116,45	832,42	13,34	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 20
		185,00	180,00						
Королевская ватрушка	150			18,44	10,96	58,36	404,00	0,08	ТТК 810 от 15.02.20
			41,00						
		10,70	10,70						
		21,00	21,00						
		10,70	10,70						
			110,00						
		78,50	78,50						
		15,00	15,00						
		18,00	15,00						
			16,30						
		4,25	4,25						
		7,80	7,80						
		4,25	4,25						
			167,00						
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
		0,90	0,90						

	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	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		553				26,07	15,73	86,91	592,78	3,45	
ВСЕГО:		1852				77,80	56,96	287,18	1961,49	22,56	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)		вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов	
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды				
ЗАВТРАК										
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5			7,46	9,52	33,83	251,91	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		5,00	5,00							
Кофейный напиток с молоком	180			2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010	
Кофейный напиток		2,50	2,50							
Сахар		6,00	6,00							
Молоко		90,00	90,00							
Вода		108,00	108,00							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010	
Батон нарезной		30,00	30,00							
Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:	400			12,60	16,43	63,67	454,05	2,03		
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016	
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
ОБЕД										
Салат из кукурузы к/с	50			1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	СБ дошк 2016 №12	
кукуруза кс		77,65	46,50							
сахарный песок		1,00	1,00							
Масло растительное		3,00	3,00							
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	180/10			4,19	5,85	8,40	109,54	0,60	№94 сб дошк2016	
цыплята - бройлеры с/м		24,30	23,00							
масса отварной птицы			10,00							
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		0,70	0,70							
Биточки "Домашние"	70			10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.2018 №569	
цыплята - бройлеры с/м		83,25	55,13							
или фарш куриный		57,9	55,13							
морковь		16,4	13,12							
Лук репчатый		12,6	10,5							
соль иодированная		0,57	0,57							
яйцо		0,84	0,7							
Мука пшеничная		5,25	5,25							
масло растительное		2,6	2,6							
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 яблок	180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016	
яблоки свежие		31,92	28,00							

	вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		685			21,92	40,82	78,34	779,69	24,66	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
Слойка сладкая		50			3,19	5,89	25,36	166,67		стр 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная		31,00	31,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо		3,00	2,50						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	молоко		12,50	12,50						
	сахар		1,00	1,00						
	дрожжи сухие		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			50,00						
	прослойка:									
	сахар		5,00	5,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	масса полуфабриката			57,50						
	яйцо для смазки изделий		0,90	0,75						
	масло растительное для смазки листов		0,13	0,13						
Макаронные изделия отварные с сыром		150			10,15	11,94	25,58	250,80	0,17	№204 СБ шк 2017
	макаронные изделия		49,00	49,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		294,00	294,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	сыр голландский		10,20	10,00						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		596			21,45	22,82	93,02	663,65	92,51	
ВСЕГО:		1781			56,37	80,47	244,83	1944,38	129,20	
ИТОГО за 10 дней		18462,00			633,50	647,18	2370,61	17920,81	718,43	
В среднем на 1 ребенка в день		1846,20			63,35	64,72	237,06	1792,08	71,84	

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, рецептов 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 унитанности;
 - 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 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%