

Утверждаю  
 Директор ООО "АБК - Пэймент"  
 Рахматуллин Р.Р.




Согласовано  
 Руководитель дошкольного образовательного  
 учреждения



Примерное 10-дневное меню  
 для организации питания детей в дошкольных учреждениях  
 с 12 - 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 пшениная   |              | 8                | 8      |                  |       |        |                         |          |                         |
| Молоко   |              | 80               | 80     |                  |       |        |                         |          |                         |
| Вода   |              | 52               | 52     |                  |       |        |                         |          |                         |
| Сахар  |              | 4                | 4      |                  |       |        |                         |          |                         |
| соль поваренная  |              | 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     | №395Дети2010            |
| 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 Дети2010             |
| Батон нарезной   |              | 25               | 25     |                  |       |        |                         |          |                         |
| Масло сливочное  |              | 5                | 5      |                  |       |        |                         |          |                         |
| Итого:   | 350          |                  |        | 7,02             | 11,18 | 42,76  | 297,50                  | 0,16     |                         |
| <b>2 - ой ЗАВТРАК</b>                                    |              |                  |        |                  |       |        |                         |          |                         |
| Сок в ассортименте в янд упаковке                        | 200          | 200              | 200    | 1,00             | 0,00  | 20,20  | 85,34                   | 4,00     | №418 сб дошк 2016       |
| Итого:   | 200          |                  |        | 1,00             | 0,00  | 20,20  | 85,34                   | 4,00     |                         |
| <b>ОБЕД</b>  |              |                  |        |                  |       |        |                         |          |                         |
| Салат из моркови с сахаром                               | 40           |                  |        | 0,50             | 0,04  | 4,65   | 20,93                   |          | №42 СБ дошк 2016        |
| морковь  |              | 48,00            | 38,00  |                  |       |        |                         |          |                         |
| сахар  |              | 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             |
| шпикета - бройлеры с/м или фарш куриный                  |              | 17,5             | 11,4   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Лук репчатый   |              | 11,4             | 11,4   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Лук репчатый   |              | 1,19             | 1      |                  |       |        |                         |          |                         |
| Яйцо   |              | 0,96             | 0,8    |                  |       |        |                         |          |                         |
| Вода для фарша   |              | 1                | 1      |                  |       |        |                         |          |                         |
| соль поваренная  |              | 0,1              | 0,1    |                  |       |        |                         |          |                         |
| масса готовых фрикаделек                                 |              |                  | 10     |                  |       |        |                         |          |                         |
| Картофель  |              | 59,90            | 45,00  |                  |       |        |                         |          |                         |
| Морковь  |              | 7,50             | 6,00   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Лук репчатый   |              | 7,14             | 6,00   |                  |       |        |                         |          |                         |
| суховая заправка (звездочки)                             |              | 6,00             | 6,00   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Масло растительное                                       |              | 3,00             | 3,00   |                  |       |        |                         |          |                         |
| соль поваренная  |              | 1,00             | 1,00   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Вода   |              | 114,00           | 114,00 |                  |       |        |                         |          |                         |
| Котлеты рубленые из говядины                             | 50           |                  |        | 7,45             | 5,50  | 7,28   | 108,13                  |          | СБ дошкольн. №299, 2016 |
| говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий           |              | 36,57            | 35     |                  |       |        |                         |          |                         |
| или фарш говяжий   |              | 35               | 35     |                  |       |        |                         |          |                         |
| лук репчатый   |              | 10,4             | 8,75   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Хлеб пшеничный   |              | 8,13             | 8,13   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Вода   |              | 5,2              | 5,2    |                  |       |        |                         |          |                         |
| сухари панировочные                                      |              | 2,8              | 2,8    |                  |       |        |                         |          |                         |
| соль поваренная  |              | 0,4              | 0,4    |                  |       |        |                         |          |                         |
| масса полуфабриката                                      |              |                  | 61,9   |                  |       |        |                         |          |                         |
| Масло растительное                                       |              | 0,60             | 0,60   |                  |       |        |                         |          |                         |

|   |                                       |        |        |        |       |       |       |        |       |                                  |
|---|---------------------------------------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|----------------------------------|
| Крупа пшеница   |                                       | 120    |        |        | 2,48  | 3,88  | 11,31 | 90,12  | 20,59 | №354<br>облостк2016              |
|   | Крупа овсяная                         |        | 172    | 137,6  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Лук репчатый                          |        | 5,71   | 4,8    |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Морковь                               |        | 3      | 2,4    |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Мука пшеничная                        |        | 1,44   | 1,44   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Масло растительное                    |        | 4,2    | 4,2    |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Сахар                                 |        | 3,6    | 3,6    |       |       |       |        |       |                                  |
|   | соль поваренная                       |        | 0,8    | 0,8    |       |       |       |        |       |                                  |
| Компот из свежих морозильных фруктов                                  |                                       | 150    |        |        | 0,33  | 0,02  | 20,83 | 84,75  | 0,30  | №394 СБ допк<br>2016             |
|   | фрукты свежих морозильных             |        | 16,50  | 16,50  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Вода                                  |        | 132,00 | 132,00 |       |       |       |        |       |                                  |
|   | сахар                                 |        | 8,0    | 8,0    |       |       |       |        |       |                                  |
| Хлеб ржаной   |                                       | 40     | 40     | 40     | 2,64  | 0,48  | 15,84 | 79,2   |       | табл 6 стр<br>144,Детк +<br>2012 |
| Итого:  |                                       | 550,00 |        |        | 16,30 | 12,91 | 70,11 | 469,10 | 24,64 |                                  |
| <b>ПОСЛАВЯК</b>   |                                       |        |        |        |       |       |       |        |       |                                  |
| Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт, напиток из биофилинов) |                                       | 150/5  |        |        | 4,35  | 3,75  | 10,99 | 94,95  | 1,05  | №420 СБ допк<br>2016             |
|   | кисломолочный напиток                 |        | 155    | 150    |       |       |       |        |       |                                  |
|   | сахар                                 |        | 5      | 5      |       |       |       |        |       |                                  |
| Булочка дрожжевая   |                                       | 85     |        |        | 2,73  | 4,90  | 18,25 | 126,70 |       | №453 об<br>допк2016              |
|   | Мука пшеничная                        |        | 21,35  | 21,00  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | мука пшеничная подмол                 |        | 0,70   | 0,70   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Сахар                                 |        | 4,20   | 4,20   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Масло сливочное                       |        | 4,55   | 4,55   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | соль поваренная                       |        | 0,21   | 0,21   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | дрожжи сухие                          |        | 0,14   | 0,14   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | вода                                  |        | 10,70  | 10,70  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | масса полуфабриката                   |        |        | 39,00  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | для крошки:                           |        |        |        |       |       |       |        |       |                                  |
|   | мука пшеничная                        |        | 0,84   | 0,84   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | масло сливочное                       |        | 0,70   | 0,70   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | масса крошки                          |        |        | 1,40   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | масло растительное для смазки изделий |        | 0,70   | 0,70   |       |       |       |        |       |                                  |
| Итого:  |                                       | 190    |        |        | 7,08  | 8,65  | 29,24 | 221,65 | 1,05  |                                  |
| <b>УЖИН</b>   |                                       |        |        |        |       |       |       |        |       |                                  |
| Пудинг рыбный   |                                       | 60/20  |        |        | 11,20 | 6,77  | 8,12  | 136,84 |       | №286 СБ допк<br>2016             |
|   | рыба (мелкая с/м ЗГ)                  |        | 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 поваренная                       |        | 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 поваренная                       |        | 0,13   | 0,13   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | масса соуса                           |        |        | 20     |       |       |       |        |       |                                  |
| Пюре Картофельное   |                                       | 120    |        |        | 2,46  | 3,84  | 16,35 | 109,80 | 0,20  | № 339 СБ допк<br>2016            |
|   | Картофель                             |        | 136,80 | 102,60 |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Молоко                                |        | 18,96  | 18,00  |       |       |       |        |       |                                  |
|   | Масло сливочное                       |        | 4,20   | 4,20   |       |       |       |        |       |                                  |
|   | соль поваренная                       |        | 0,45   | 0,45   |       |       |       |        |       |                                  |
| Чай с сахаром   |                                       | 150/8  |        |        | 0,04  | 0,01  | 6,99  | 28     | 0,04  | №392<br>Детк2010                 |

|                |             |         |       |       |       |       |        |         |       |                            |
|----------------|-------------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|-------|----------------------------|
|                | чай несолой |         | 0,4   | 0,4   |       |       |        |         |       |                            |
|                | Сахар       |         | 8     | 8     |       |       |        |         |       |                            |
|                | Вода        |         | 150   | 150   |       |       |        |         |       |                            |
| Хлеб пшеничный |             | 35      | 35,00 | 35,00 | 2,66  | 0,28  | 17,22  | 83,25   | 0,00  | табл 6 стр 134,Дети + 2012 |
| Итого:         |             | 393,00  |       |       | 16,39 | 10,90 | 48,68  | 356,89  | 0,24  |                            |
| ВСЕГО:         |             | 1693,00 |       |       | 47,79 | 43,64 | 210,99 | 1430,48 | 30,09 |                            |

День 2-ой

| Наименование блюда и продуктов                                       | Масса порции | Кол-во (в гр) |       | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность Ккал | Витамины С | Сборник рецептов  |
|--|--------------|---------------|-------|------------------|-------|--------|------------------------------|------------|-------------------|
|  |              | брутто        | нетто | белки            | жиры  | угл-ам |                              |            |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |              |               |       |                  |       |        |                              |            |                   |
| Каша овсяная молочная  | 150          |               |       | 4,16             | 0,17  | 17,93  | 90,00                        |            | ТТК №1Д           |
| Крупа овсяная  |              | 19            | 19    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Молоко   |              | 80            | 80    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Вода   |              | 52            | 52    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Сахар  |              | 4             | 4     |                  |       |        |                              |            |                   |
| соль поваренная  |              | 0,6           | 0,6   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Масло сливочное порционное   | 5            |               |       | 0,04             | 3,62  | 0,07   | 33,00                        |            | №6 об дошк 2016   |
| Масло сливочное  |              | 5             | 5     |                  |       |        |                              |            |                   |
| Каша с маком   | 160          |               |       | 3,47             | 2,99  | 14,26  | 97,90                        | 0,32       | №397 Дети2010     |
| Каша-порошок   |              | 1,7           | 1,7   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Сахар  |              | 9             | 9     |                  |       |        |                              |            |                   |
| Молоко   |              | 92            | 92    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Вода   |              | 77            | 77    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Бутерброд с сыром, маслом, спичками                                  | 25/5/5       |               |       | 3,50             | 5,95  | 12,90  | 119,60                       | 0,04       | №3Дети2010        |
| Ватки маршиной   |              | 25            | 25    |                  |       |        |                              |            |                   |
| Сах  |              | 5,1           | 5     |                  |       |        |                              |            |                   |
| Масло сливочное  |              | 5             | 5     |                  |       |        |                              |            |                   |
| Итого:   | 350          |               |       | 12,17            | 12,73 | 45,16  | 340,50                       | 0,36       |                   |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>  |              |               |       |                  |       |        |                              |            |                   |
| Фрукты свежие (яблоки, сливы, вишня, малина)                         | 95           | 108,3         | 95    | 0,38             | 0,38  | 9,31   | 41,80                        | 9,50       | №586 СБ дошк.2016 |
| Итого:   | 95           |               |       | 0,38             | 0,38  | 9,31   | 41,80                        | 9,50       |                   |
| <b>ОБЕД</b>  |              |               |       |                  |       |        |                              |            |                   |
| Салат из картофеля с соленьями, огурцами                             | 40           |               |       | 0,35             | 2,09  | 3,43   | 34,64                        | 4,80       | №23 сб дошк2016   |
| 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 сметаной, капустой, картофелем на мясном бульоне, со свеклой | 150/7        |               |       | 1,10             | 3,20  | 7,20   | 62,00                        | 4,80       | №110,обшк2004     |
| 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 поваренная  |              | 1,5           | 1,5   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Бульон   |              | 120           | 120,0 |                  |       |        |                              |            |                   |
| Сметана  |              | 7,0           | 7,0   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Плов из отварной говядины  | 150          |               |       | 11,70            | 11,70 | 24,00  | 248,30                       | 0,48       | №443 обшк2004     |
| говядина б/к (копченая)  |              | 98,00         | 39,0  |                  |       |        |                              |            |                   |
| масло гусиного жира  |              |               | 24,0  |                  |       |        |                              |            |                   |
| масло сливочное  |              | 5,0           | 5,0   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Лук репчатый   |              | 8,9           | 7,5   |                  |       |        |                              |            |                   |
| Морковь  |              | 12,5          | 10,0  |                  |       |        |                              |            |                   |
| Крупа рисовая  |              | 32,0          | 32,0  |                  |       |        |                              |            |                   |
| Вода   |              | 65,0          | 65,0  |                  |       |        |                              |            |                   |
| соль поваренная  |              | 1,3           | 1,3   |                  |       |        |                              |            |                   |
| масса гарнира  |              |               | 126,0 |                  |       |        |                              |            |                   |
| Кисель   | 150          |               |       |                  |       | 13,00  | 60,00                        |            | №648 обшк2004     |

|   |                       |             |             |              |              |               |                |              |      |                             |
|---|-----------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------|-----------------------------|
| Кислота-концентрат  |                       | 17,50       | 17,50       |              |              |               |                |              |      |                             |
| Сахар   |                       | 7,00        | 7,00        |              |              |               |                |              |      |                             |
| вода  |                       | 150,00      | 150,00      |              |              |               |                |              |      |                             |
| Объем разливной   | 40                    | 40          | 40          | 1,64         | 0,48         | 15,84         | 79,2           |              |      | табл 6 стр 144, Дели + 2012 |
| Итого:  | 537                   |             |             | 15,99        | 17,47        | 65,47         | 484,14         | 10,08        |      |                             |
| <b>ПОЛДЕНЬК</b>   |                       |             |             |              |              |               |                |              |      |                             |
| Кондитерское изделие  | крендел               | 15          | 15,00       | 15,00        | 1,35         | 2,70          | 9,60           | 67,47        |      |                             |
| Кисло-молочный напиток (кефир, ряженка, йогурт, сметан, ацидофильный) | кисломолочный напиток | 150         |             | 150          | 4,35         | 3,75          | 6,30           | 76,00        | 0,45 | №420 Сб допк 2016           |
| Итого:  | 165                   |             |             | 4,35         | 3,75         | 6,30          | 76,00          | 0,45         |      |                             |
| <b>УЖИН</b>   |                       |             |             |              |              |               |                |              |      |                             |
| Закусочная порция с гарниром  |                       | 110/20      |             |              | 19,37        | 13,26         | 31,87          | 321,70       | 0,36 | № 251 сб допк 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          |              |               |                |              |      |                             |
| Солари гидрокарбонат  |                       |             | 4,4         | 4,4          |              |               |                |              |      |                             |
| соль гидрокарбонатная   |                       |             | 0,55        | 0,55         |              |               |                |              |      |                             |
| пшеница   |                       |             | 20          | 20           |              |               |                |              |      |                             |
| Чай с сахаром и лимоном   | 150/0,5               |             |             |              | 0,07         | 0,01          | 7,10           | 29,00        | 1,60 | №393 Дели2010               |
| чай листовый  |                       |             | 0,4         | 0,4          |              |               |                |              |      |                             |
| Сахар   |                       |             | 8           | 8            |              |               |                |              |      |                             |
| лимон   |                       |             | 5,55        | 5            |              |               |                |              |      |                             |
| Вода  |                       |             | 150,0       | 150,0        |              |               |                |              |      |                             |
| Хлеб пшеничный  | 20                    | 20          | 20          | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47,00          | 0,00         |      | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Итого:  | 513                   |             |             | 20,96        | 13,43        | 48,81         | 397,70         | 1,96         |      |                             |
| <b>ВСЕГО:</b>   | <b>1460,00</b>        | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>52,95</b> | <b>47,76</b> | <b>175,05</b> | <b>1340,14</b> | <b>22,35</b> |      |                             |

День 3 - вк

| Наименование блюда и продуктов | Масса порции | Кол-во (в гр) |       | Питательные вещества |       |        | Энергетическая ценность | Витамины | Сборник рецептов  |
|--------------------------------|--------------|---------------|-------|----------------------|-------|--------|-------------------------|----------|-------------------|
|                                |              | брутто        | нетто | белки                | жиры  | угл-ды |                         |          |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 |              |               |       |                      |       |        |                         |          |                   |
| Каша кукурузная молочная       | 150          |               |       | 4,4                  | 4,3   | 19,4   | 132                     | 0,16     | ТТК № 2Д          |
| Крупа кукурузная               |              | 19            | 19    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Молоко                         |              | 80            | 80    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Вода                           |              | 52            | 52    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Сахар                          |              | 4             | 4     |                      |       |        |                         |          |                   |
| соль гидрокарбонатная          |              | 0,8           | 0,8   |                      |       |        |                         |          |                   |
| Масло сливочное порционное     | 5            |               |       | 0,04                 | 3,62  | 0,07   | 33                      |          | №6 сб допк 2016   |
| Масло сливочное                |              | 5             | 5     |                      |       |        |                         |          |                   |
| Чай с медом, сахаром           | 160/8        |               |       | 2,83                 | 2,49  | 12,06  | 82,13                   | 1,27     | №413 Сб допк 2016 |
| чай листовый                   |              | 0,4           | 0,4   |                      |       |        |                         |          |                   |
| Сахар                          |              | 8             | 8     |                      |       |        |                         |          |                   |
| Молоко                         |              | 92            | 90    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Вода                           |              | 70            | 70    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Вутерброд с маслом сливочным   | 20/5         |               |       | 3,50                 | 5,95  | 12,90  | 119,60                  | 0,04     | №3 Дели2010       |
| Батон вчерашний                |              | 25            | 25    |                      |       |        |                         |          |                   |
| Масло сливочное                |              | 5             | 5     |                      |       |        |                         |          |                   |
| Итого:                         | 353          |               |       | 10,77                | 16,26 | 44,43  | 366,73                  | 1,47     |                   |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>            |              |               |       |                      |       |        |                         |          |                   |
| Сок                            | 200          | 200           | 200   | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 85,34                   | 4,00     | №418 сб допк 2016 |
| Итого:                         | 200          |               |       | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 85,34                   | 4,00     |                   |
| <b>ОБЕД</b>                    |              |               |       |                      |       |        |                         |          |                   |
| Салат из зеленого горошка и/с  | 30           |               |       | 0,89                 | 1,55  | 1,87   | 25,08                   | 3,30     | №10 Сб допк 2016  |
| зеленый горошек и/с            |              | 48,10         | 28,80 |                      |       |        |                         |          |                   |
| масло растительное             |              | 1,50          | 1,50  |                      |       |        |                         |          |                   |

|  |         |        |        |       |       |       |        |       |                                      |
|--|---------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|--------------------------------------|
| Суп картофельный с шпиком<br>крутой на курляндском бульоне с маслом<br>пшеница | 150/10  |        |        | 3,32  | 3,48  | 7,30  | 77,62  | 5,18  | №86 об допк<br>2016                  |
| крупа пшеница  |         | 9      | 9      |       |       |       |        |       |                                      |
| картофель  |         | 60     | 45     |       |       |       |        |       |                                      |
| Морковь  |         | 7,5    | 6      |       |       |       |        |       |                                      |
| Лук репчатый   |         | 7,14   | 6      |       |       |       |        |       |                                      |
| Масло растительное   |         | 1,5    | 1,5    |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 1,0    | 1,0    |       |       |       |        |       |                                      |
| Бульон   |         | 105,0  | 105,0  |       |       |       |        |       |                                      |
| цыпленок - бройлеры с/м  |         | 29,50  | 26,2   |       |       |       |        |       |                                      |
| масло сливочное  |         |        | 10,0   |       |       |       |        |       |                                      |
| Фрикадельки мясные в молочном<br>соусе   | 50/25   |        |        | 7,70  | 7,60  | 6,40  | 125,00 | 0,07  | №305 об допк<br>2016                 |
| говядина (отбитное мясо б/к)<br>или фарш говяжий                               |         | 39,70  | 38,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| Хлеб пшеничный   |         | 8,00   | 8,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Вода   |         | 10,00  | 10,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| лук репчатый   |         | 4,20   | 3,50   |       |       |       |        |       |                                      |
| Масло полуфабриката  |         |        | 59,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| Масло сливочное  |         | 2,00   | 2,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Соус молочный:   |         |        |        |       |       |       |        |       |                                      |
| Молоко   |         | 12,50  | 12,50  |       |       |       |        |       |                                      |
| Масло сливочное  |         | 1,30   | 1,30   |       |       |       |        |       |                                      |
| Мука пшеничная   |         | 1,30   | 1,30   |       |       |       |        |       |                                      |
| Вода   |         | 12,50  | 12,50  |       |       |       |        |       |                                      |
| Сыр  |         | 0,30   | 0,30   |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 0,30   | 0,30   |       |       |       |        |       |                                      |
| Мясорубные изделия отбитые с<br>маслом сливочным                               | 110/3   |        |        | 4,25  | 2,77  | 22,88 | 133,54 |       | №219 С6<br>допк.2016                 |
| максронные изделия   |         | 38,50  | 38,50  |       |       |       |        |       |                                      |
| вода   |         | 231,00 | 231,00 |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 1,10   | 1,10   |       |       |       |        |       |                                      |
| масло сливочное  |         | 3,00   | 3,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Впитывающая красная смородина<br>замороженная                                  | 150     |        |        | 0,15  | 0,10  | 16,1  | 67     |       | лист<br>проработки<br>1999 г. №40... |
| смородина красная замороженная   |         | 10,00  | 10,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| сахарный песок   |         | 12,00  | 12,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| вода   |         | 152,00 | 152,00 |       |       |       |        |       |                                      |
| Хлеб ржаной  | 40      | 40     | 40     | 2,64  | 0,48  | 15,84 | 79,2   |       | табл 6 стр<br>144, Делк +<br>2012    |
| Итого:   | 568     |        |        | 19,15 | 15,98 | 70,39 | 507,44 | 8,55  |                                      |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |         |        |        |       |       |       |        |       |                                      |
| Молоко кипяченое<br>(молоко)   | 150     |        |        | 4,58  | 4,08  | 7,58  | 85,00  | 2,05  | №419 С6 допк<br>2016                 |
| молоко   |         | 158    | 130    |       |       |       |        |       |                                      |
| Кондитерские изделия   | 10      | 10,00  | 10,00  | 0,75  | 0,98  | 7,44  | 41,70  |       | табл 6 стр<br>136, Делк<br>+2012     |
| печенье  |         |        |        |       |       |       |        |       |                                      |
| Итого:   | 160     |        |        | 5,33  | 5,06  | 15,02 | 126,70 | 2,05  |                                      |
| <b>УЖИН</b>  |         |        |        |       |       |       |        |       |                                      |
| Фрикадельки рыбные отбитые   | 60      |        |        | 7,90  | 2,10  | 4,38  | 68,00  | 0,14  | №279 об допк<br>2016                 |
| рыба (отбитый с/м БТ)<br>или фарш рыбный                                       |         | 61,20  | 45,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| Хлеб пшеничный   |         | 45,00  | 45,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| яйцо   |         | 9,00   | 9,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| масло сливочное  |         | 7,20   | 6,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 2,00   | 2,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| вода питьевая  |         | 0,10   | 0,10   |       |       |       |        |       |                                      |
| вода питьевая  |         | 9,00   | 9,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Картофель-пюревый с овощами в<br>соусе   | 120     |        |        | 2,37  | 7,11  | 18,63 | 148,80 | 8,73  | №144 обпк<br>2016                    |
| Картофель  |         | 145,30 | 130,00 |       |       |       |        |       |                                      |
| масло растительное   |         | 4,50   | 4,50   |       |       |       |        |       |                                      |
| Лук репчатый   |         | 7,20   | 6,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Морковь  |         | 10,63  | 8,50   |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 0,34   | 0,34   |       |       |       |        |       |                                      |
| соус   |         |        | 20,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| сметана  |         | 5,00   | 5,00   |       |       |       |        |       |                                      |
| Мука пшеничная   |         | 1,50   | 1,50   |       |       |       |        |       |                                      |
| вода   |         | 15,00  | 15,00  |       |       |       |        |       |                                      |
| соль поваренная  |         | 0,16   | 0,16   |       |       |       |        |       |                                      |
| Чай с вареньем   | 150/6,5 |        |        | 0     | 0     | 12,6  | 47,54  | 0,015 | №411 об допк<br>2016                 |

чай зеленый  
вода питьевая  
мармелад

0,4  
150  
6,5

0,4  
150  
6,5

табл 6 стр  
134, Делг +  
2012

|               |               |    |    |              |              |               |                |              |  |
|---------------|---------------|----|----|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--|
| Клубничная    | 20            | 20 | 20 | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47,00          | 0,00         |  |
| Итого:        | 356,5         |    |    | 12,03        | 9,37         | 45,45         | 311,34         | 8,89         |  |
| <b>ВСЕГО:</b> | <b>1637,5</b> |    |    | <b>48,33</b> | <b>46,97</b> | <b>195,49</b> | <b>1397,55</b> | <b>24,96</b> |  |

Диаг 4 - ый

| Наименование блюд и продуктов                            | Масса порции | Кол-во (в гр) |       | Пищевые вещества |       |         | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С | Сборник рецептур                |
|--|--------------|---------------|-------|------------------|-------|---------|------------------------------|-----------|---------------------------------|
|  |              | брутто        | нетто | белки            | жиры  | угле-ды |                              |           |                                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |              |               |       |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Омлет натуральный  | 150          |               |       | 14,23            | 18,53 | 2,60    | 235,00                       | 0,25      | №229,06<br>допк2016             |
| яйцо   |              | 138           | 115   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| молоко   |              | 40            | 40    |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло сливочной  |              |               | 135   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло сливочное  |              | 5             | 5     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| соль поваренная  |              | 0,7           | 0,7   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло готового омлета                                    |              |               | 130   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Кофейный напиток с молоком                               | 165          |               |       | 2,57             | 2,2   | 11,69   | 77                           | 0,16      | №395Делг2010                    |
| Кофейный напиток   |              | 2             | 2     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Сахар  |              | 2,7           | 2,7   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Молоко   |              | 75            | 75    |                  |       |         |                              |           |                                 |
| вода   |              | 105           | 105   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Вутербред с сыром, маслом сливочным                      | 25/5/5       |               |       | 5,50             | 5,95  | 12,90   | 119,60                       | 0,04      | №3Делг2010                      |
| Витон пармезан   |              | 25            | 25    |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Сыр  |              | 5,1           | 5     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Масло сливочное  |              | 5             | 5     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Итого:   | 350          |               |       | 20,30            | 26,70 | 27,19   | 431,60                       | 0,45      |                                 |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>                                      |              |               |       |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Фрукты свежие (апельсин, яблоко, банан, лимон, мандарин) | 95           | 141,55        | 95    | 0,66             | 0,19  | 7,70    | 40,85                        | 51,00     | табл 9 стр 184,<br>Делг +, 2012 |
| Итого:   | 95           |               |       | 0,66             | 0,19  | 7,70    | 40,85                        | 51,00     |                                 |
| <b>ОБЕД</b>  |              |               |       |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным           | 40           |               |       | 0,57             | 2,43  | 3,34    | 37,56                        |           | №34 сб<br>мк2016                |
| свекла   |              | 48,64         | 38,00 |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло растительное                                       |              | 2,40          | 2,40  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Суп картофельный с горохом на курином бульоне            | 150          |               |       | 3,29             | 3,16  | 9,92    | 88,91                        | 3,49      | СБ допк 2016<br>№87             |
| Картофель  |              | 40,05         | 30    |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Горох колотый  |              | 12,15         | 12    |                  |       |         |                              |           |                                 |
| лук репчатый   |              | 7,2           | 6     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Морковь  |              | 9,6           | 7,5   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| соль поваренная  |              | 0,15          | 0,15  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Масло растительное                                       |              | 3             | 3     |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Бульон   |              | 105           | 105   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Птица тушеная в соусе с овощами                          | 150          |               |       | 7,58             | 5,42  | 13,74   | 134,17                       | 6,12      | №319 СБ допк<br>2016            |
| шашлык - бройлерный с/м                                  |              | 94            | 79,0  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло сливочное  |              |               | 30,0  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| соус сметанный:  |              |               |       |                  |       |         |                              |           | №372 СБ допк<br>2016            |
| Вода или отвар   |              | 15,0          | 15,0  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| сметана  |              | 5,0           | 5,0   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло сливочное  |              | 1,5           | 1,5   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| соль поваренная  |              | 0,16          | 0,16  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масса соуса  |              |               | 20,0  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Картофель  |              | 62,4          | 61,6  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| морковь  |              | 32,0          | 25,6  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Лук репчатый   |              | 17,6          | 14,4  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| зеленый горошек х/о                                      |              | 6,7           | 4,0   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло растительное                                       |              | 1,2           | 1,20  |                  |       |         |                              |           |                                 |
| соль поваренная  |              | 0,6           | 0,6   |                  |       |         |                              |           |                                 |
| масло сливочное с соусом                                 |              |               | 120,0 |                  |       |         |                              |           |                                 |
| Колбаса свиная дозированная                              | 150          |               |       | 0,33             | 0,02  | 20,83   | 84,75                        | 0,30      | №394 СБ допк<br>2016            |

|   |   |        |        |        |       |       |        |         |       |                             |
|---|---|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------------|
|   | фрукты свежие замороженные                |        | 16,50  | 14,50  |       |       |        |         |       |                             |
|   | 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:  |   | 200    |        |        | 14,41 | 11,51 | 63,67  | 424,59  | 9,91  |                             |
|   | <b>ПОЛДНИК</b>                            |        |        |        |       |       |        |         |       |                             |
| Кисломолоконый напиток  |   | 150    |        |        | 2,18  | 1,88  | 8,25   | 51,75   |       | №420 СБ дошк 2016           |
| (кисломолочный напиток из ферментированных заквасочных культур) | кисломолоконый напиток                    |        | 150,00 | 150,00 |       |       |        |         |       |                             |
| Булочки с сахаром   |   | 35     |        |        | 3,50  | 1,22  | 13,59  | 87,40   | 0,20  | №442 СБ тк 2017             |
|   | Мука пшеничная                            |        | 21,00  | 21,00  |       |       |        |         |       |                             |
|   | Мука пшеничная высшего сорта              |        | 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   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Масло подсолнечное                        |        |        | 41,00  |       |       |        |         |       |                             |
|   | Яйцо (на сырую яичную желток)             |        | 0,84   | 0,84   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Масло растительное на сырую яичную желток |        | 0,70   | 0,70   |       |       |        |         |       |                             |
| Итого:  |   | 185    |        |        | 7,68  | 3,10  | 21,84  | 139,15  | 0,20  |                             |
|   | <b>УЖИН</b>                               |        |        |        |       |       |        |         |       |                             |
| Булочки творожные со сгущенным молоком                          |   | 110/20 |        |        | 18,19 | 15,55 | 37,43  | 362,20  | 0,44  | №438 СБ 2004                |
|   | Творог                                    |        | 94,82  | 93,50  |       |       |        |         |       |                             |
|   | Миниатюрная крупа                         |        | 8,80   | 8,80   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Яйцо                                      |        | 5,60   | 5,20   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Сахарный песок                            |        | 8,80   | 8,80   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Соль йодированная                         |        | 0,40   | 0,40   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Масло сливочное                           |        | 4,40   | 4,40   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Сухари пшеничные                          |        | 4,40   | 4,40   |       |       |        |         |       |                             |
|   | Сметана                                   |        | 4,40   | 4,40   |       |       |        |         |       |                             |
|   | сгущенное молоко                          |        | 20,00  | 20,00  |       |       |        |         |       |                             |
| Чай с сахаром   |   | 150/8  |        |        | 0,84  | 0,01  | 6,99   | 28      | 0,04  | №392 Дели2010               |
|   | чай ароматизированный                     |        | 0,4    | 0,4    |       |       |        |         |       |                             |
|   | Сахар                                     |        | 8      | 8      |       |       |        |         |       |                             |
|   | Вода                                      |        | 150    | 150    |       |       |        |         |       |                             |
| Хлеб пшеничный  |   | 25     | 25,00  | 25,00  | 1,80  | 0,20  | 12,30  | 58,75   | 0,00  | табл 6 стр 134, Дели + 2012 |
| Итого:  |   | 313    |        |        | 20,07 | 15,76 | 56,72  | 448,95  | 0,48  |                             |
| <b>ВСЕГО:</b>   |   | 1473   |        |        | 430,2 | 37,26 | 177,12 | 1485,14 | 62,04 |                             |

Дель 5 - 140

| Наименование блюда/продукта        | Масса порции | Кал-но (кВт) |        | Пищевые вещества |      |        | Энергетическая ценность | Витамины | Сборник рецептур  |
|------------------------------------|--------------|--------------|--------|------------------|------|--------|-------------------------|----------|-------------------|
|                                    |              | брутто       | нетто  | белки            | жиры | угл-ды |                         |          |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |              |        |                  |      |        |                         |          |                   |
| Суп молочный с термостойкой крупой | 130          |              |        | 4,44             | 4,45 | 7,17   | 111,60                  | 0,39     | №101,05 дошк 2016 |
|                                    |              | 9,00         | 9,00   |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 1,20         | 1,20   |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 105,00       | 105,00 |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 45,00        | 45,00  |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 1,30         | 1,30   |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 0,70         | 0,70   |                  |      |        |                         |          |                   |
| Каша молочная                      | 160          |              |        | 3,47             | 2,99 | 14,26  | 97,90                   | 0,32     | №397 Дели2010     |
|                                    |              | 1,7          | 1,7    |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 9            | 9      |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 92           | 92     |                  |      |        |                         |          |                   |
|                                    |              | 77           | 77     |                  |      |        |                         |          |                   |

|   |          |        |        |       |       |       |        |       |                             |
|---|----------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-----------------------------|
| Булочка с маком сгущенная                           | 25/5     |        |        | 1,9   | 4,4   | 13    | 60     |       | №1 Домк 2016                |
| Безе маршмэллоу                                     |          | 25     | 25     |       |       |       |        |       |                             |
| Масло сливочное                                     |          | 5      | 5      |       |       |       |        |       |                             |
| Итого:  | 340      |        |        | 9,81  | 21,84 | 34,43 | 308,50 | 0,71  |                             |
| 2-ой ЗАВТРАК  |          |        |        |       |       |       |        |       |                             |
| Саш в формате вилочка                               | 200      | 200    | 200    | 1,00  | 0,00  | 20,20 | 85,34  | 4,00  | №418 сб дошк 2016           |
| Итого:  | 200      |        |        | 1,00  | 0,00  | 20,20 | 85,34  | 4,00  |                             |
| <b>ОБЕД</b>   |          |        |        |       |       |       |        |       |                             |
| Салат из свеклы - капуста с яблоками                | 40       |        |        | 0,56  | 2,03  | 3,61  | 34,96  | 12,98 | №47 СБ шк 2017              |
| капуста свежая                                      |          | 39,44  | 31,56  |       |       |       |        |       |                             |
| соль поваренная                                     |          | 0,56   | 0,16   |       |       |       |        |       |                             |
| масло подсолнечное                                  |          |        | 28,40  |       |       |       |        |       |                             |
| яблока свежие                                       |          | 9,12   | 8,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Масло растительное                                  |          | 2,00   | 2,00   |       |       |       |        |       |                             |
| сахар   |          | 2,00   | 2,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Салат овощной с курицей функциональный, со сметаной | 150/10,9 |        |        | 2,45  | 5,06  | 6,46  | 85,82  | 6,34  | ГПК 535 23,12,2020          |
| картофель   |          | 17,50  | 11,40  |       |       |       |        |       |                             |
| мясо курицы   |          | 11,40  | 11,40  |       |       |       |        |       |                             |
| Лук репчатый  |          | 1,19   | 1,00   |       |       |       |        |       |                             |
| ябло  |          | 0,96   | 0,30   |       |       |       |        |       |                             |
| вода  |          | 1,00   | 1,00   |       |       |       |        |       |                             |
| соль поваренная                                     |          | 0,10   | 0,00   |       |       |       |        |       |                             |
| картофель   |          | 50,00  | 37,50  |       |       |       |        |       |                             |
| капуста цветная с/м                                 |          | 21,00  | 19,00  |       |       |       |        |       |                             |
| курица с/б  |          | 14,33  | 7,30   |       |       |       |        |       |                             |
| морковь   |          | 9,40   | 7,30   |       |       |       |        |       |                             |
| Лук репчатый  |          | 7,20   | 6,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Масло растительное                                  |          | 3,00   | 3,00   |       |       |       |        |       |                             |
| соль поваренная                                     |          | 1,00   | 1,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Вода  |          | 112,50 | 112,50 |       |       |       |        |       |                             |
| Сметана   |          | 5,00   | 5,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Суп из рыбы   | 70       |        |        | 11,00 | 7,50  | 2,00  | 119,00 | 0,30  | №284 СБ дошк 2016           |
| рыба (минтай) с/м ИГ                                |          | 87,04  | 64,00  |       |       |       |        |       |                             |
| масло сливочное                                     |          |        | 60,00  |       |       |       |        |       |                             |
| Суп молочный  |          |        |        |       |       |       |        |       | №371 СБ дошк 2016           |
| Молоко  |          | 18,00  | 18,00  |       |       |       |        |       |                             |
| Масло сливочное                                     |          | 3,00   | 3      |       |       |       |        |       |                             |
| Мука пшеничная                                      |          | 3,00   | 3      |       |       |       |        |       |                             |
| вода  |          | 3,50   | 3,50   |       |       |       |        |       |                             |
| соль поваренная                                     |          | 0,20   | 0,20   |       |       |       |        |       |                             |
| масса соус молочного                                |          |        | 24,00  |       |       |       |        |       |                             |
| Яйца  |          | 10,50  | 8,75   |       |       |       |        |       |                             |
| масса полуфабриката                                 |          |        | 80,00  |       |       |       |        |       |                             |
| Масло растительное                                  |          | 2,00   | 2,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Рис отварной с маслом сливочным                     | 110/9    |        |        | 2,65  | 2,49  | 26,87 | 140,63 |       | №304 сб шк 2017             |
| Крупа рисовая                                       |          | 39,60  | 39,60  |       |       |       |        |       |                             |
| соль поваренная                                     |          | 2,20   | 2,35   |       |       |       |        |       |                             |
| Вода питьевая                                       |          | 237,60 | 237,60 |       |       |       |        |       |                             |
| Масло сливочное                                     |          | 3,00   | 3,00   |       |       |       |        |       |                             |
| Нашлема из яблок                                    | 150      |        |        | 0,10  | 0,10  | 14,93 | 61,00  | 1,00  | №390 СБ дошк 2016           |
| яблока свежие                                       |          | 28,5   | 25,0   |       |       |       |        |       |                             |
| вода  |          | 152,0  | 152,0  |       |       |       |        |       |                             |
| сахар   |          | 8,0    | 8,0    |       |       |       |        |       |                             |
| Хлеб ржаной   | 40       | 40     | 40     | 2,64  | 0,48  | 15,84 | 79,2   |       | табл 6 стр 144, Домк + 2012 |
| Итого:  | 578      |        |        | 16,75 | 15,17 | 42,84 | 379,98 | 20,62 |                             |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                      |          |        |        |       |       |       |        |       |                             |
| Молоко кипяченое                                    | 150      |        |        | 4,08  | 4,08  | 7,58  | 85,00  | 2,05  | №419 СБ дошк 2016           |
| (молоко)  |          | 158    | 150    |       |       |       |        |       |                             |



| Компоненты изделия                             | вафли   | 10      | 10,00  | 10,00   | 0,39  | 3,06  | 2,48   | 13,90   | табл 6 стр 136, Ддем +2012  |
|--|---|---------|--------|---------|-------|-------|--------|---------|-----------------------------|
| <b>Итого:</b>                                  |   | 160     |        |         | 4,97  | 7,14  | 10,06  | 98,96   | 2,05                        |
| <b>УЖЕАН</b>                                   |   |         |        |         |       |       |        |         |                             |
| Икры маржовая                                  |   | 30      |        |         | 0,66  | 1,38  | 3,26   | 28,10   | ТТК №135 от 26.02.2019      |
|  | Морковь                                       |         | 31,25  | 35      |       |       |        |         |                             |
|  | Лук репчатый                                  |         | 6      | 5       |       |       |        |         |                             |
|  | Томат-паста                                   |         | 4      | 4       |       |       |        |         |                             |
|  | Масло растительное                            |         | 1,5    | 1,5     |       |       |        |         |                             |
|  | Сыр   |         | 0,3    | 0,3     |       |       |        |         |                             |
| Вареная и приправленная с мясным сытным соусом |   | 160/20  |        |         | 12,41 | 10,50 | 26,87  | 251,82  | №308 СБ докх 2016           |
|  | говядина (копченое мясо б/к или фарш говяжий) |         | 48,85  | 42,00   |       |       |        |         |                             |
|  | масло сливочное                               |         | 42,00  | 42,00   |       |       |        |         |                             |
|  | масло растительное                            |         | 3,00   | 3,00    |       |       |        |         |                             |
|  | масло растительное жареное                    |         |        | 33,00   |       |       |        |         |                             |
|  | Картофель                                     |         | 204,00 | 133,048 |       |       |        |         |                             |
|  | масло сливочное протертое картофель           |         |        | 345     |       |       |        |         |                             |
|  | Лук репчатый                                  |         | 13,00  | 11,00   |       |       |        |         |                             |
|  | Масло растительное                            |         | 2,00   | 2,00    |       |       |        |         |                             |
|  | масло приправленное лук                       |         |        | 8,00    |       |       |        |         |                             |
|  | Масло сливочное                               |         | 2,00   | 2,00    |       |       |        |         |                             |
|  | соль поваренная                               |         | 1,60   | 1,40    |       |       |        |         |                             |
|  | супы ангарские                                |         | 3,00   | 3,00    |       |       |        |         |                             |
|  | масло полуфабрикат                            |         |        | 188,00  |       |       |        |         |                             |
|  | Соус:   |         |        |         |       |       |        |         |                             |
|  | Сметана                                       |         | 5,00   | 5,00    |       |       |        |         |                             |
|  | Мука пшеничная                                |         | 1,30   | 1,30    |       |       |        |         |                             |
|  | вода  |         | 13,00  | 13,00   |       |       |        |         |                             |
|  | Соус сметанный                                |         |        | 20,00   |       |       |        |         |                             |
| Най с сахаром и лимонной                       |   | 150/5/5 |        |         | 0,07  | 0,01  | 7,10   | 29,00   | №399 Дем2010                |
|  | чай зеленый                                   |         | 0,4    | 0,5     |       |       |        |         |                             |
|  | Сахар   |         | 8      | 8       |       |       |        |         |                             |
|  | лимон   |         | 5,55   | 5       |       |       |        |         |                             |
|  | Вода  |         | 100,0  | 100,0   |       |       |        |         |                             |
| Чай зеленый                                    |   | 30      | 30,00  | 30,00   | 0,28  | 0,24  | 14,76  | 70,50   | табл 6 стр 134, Ддем + 2012 |
| <b>Итого:</b>                                  |   | 440     |        |         | 15,42 | 12,18 | 81,99  | 379,42  | 5,75                        |
| <b>ВСЕГО:</b>                                  |   | 1681    |        |         | 47,05 | 64,28 | 159,52 | 1252,14 | 33,13                       |

2 недели

Дем 5 -ый

| Наименование блюда и продукты | Масса тары | Кол-во (шт) |       | Питательная ценность |       |        | Энергетическая ценность | Выпечки |                | Сборник рецептур |
|-------------------------------|------------|-------------|-------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------|----------------|------------------|
|                               |            | друго       | нетто | белки                | жиры  | угледы |                         | Ккал    | С              |                  |
| <b>ЗАВТРАК</b>                |            |             |       |                      |       |        |                         |         |                |                  |
| Каша рисовая малочаш          | 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 перетопленое  | 5          |             |       | 0,08                 | 3,63  | 0,07   | 33,00                   |         | №14 об шк 2017 |                  |
|                               |            | 5           | 5     |                      |       |        |                         |         |                |                  |
| Чай зеленый, без сахара       | 160/5      |             |       | 2,83                 | 2,89  | 12,06  | 82,13                   | 1,27    | 2016           |                  |
|                               |            | 0,4         | 0,4   |                      |       |        |                         |         |                |                  |
|                               |            | 8           | 8     |                      |       |        |                         |         |                |                  |
|                               |            | 92          | 90    |                      |       |        |                         |         |                |                  |
|                               |            | 70          | 70    |                      |       |        |                         |         |                |                  |
| Бутерброд с сыром сливочным   | 25/5       |             |       | 1,90                 | 4,40  | 13,00  | 99,00                   |         | №1 Дем2010     |                  |
|                               |            | 25          | 25    |                      |       |        |                         |         |                |                  |
|                               |            | 5           | 5     |                      |       |        |                         |         |                |                  |
| <b>Итого:</b>                 | 363        |             |       | 9,01                 | 12,74 | 54,91  | 370,13                  | 1,42    |                |                  |

2-ой ЗАВТРАК

|  |       |        |        |       |       |       |        |      |                             |
|--|-------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-----------------------------|
| Фрукты свежие<br>(апельсины, яблоки, бананы, мандарины)    | 95    | 100,3  | 95     | 0,38  | 0,38  | 9,31  | 41,80  | 9,50 | №886 СБ<br>допк.2016        |
| Итого:   | 95    |        |        | 0,38  | 0,38  | 9,31  | 41,80  | 9,50 |                             |
| <b>ОБЕД</b>  |       |        |        |       |       |       |        |      |                             |
| Салат из овощей с курицей и луком                          | 30    |        |        | 0,25  | 1,52  | 0,78  | 17,73  | 1,24 | №20 СБ допк.<br>2016        |
| овурды свежие  |       | 30,39  | 28,7   |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное   |       |        | 28,3   |       |       |       |        |      |                             |
| лук репчатый   |       | 5,4    | 4,5    |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное   |       | 1,50   | 1,50   |       |       |       |        |      |                             |
| Суп картофельный с вермишелью на<br>курином бульоне        | 150   |        |        | 1,6   | 1,7   | 10,28 | 62,85  | 4,95 | №88 СБ допк.<br>2016        |
| вермишель  |       | 6      | 6      |       |       |       |        |      |                             |
| картофель  |       | 60     | 48     |       |       |       |        |      |                             |
| морковь  |       | 7,5    | 6      |       |       |       |        |      |                             |
| лук репчатый   |       | 7,2    | 6      |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное   |       | 1,5    | 1,5    |       |       |       |        |      |                             |
| бульон куриный   |       | 105    | 105    |       |       |       |        |      |                             |
| соль йодированная  |       | 1      | 1      |       |       |       |        |      |                             |
| Жареное рагу по-домашнему                                  | 160   |        |        | 10,18 | 9,52  | 6,33  | 151,33 |      | ТТК №580/а от<br>24.06.2020 |
| картофель - бройлеры очи                                   |       | 104,50 | 98,00  |       |       |       |        |      |                             |
| масло сливочное высшего качества                           |       |        | 30,00  |       |       |       |        |      |                             |
| картофель  |       | 155,00 | 116,00 |       |       |       |        |      |                             |
| лук репчатый   |       | 12,00  | 10,00  |       |       |       |        |      |                             |
| морковь  |       | 6,25   | 5,00   |       |       |       |        |      |                             |
| масло сливочное  |       | 4,00   | 4,00   |       |       |       |        |      |                             |
| соль йодированная  |       | 0,70   | 0,20   |       |       |       |        |      |                             |
| вода питьевая  |       | 20,00  | 20,00  |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное свежее                                  |       |        | 110,00 |       |       |       |        |      |                             |
| Напиток из апельсинов                                      | 150   |        |        | 0,84  | 0,08  | 25,5  | 104    |      | №392, СБ допк.<br>2016      |
| апельсин   |       | 33,53  | 22,50  |       |       |       |        |      |                             |
| сахарный песок   |       | 15,00  | 15,00  |       |       |       |        |      |                             |
| лимон  |       | 3,75   | 3,75   |       |       |       |        |      |                             |
| вода   |       | 120,00 | 120,00 |       |       |       |        |      |                             |
| Хлеб ржаной  | 40    |        | 40     | 0,64  | 0,48  | 15,84 | 79,2   |      | 144, Дотт +                 |
| Итого:   | 630   |        |        | 15,02 | 13,30 | 58,73 | 415,32 | 6,19 |                             |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |       |        |        |       |       |       |        |      |                             |
| Кисломолочный напиток<br>(кефир, ряженка, сметана, йогурт) | 130   |        |        | 4,35  | 3,75  | 6,30  | 76,00  | 0,45 | №420 СБ допк.<br>2016       |
| кисломолочный напиток                                      |       | 130    | 130    |       |       |       |        |      |                             |
| Пирожки с начинкой по заказу                               | 40    |        |        | 2,14  | 1,95  | 17,86 | 100,00 | 0,64 | №437СБ допк.<br>2016        |
| Мука пшеничная   |       | 20,00  | 20,00  |       |       |       |        |      |                             |
| мука пшеничная высшего сорта                               |       | 0,90   | 0,90   |       |       |       |        |      |                             |
| масло сливочное  |       | 0,90   | 0,90   |       |       |       |        |      |                             |
| сахар  |       | 1,06   | 1,06   |       |       |       |        |      |                             |
| яйцо   |       | 1,20   | 1,00   |       |       |       |        |      |                             |
| соль йодированная  |       | 0,30   | 0,30   |       |       |       |        |      |                             |
| дрожжи сухие   |       | 0,25   | 0,25   |       |       |       |        |      |                             |
| вода   |       | 8,05   | 8,05   |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное   |       |        | 31,20  |       |       |       |        |      |                             |
| песок сахарный   |       | 18,40  | 18,00  |       |       |       |        |      |                             |
| масло растительное   |       | 0,12   | 0,12   |       |       |       |        |      |                             |
| яйца   |       | 0,36   | 0,30   |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:   | 190   |        |        | 6,49  | 5,70  | 24,16 | 176,00 | 1,09 |                             |
| <b>УЖИН</b>  |       |        |        |       |       |       |        |      |                             |
| Вареники из отварной говядины                              | 40/40 |        |        | 12,4  | 10,50 | 26,87 | 251,82 | 4,15 | №308 СБ допк.<br>2016       |
| говядина (отбивная 0/0)                                    |       | 64,00  | 64,00  |       |       |       |        |      |                             |
| соль йодированная  |       | 0,60   | 0,60   |       |       |       |        |      |                             |
| мясо отварного мяса  |       |        | 40,00  |       |       |       |        |      |                             |
| соус сметанный с луком                                     |       |        | 40,00  |       |       |       |        |      |                             |
| сметана  |       | 9,00   | 9      |       |       |       |        |      |                             |
| мука пшеничная   |       | 2,70   | 2,7    |       |       |       |        |      |                             |
| вода   |       | 27,00  | 27,00  |       |       |       |        |      |                             |
| масло сливочное  |       |        | 27,00  |       |       |       |        |      |                             |
| соль йодированная  |       | 0,32   | 0,32   |       |       |       |        |      |                             |
| лук репчатый   |       | 9,60   | 8,00   |       |       |       |        |      |                             |
| масло сливочное  |       | 0,80   | 0,80   |       |       |       |        |      |                             |

|  |                                |       |        |        |        |       |         |        |             |                      |
|--|--------------------------------|-------|--------|--------|--------|-------|---------|--------|-------------|----------------------|
| Масляные изделия (сплетки)<br>сплетки с маслом сливочным | масса сырого сметанного олуком |       |        | 40,00  |        |       |         |        |             |                      |
|  | масляные изделия (сплетки)     | 110/3 | 38,50  | 34,50  | 4,25   | 2,77  | 22,88   | 133,54 |             | №219 Сб<br>дошк.2016 |
|  | вода                           |       | 231,00 | 230,00 |        |       |         |        |             |                      |
|  | соль поваренная                |       | 1,10   | 1,10   |        |       |         |        |             |                      |
|  | масло сливочное                |       | 3,00   | 3,00   |        |       |         |        |             |                      |
| Ванillin из шпательной<br>растворной                     | Шпательная растворная          | 150/0 |        |        | 0,51   | 0,21  | 15,56   | 66,12  | 74,96       | № 417<br>Дошк.2016   |
|  | сахар                          |       | 8      | 8      |        |       |         |        |             |                      |
|  | Вода питьевая                  |       | 150    | 150    |        |       |         |        |             |                      |
| Клей пшеничный   | 50                             | 30,00 | 30,00  | 2,28   | 0,24   | 14,76 | 70,50   | 0,00   | 134, Дошк + |                      |
| Итого:   | 381                            |       |        | 15,20  | 10,95  | 57,19 | 388,44  | 79,11  |             |                      |
| ВСЕГО:   | 1549                           |       |        | 43,095 | 43,065 | 204,3 | 1391,69 | 97,31  |             |                      |

Доп. 7 - 02

| Наименование блюда и<br>продуктов                                  | Масса<br>порции | Кол-во<br>(в гр) | Кол-во<br>(в гр) | Плотность |       |         | Энергетическая<br>и<br>полезность | Витамин | Сборник<br>рецептур     |
|--|-----------------|------------------|------------------|-----------|-------|---------|-----------------------------------|---------|-------------------------|
|  |                 |                  |                  | Белки     | Жиры  | Угле-ды |                                   |         |                         |
| <b>ЗАПРАК</b>  |                 |                  |                  |           |       |         |                                   |         |                         |
| Кисл. сливочный  | 150             |                  |                  | 3,72      | 3,80  | 20,95   | 132,90                            | 0,21    | ГТК №6Д                 |
| Крупа пшено  |                 | 20               | 20               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Молоко   |                 | 75               | 75               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Вода   |                 | 57               | 57               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Сахар  |                 | 4                | 4                |           |       |         |                                   |         |                         |
| соль поваренная  |                 | 0,8              | 0,8              |           |       |         |                                   |         |                         |
| Масло сливочное порционное   | 5               | 5                | 5                | 0,04      | 3,63  | 0,07    | 33,00                             |         | №14 сб шк<br>2017       |
| Кофейный напиток с молоком   | 165             |                  |                  | 0,57      | 2,2   | 11,69   | 77                                | 0,16    | №395 Дошк.2010          |
| Кофейный напиток   |                 | 2                | 2                |           |       |         |                                   |         |                         |
| Сахар  |                 | 7,7              | 7,7              |           |       |         |                                   |         |                         |
| Молоко   |                 | 75               | 75               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Вода   |                 | 105              | 105              |           |       |         |                                   |         |                         |
| Бутерброд с сыром, маслом<br>сливочным                             | 25/5/5          |                  |                  | 3,50      | 5,93  | 12,90   | 119,60                            | 0,04    | №3 Дошк.2010            |
| Ванillin шпательной  |                 | 25               | 25               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Сыр  |                 | 5,1              | 5                |           |       |         |                                   |         |                         |
| Масло сливочное  |                 | 5                | 5                |           |       |         |                                   |         |                         |
| Итого:   | 355             |                  |                  | 9,83      | 15,58 | 45,61   | 362,50                            | 0,41    |                         |
| <b>2-ой ЗАПРАК</b>   |                 |                  |                  |           |       |         |                                   |         |                         |
| Фрукты свежие<br>(яблоко, груша, апельсин, лимон, банан, виноград) | 95              | 198,65           | 95               | 1,43      | 0,48  | 20,00   | 91,20                             | 9,50    | № 386 Сб дошк<br>2016   |
| Итого:   | 95              |                  |                  | 1,43      | 0,48  | 20,00   | 91,20                             | 9,50    |                         |
| <b>ОБЕД</b>  |                 |                  |                  |           |       |         |                                   |         |                         |
| Салат из овощей с морковкой запущенной                             | 80              |                  |                  | 0,27      | 1,45  | 1,82    | 21,40                             |         | №49 Сб дошк<br>2016     |
| Запущенная морковка тушеная  |                 | 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 поваренная  |                 | 0,30             | 0,30             |           |       |         |                                   |         |                         |
| Салат картофельный с мякотью                                       | 150/10          |                  |                  | 3,76      | 3,55  | 10,15   | 94,57                             | 7,43    | №83 Сб<br>дошк.шк. 2016 |
| Картофель  |                 | 79,95            | 60               |           |       |         |                                   |         |                         |
| Морковь  |                 | 7,3              | 6                |           |       |         |                                   |         |                         |
| Лук репчатый   |                 | 7,2              | 6                |           |       |         |                                   |         |                         |
| масло растительное   |                 | 1,5              | 1,5              |           |       |         |                                   |         |                         |
| соль поваренная  |                 | 0,15             | 0,15             |           |       |         |                                   |         |                         |
| Вода   |                 | 105              | 105              |           |       |         |                                   |         |                         |
| щипцы - бройлерная   |                 | 25,3             | 25,3             |           |       |         |                                   |         |                         |
| масса старшей мякоти птицы   |                 |                  | 10,00            |           |       |         |                                   |         |                         |
| Витамин рыбный из рыбы   | 50              |                  |                  | 7,43      | 3,50  | 2,50    | 70,70                             |         | ГТК №3                  |
| рыба (мякоть с/м БГ)   |                 | 51,00            | 37,50            |           |       |         |                                   |         |                         |
| или фарш рыбный  |                 | 37,50            | 37,50            |           |       |         |                                   |         |                         |
| Крупа манная   |                 | 1,25             | 1,25             |           |       |         |                                   |         |                         |

|              |                              |        |        |       |       |       |        |      |                             |
|--------------|------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-----------------------------|
|              | ябло                         | 9,00   | 7,50   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Лук репчатый                 | 11,10  | 8,30   |       |       |       |        |      |                             |
|              | вода                         | 3,75   | 3,75   |       |       |       |        |      |                             |
|              | соль поваренная              | 0,37   | 0,38   |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметан                       | 0,14   | 0,14   |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметана пастеризованная      | 3,75   | 3,75   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло растительное           | 1,25   | 1,25   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масса полуфабриката          |        | 39,00  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло растительное           | 1,40   | 1,40   |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 170,00 |        | 5,78  | 3,31  | 25,95 | 156,93 | 0,44 | №180, сб дошк 2016          |
|              | крупа гречневая              | 47,60  | 47,60  |       |       |       |        |      |                             |
|              | вода питьевая                | 21,00  | 71,00  |       |       |       |        |      |                             |
|              | соль поваренная              | 0,25   | 0,25   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масло сливочное              |        | 100,00 |       |       |       |        |      |                             |
|              | морковь                      | 76,50  | 13,20  |       |       |       |        |      |                             |
|              | лук репчатый                 | 2,00   | 1,65   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масло сливочное              |        | 170,00 |       |       |       |        |      |                             |
|              | масло сливочное              | 3,00   | 3,00   |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 150    |        | 0,15  | 0,10  | 16,1  | 67     |      | лист проработки от 18.10.12 |
|              | сметана пастеризованная      | 10,00  | 10,00  |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметанная масса              | 10,00  | 10,00  |       |       |       |        |      |                             |
|              | вода                         | 132,00 | 132,00 |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 40     | 40     | 1,64  | 0,48  | 15,84 | 79,2   |      | табл 6 стр 144, лист 1 2012 |
| Итого:       |                              | 343    |        | 18,01 | 12,37 | 72,36 | 489,80 | 7,87 |                             |
|              | <b>ПОЛДНИК</b>               |        |        |       |       |       |        |      |                             |
| Взвешивание: |                              | 130    |        | 7,45  | 9,00  | 20,50 | 200,74 |      | Уфа                         |
|              | мясо свиное                  | 46,37  | 44,37  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Сметанная масса              | 14,85  | 14,85  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло сливочное              | 18,58  | 18,58  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Творог                       | 41,70  | 40,85  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Сметанная масса              | 14,80  | 14,80  |       |       |       |        |      |                             |
|              | Лук репчатый                 | 11,28  | 9,6    |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 150,5  |        | 4,05  | 3,73  | 10,99 | 94,95  | 1,05 | №420 Сб дошк 2016           |
|              | масло сливочное              | 153    | 150    |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметан                       | 5      | 5      |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 285    |        | 4,85  | 3,75  | 10,99 | 94,95  | 1,05 |                             |
|              | <b>УЩЕН</b>                  |        |        |       |       |       |        |      |                             |
| Корочка:     |                              | 60     |        | 8,94  | 6,60  | 8,73  | 129,75 |      | Сб дошк лист №299, 2016     |
|              | говядина (жирное мясо бл.)   | 43,9   | 42,0   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масло сливочное              | 42,0   | 42,0   |       |       |       |        |      |                             |
|              | лук репчатый                 | 12,50  | 10,5   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Хлеб пшеничный               | 9,75   | 9,75   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Вода                         | 0,20   | 0,20   |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметана пастеризованная      | 3,40   | 3,4    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Соль                         | 0,5    | 0,5    |       |       |       |        |      |                             |
|              | масса полуфабриката          |        | 74,0   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло растительное           | 0,8    | 0,8    |       |       |       |        |      |                             |
| Итого:       |                              | 120    |        | 1,40  | 5,90  | 11,50 | 106,40 | 6,94 | 2016                        |
|              | картофель                    | 71,5   | 33,0   |       |       |       |        |      |                             |
|              | морковь                      | 24,0   | 19,2   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масса свиной моркови         |        | 14,8   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Лук репчатый                 | 23,4   | 16,8   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масса приправленного лука    |        | 13,2   |       |       |       |        |      |                             |
|              | капусты белая                | 16,8   | 13,2   |       |       |       |        |      |                             |
|              | масса приправленного капусты |        | 12,0   |       |       |       |        |      |                             |
|              | соль поваренная              | 0,6    | 0,6    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло растительное           | 4,0    | 4,0    |       |       |       |        |      |                             |
|              | сметан                       |        |        |       |       |       |        |      |                             |
|              | вода                         | 38,4   | 35,7   |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло сливочное              | 1,6    | 1,6    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Мука пшеничная               | 1,6    | 1,6    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Морковь                      | 2,8    | 2,1    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Лук репчатый                 | 1,3    | 1,1    |       |       |       |        |      |                             |
|              | томатная паста               | 2,1    | 2,1    |       |       |       |        |      |                             |
|              | Масло сливочное              | 0,5    | 0,5    |       |       |       |        |      |                             |
|              |                              |        |        |       |       |       |        |      | №366, сб дошк 2016          |



|  |                        |        |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
|--|------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|-----------------------|-----------------------------|--|
| Часть курицы и риса в пасте-фрие-шотле | Луц ризиний            | 7,14   | 7,14  |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | Масло растительное     | 3      | 3     |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | соль подпрощаная       | 1      | 1     |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | булони                 | 120    | 120   |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | Сметана                | 5      | 5     |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | 50/20                  |        |       | 8,47  | 8,23  | 7,10   | 111,47 | 0,26                  | ГТК 698 от 09.04.2021       |  |
|  | пшеница - бройлеры с/м | 48,80  | 48,80 |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | кни фарш куриный       | 31,70  | 31,70 |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | вода                   | 5,00   | 5,00  |       |       |        |        |                       |                             |  |
|  | рис                    | 4,20   | 4,20  |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса отварного рассычатого риса       |                        | 52,30  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Луц ризиний                            | 30,00                  | 30,00  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Масло растительное                     | 1,30                   | 1,30   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса припущенного лука                |                        | 2,50   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| соль подпрощаная                       | 0,30                   | 0,30   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| мука пшеничная                         | 3,50                   | 3,50   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса полуфабриката                    |                        | 60,00  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| соединение - сметаной                  |                        | 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 подпрощаная                       | 0,15                   | 0,15   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| 3100                                   |                        |        | 4,25  | 2,77  | 22,88 | 133,54 |        | №219 С6 допк.2016     |                             |  |
| макаронные изделия                     | 38,50                  | 38,50  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| вода                                   | 231,00                 | 231,00 |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| соль подпрощаная                       | 1,10                   | 1,10   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масло сливочное                        | 3,00                   | 3,00   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| 150                                    |                        |        | 0,34  | 0,02  | 20,83 | 84,75  | 0,30   | №594 С6 допк. 2016    |                             |  |
| масло                                  | 13,00                  | 13,00  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса отварных сукофруктов             |                        | 28,80  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Вода                                   | 132,00                 | 132,00 |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| сахар                                  | 8,0                    | 8,0    |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Хлеб ржаной                            | 40                     | 40     | 40    | 2,64  | 0,48  | 15,84  | 79,2   |                       | табл 6 стр 144, Делк + 2012 |  |
| Итого:                                 | 578                    |        |       | 17,07 | 14,27 | 70,84  | 483,34 | 7,86                  |                             |  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |                        |        |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| 150                                    |                        |        | 4,38  | 4,08  | 7,58  | 85,00  | 2,05   | №419 С6 допк 2016     |                             |  |
| молоко                                 | 130                    | 130    |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| 35                                     |                        |        | 3,13  | 3,17  | 19,95 | 120,50 | 0,12   | стр 150 ОБКопия. 1997 |                             |  |
| мука пшеничная                         | 21,70                  | 21,70  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| мука пшеничная высшего сорта           | 0,70                   | 0,70   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| книш                                   | 1,10                   | 1,15   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Масло сливочное                        | 1,75                   | 1,75   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| молоко                                 | 8,75                   | 8,75   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| сахар                                  | 0,70                   | 0,70   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| дрожжи сухие                           | 0,28                   | 0,28   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| соль подпрощаная                       | 0,28                   | 0,34   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса теста                            |                        | 33,00  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| просейан                               |                        |        |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| сахар                                  | 1,50                   | 1,58   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Масло сливочное                        | 1,75                   | 1,75   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масса полуфабриката                    |                        | 40,25  |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| яйцо для смазки изделий                | 0,60                   | 0,50   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| масло растительное для смазки листов   | 0,10                   | 0,10   |       |       |       |        |        |                       |                             |  |
| Итого:                                 | 185                    |        |       | 3,70  | 7,55  | 27,53  | 208,50 | 2,17                  |                             |  |

|                         |                        |         |        |        |       |       |        |         |                      |                                  |
|-------------------------|------------------------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|----------------------|----------------------------------|
| Сметы: сметы            |                        | 10/159  |        | 17,23  | 29,19 | 2,53  | 287,50 | 0,33    | №230 сб дошт<br>2016 |                                  |
|                         | Яйцо                   |         | 126,00 | 103,00 |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | Молоко                 |         | 40,00  | 40,00  |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | масло сливочной сметан |         |        | 143,00 |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | Сыр                    |         | 10,20  | 10,00  |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | Масло сливочное        |         | 4,00   | 3,00   |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | соль поваренная        |         | 0,80   | 0,80   |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | масло топленое пастер  |         |        | 150,00 |       |       |        |         |                      |                                  |
| Чай с сахаром и лимоном |                        | 150/8/5 |        |        | 0,07  | 0,01  | 7,10   | 1,60    | №593<br>Дет2010      |                                  |
|                         | чай зеленый            |         | 0,4    | 0,4    |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | Сахар                  |         | 8      | 8      |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | лимон                  |         | 5,55   | 5      |       |       |        |         |                      |                                  |
|                         | Вода                   |         | 150,0  | 150,0  |       |       |        |         |                      |                                  |
| Хлеб пшеничный          |                        | 25      | 25,00  | 25,00  | 1,90  | 0,20  | 12,30  | 58,75   | 0,00                 | табл 6 стр<br>134, Дшт +<br>2012 |
| Итого:                  |                        | 338     |        |        | 24,23 | 29,34 | 21,93  | 375,25  | 1,93                 |                                  |
| ВСЕГО:                  |                        | 1651    |        |        | 46,5  | 40,92 | 189,68 | 1537,53 | 16,43                |                                  |

Дат: 94/11

| Наименование блюд и продуктов                              | Множ-во порций | Кол-во (в гр) |       | Пищевые вещества |       |         | Энергетическая ценность | Витамин С | Сборник рецептур      |
|--|----------------|---------------|-------|------------------|-------|---------|-------------------------|-----------|-----------------------|
|  |                | брутто        | нетто | белки            | жиры  | угле-ды |                         |           |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                |               |       |                  |       |         |                         |           |                       |
| Молоко пастеризованное                                     | 150            |               |       | 9,44             | 2,86  | 33,33   | 184,96                  | 0,72      | ТТК №0Д               |
|  |                | 19            | 19    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 75            | 75    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 57            | 57    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 4             | 4     |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 0,8           | 0,8   |                  |       |         |                         |           |                       |
| Масло сливочное пастеризованное                            | 5              |               |       | 0,04             | 3,63  | 0,07    | 33,00                   |           | №14 сб шт<br>2017     |
|  |                | 5             | 5     |                  |       |         |                         |           |                       |
| Чай с лимоном и сахаром                                    | 160/8          |               |       | 2,88             | 2,48  | 12,06   | 82,15                   | 1,27      | №413 сб дошт<br>2016  |
|  |                | 0,4           | 0,4   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 8             | 8     |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 82            | 80    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 70            | 70    |                  |       |         |                         |           |                       |
| Бутерброд с маслом сливочным                               | 25/5           |               |       | 1,9              | 4,4   | 13      | 99                      |           | №1 Дат2010            |
|  |                | 25            | 25    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 5             | 5     |                  |       |         |                         |           |                       |
| Итого:   | 353            |               |       | 11,21            | 13,30 | 58,36   | 399,09                  | 1,99      |                       |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>  |                |               |       |                  |       |         |                         |           |                       |
| Булочки сладкие (сдобные, с изюмом, с маком, с кориандром) | 95             | 108,3         | 95    | 0,18             | 0,38  | 9,31    | 41,80                   | 9,50      | №586 сб<br>дошт, 2016 |
| Булочка  | 95             |               |       | 0,18             | 0,38  | 9,31    | 41,80                   | 9,50      |                       |
| Омлет  |                |               |       |                  |       |         |                         |           |                       |
| Салат овощной капуста, морковь                             | 40             |               |       | 0,5              | 0,03  | 3,61    | 34,96                   | 12,98     | №21 сб шт<br>2015     |
|  |                | 48,45         | 35,54 |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                |               | 32,00 |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 5,00          | 4,00  |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 2,00          | 2,00  |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 2,00          | 2,00  |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 0,80          | 0,80  |                  |       |         |                         |           |                       |
| Воспалительная диета (сметана, сыр, творог, соевый)        | 150/6          |               |       | 2,1              | 2,98  | 7,29    | 92,30                   | 4,83      | №82<br>сб дошт, 2016  |
|  |                | 58,65         | 45    |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 2,57          | 3     |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 7,5           | 6,0   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 6,00          | 6,0   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 16,00         | 9,0   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 2,0           | 2,0   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 0,8           | 0,8   |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 114,0         | 114,0 |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 6,0           | 6,0   |                  |       |         |                         |           |                       |
| Сметана  |                |               |       |                  |       |         |                         |           |                       |
| Булочка с сахаром и кориандром                             | 45/45          |               |       | 11,57            | 3,80  | 2,97    | 141,75                  | 0,45      | 2016                  |
|  |                | 72,00         | 72,0  |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 45,0          | 45,0  |                  |       |         |                         |           |                       |
|  |                | 33,8          | 33,8  |                  |       |         |                         |           |                       |

|  |        |        |        |       |       |        |         |       |  |                                  |
|--|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|--|----------------------------------|
| Морковь  |        | 19,8   | 15,8   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Дук ржаной   |        | 9,37   | 7,9    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Мука пшеничная   |        | 2,3    | 4,3    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Масло растительное   |        | 3,0    | 3,0    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| соль поваренная  |        | 0,8    | 0,8    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Масса сухая  |        |        | 45,6   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 120    |        |        | 2,46  | 3,94  | 16,35  | 109,80  | 0,20  |  | №339 СБ дошк<br>2016             |
| Картофель  |        | 136,00 | 102,60 |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Молоко   |        | 18,96  | 18,00  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Масло сливочное  |        | 4,20   | 4,20   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| соль поваренная  |        | 0,48   | 0,48   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 150    |        |        | 0,33  | 0,01  | 20,33  | 84,75   | 0,30  |  | №394 СБ дошк<br>2016             |
| Фрукты свежие замороженные                                 |        | 16,50  | 16,50  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Вода   |        | 152,00 | 152,00 |       |       |        |         |       |  |                                  |
| сахар  |        | 8,0    | 8,0    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 40     | 40     | 40     | 2,54  | 0,46  | 15,84  | 79,2    |       |  | табл 6 стр<br>144, Деш +<br>2012 |
| Итого:   | 596    |        |        | 5,07  | 21,46 | 66,89  | 542,76  | 13,76 |  |                                  |
| <b>ПОДЛИНАК</b>  |        |        |        |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Кисломолочный напиток (содержит сахар, витаминизированный) | 150    |        |        | 2,80  | 1,83  | 6,25   | 51,75   | 1,30  |  | №420 СБ дошк<br>2016             |
| Кисломолочный напиток (содержит сахар)                     |        | 150,00 | 150,00 |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 30     | 30,00  | 30,00  | 0,75  | 0,58  | 7,44   | 41,70   |       |  | №136, Деш                        |
| Итого:   | 180    |        |        | 2,33  | 2,30  | 15,69  | 93,45   | 1,20  |  |                                  |
| <b>УЖИКИ</b>   |        |        |        |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Биточки рисовые с творогом                                 | 130/20 |        |        | 9,39  | 6,17  | 34,31  | 528,20  | 0,85  |  | №203 об дошк<br>2016             |
| крупа рисовая  |        | 32,00  | 32,00  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| вода   |        | 65,00  | 65,00  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| соль поваренная  |        | 0,20   | 0,20   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| творог   |        | 40,40  | 40,00  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| айра   |        | 5,16   | 4,16   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| сахар  |        | 5,00   | 5,00   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| масло сливочное  |        | 5,50   | 5,50   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| сухари пшеничные   |        | 3,50   | 3,50   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| сметана  |        | 3,50   | 3,50   |       |       |        |         |       |  |                                  |
| масло подсолнечное   |        |        | 147,00 |       |       |        |         |       |  |                                  |
| молоко стуженное   |        | 20,00  | 20,00  |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 150/8  |        |        | 0,04  | 0,01  | 6,99   | 28      | 0,04  |  | №392<br>Деш 2010                 |
| чай зеленый  |        | 0,4    | 0,4    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Сахар  |        | 8      | 8      |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Вода   |        | 150    | 150    |       |       |        |         |       |  |                                  |
| Итого:   | 25     | 25,00  | 25,00  | 0,90  | 0,20  | 12,30  | 58,75   | 0,00  |  | табл 6 стр<br>134, Деш +<br>2012 |
| Итого:   | 333    |        |        | 11,27 | 4,39  | 73,60  | 414,95  | 0,89  |  |                                  |
| Итого:   | 1637   |        |        | 54,35 | 45,65 | 223,85 | 1492,05 | 32,34 |  |                                  |

**Деш 10 -ый**

| Наименование блюда и продуктов | Масса порции | Кол-во (шт) | Нам/вз (шт) | Питательные вещества |      |        | Энергетическая ценность | Выход | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|------|--------|-------------------------|-------|------------------|
|                                |              |             |             | Белки                | Жиры | Углебл |                         |       |                  |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 |              |             |             |                      |      |        |                         |       |                  |
| Каша геркулесовая молочная     | 150          |             |             | 2,81                 | 1,40 | 24,23  | 81,00                   | 0,72  | №173, обшк 2017  |
| Крупа геркулесовая             |              | 19          | 19          |                      |      |        |                         |       |                  |
| Молоко                         |              | 132         | 132         |                      |      |        |                         |       |                  |
| Сахар                          |              | 4           | 4           |                      |      |        |                         |       |                  |
| Соль поваренная                |              | 0,8         | 0,8         |                      |      |        |                         |       |                  |
| Масло сливочное топленое       | 5            |             |             | 0,04                 | 3,62 | 0,07   | 35,00                   |       | 2016             |
| Масло сливочное                |              | 5,00        | 5,00        |                      |      |        |                         |       |                  |
| Корейский напиток с молоком    | 165          |             |             | 2,37                 | 2,2  | 11,69  | 77                      | 0,16  | №395 Деш 2010    |
| Корейский напиток              |              | 2           | 2           |                      |      |        |                         |       |                  |
| Сахар                          |              | 7,7         | 7,7         |                      |      |        |                         |       |                  |



|  |                              |        |        |        |      |       |       |        |      |                      |
|--|------------------------------|--------|--------|--------|------|-------|-------|--------|------|----------------------|
| Булочные изделия, выпечка<br>сдобная                                   | Молоко                       |        | 75     | 75     |      |       |       |        |      |                      |
|  | вода                         |        | 100    | 100    |      |       |       |        |      |                      |
|  | Яйца куриные                 | 25/5/5 | 25     | 25     | 0,50 | 5,35  | 12,90 | 119,60 | 0,04 | №3, Даты 2010        |
|  | Сыр                          |        | 5,1    | 5      |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло сливочное              |        | 5      | 5      |      |       |       |        |      |                      |
| Итого:   |                              | 355,00 |        |        | 0,52 | 13,17 | 38,89 | 310,60 | 0,91 |                      |
| 2 - ой ЗАПРАК  |                              |        |        |        |      |       |       |        |      |                      |
| Сок<br>в ассортименте и количестве                                     |                              | 200    | 200    | 200    | 0,00 | 0,00  | 20,20 | 85,34  | 4,00 | №418 об дате<br>2016 |
| Итого:   |                              | 200    |        |        | 0,00 | 0,00  | 20,20 | 85,34  | 4,00 |                      |
| ОБЕД   |                              |        |        |        |      |       |       |        |      |                      |
| Сладкие напитки, кофе  |                              | 30     |        |        | 0,35 | 1,35  | 2,41  | 29,79  |      | №12 СБ дате<br>2016  |
|  | кофе/чай, кофе               |        | 45,80  | 28,00  |      |       |       |        |      |                      |
|  | сварный напиток              |        | 0,60   | 0,60   |      |       |       |        |      |                      |
|  | масло растительное           |        | 1,20   | 1,20   |      |       |       |        |      |                      |
| Супы, блюда домашнего приготовления<br>супы с различными ингредиентами |                              | 150/10 |        |        | 3,48 | 5,18  | 7,00  | 95,62  | 0,54 | №94 об дате<br>2016  |
|  | говядина (холодное мясо б/к) |        | 11,8   | 11,4   |      |       |       |        |      |                      |
|  | или фарш говяжий             |        | 11,4   | 11,4   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Лук репчатый                 |        | 1,15   | 1      |      |       |       |        |      |                      |
|  | айс                          |        | 0,96   | 0,96   |      |       |       |        |      |                      |
|  | вода                         |        | 1      | 1      |      |       |       |        |      |                      |
|  | соль поваренная              |        | 0,10   | 0,1    |      |       |       |        |      |                      |
|  | Мука пшеничная               |        | 11,3   | 12,3   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Яйца                         |        | 3,6    | 3      |      |       |       |        |      |                      |
|  | бульон                       |        | 2,1    | 2,10   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Соль                         |        | 0,2    | 0,2    |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло растительное           |        |        | 12     |      |       |       |        |      |                      |
|  | Морковь                      |        | 7,5    | 6      |      |       |       |        |      |                      |
|  | Лук репчатый                 |        | 7,14   | 6      |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло растительное           |        | 3      | 3      |      |       |       |        |      |                      |
|  | Бульон                       |        | 149,00 | 145,00 |      |       |       |        |      |                      |
|  | Соль                         |        | 0,3    | 0,3    |      |       |       |        |      |                      |
| Булочные, Домашнее   |                              | 50     |        |        | 0,84 | 4,35  | 3,54  | 96,25  | 0,05 | проработки от        |
|  | цельные - брейкеры об/к      |        | 39,5   | 39,18  |      |       |       |        |      |                      |
|  | или фарш куриный             |        | 39,28  | 30,18  |      |       |       |        |      |                      |
|  | морковь                      |        | 13,75  | 9,8    |      |       |       |        |      |                      |
|  | Лук репчатый                 |        | 9      | 7,5    |      |       |       |        |      |                      |
|  | соль поваренная              |        | 0,4    | 0,4    |      |       |       |        |      |                      |
|  | айс                          |        | 0,6    | 0,6    |      |       |       |        |      |                      |
|  | Мука пшеничная               |        | 3,75   | 3,75   |      |       |       |        |      |                      |
|  | масло растительное           |        | 1,9    | 1,9    |      |       |       |        |      |                      |
| Закусочный   |                              | 120    |        |        | 1,80 | 5,60  | 11,50 | 106,40 | 6,94 | №148 об дате<br>2016 |
|  | картофель                    |        | 71,50  | 55,00  |      |       |       |        |      |                      |
|  | морковь                      |        | 24,00  | 19,20  |      |       |       |        |      |                      |
|  | масса запеченной моркови     |        |        | 18,00  |      |       |       |        |      |                      |
|  | Лук репчатый                 |        | 20,40  | 16,80  |      |       |       |        |      |                      |
|  | масса припущенного лука      |        |        | 13,40  |      |       |       |        |      |                      |
|  | капуста свежая               |        | 10,80  | 13,20  |      |       |       |        |      |                      |
|  | масса припущенной капусты    |        |        | 12,00  |      |       |       |        |      |                      |
|  | соль поваренная              |        | 0,40   | 0,40   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло растительное           |        | 4,00   | 4,00   |      |       |       |        |      |                      |
|  | суп                          |        |        |        |      |       |       |        |      | №166 об дате<br>2016 |
|  | вода                         |        | 35,00  | 35,00  |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло сливочное              |        | 1,35   | 1,38   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Мука пшеничная               |        | 1,38   | 1,38   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Морковь                      |        | 2,00   | 2,00   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Лук репчатый                 |        | 1,26   | 1,05   |      |       |       |        |      |                      |
|  | томатная паста               |        | 2,10   | 2,10   |      |       |       |        |      |                      |
|  | Масло сливочное              |        | 0,58   | 0,58   |      |       |       |        |      |                      |
|  | сахар                        |        | 0,75   | 0,75   |      |       |       |        |      |                      |
|  | соль поваренная              |        | 0,55   | 0,55   |      |       |       |        |      |                      |

|                                     |                    |          |        |        |        |        |         |          |                                  |
|-------------------------------------|--------------------|----------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|----------------------------------|
|                                     | масса мяса         |          |        | 99,00  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | масса рыбы         |          |        | 120,00 |        |        |         |          |                                  |
| Итого:                              | 150                |          |        |        |        |        | 15,00   | 60,00    | №648<br>облмх2004                |
|                                     | Хлеб-мюсли         |          | 19,50  | 17,50  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Сыкар              |          | 7,00   | 7,00   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | вода               |          | 150,00 | 150,00 |        |        |         |          |                                  |
| Итого:                              | 40                 | 40       | 40     | 2,34   | 0,48   |        | 15,84   | 79,2     | табл 6 стр<br>144,Дети +<br>2012 |
|                                     | Итого:             | 550      |        |        | 30,02  | 17,77  | 55,29   | 467,26   | 7,53                             |
| <b>КОЛДЕНК</b>                      |                    |          |        |        |        |        |         |          |                                  |
| Хлеб-мюсли                          | вода               | 10       | 10,00  | 10,00  | 0,39   | 0,06   | 6,25    | 54,20    | табл 10 стр 202<br>Дети +,2012   |
| Молоко-квашеное<br>(молоко)         | молоко             | 150      |        |        | 4,59   | 4,08   | 7,58    | 83,00    | №419 СБ долк<br>2016             |
| Итого:                              |                    | 160      |        |        | 4,97   | 7,14   | 13,83   | 139,20   | 2,05                             |
| <b>УЖИН</b>                         |                    |          |        |        |        |        |         |          |                                  |
| Горюхи рыбные в сметанном соусе     | рыба (рыбный филе) | 45/15    |        |        | 8,65   | 5,17   | 7,42    | 98,65    | 0,68                             |
|                                     | или фарш рыбный    |          | 41,62  | 30,00  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Хлеб пшеничный     |          | 30,60  | 30,60  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | вода               |          | 4,50   | 4,50   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | яйца               |          | 4,50   | 4,50   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Пух репчатый       |          | 8,10   | 4,75   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Мука пшеничная     |          | 2,70   | 2,70   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | соль поваренная    |          | 0,27   | 0,27   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Масло сливочное    |          |        | 59,00  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Масло растительное |          | 4,80   | 4,80   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | соус               |          |        |        |        |        |         |          |                                  |
|                                     | сметана            |          | 3,75   | 3,75   |        |        |         |          | 2016                             |
|                                     | вода               |          | 11,25  | 11,25  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Мука пшеничная     |          | 1,15   | 1,15   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | соль поваренная    |          | 0,10   | 0,10   |        |        |         |          |                                  |
|                                     | масло сливочное    |          |        | 15,00  |        |        |         |          |                                  |
| Каша гречневая в сметанном<br>соусе | Крупа гречневая    | 110/5    |        |        | 3,40   | 3,09   | 15,35   | 102,79   | №182,облмх<br>2016               |
|                                     | Вода               |          | 27,30  | 27,30  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Масло сливочное    |          | 18,00  | 18,00  |        |        |         |          |                                  |
|                                     | соль поваренная    |          | 3,0    | 3,0    |        |        |         |          |                                  |
| Варенные макароны<br>длинными       |                    | 150/5    |        |        | 0,51   | 0,21   | 15,56   | 66,12    | 74,96                            |
|                                     | Пшеница-длинная    |          | 4,1    | 1,1    |        |        |         |          | № 417<br>Дети2016                |
|                                     | свар               |          | 8      | 8      |        |        |         |          |                                  |
|                                     | Вода питьевая      |          | 150    | 150    |        |        |         |          |                                  |
| Хлеб пшеничный                      |                    | 20       | 20     | 20     | 5,2    | 0,16   | 9,84    | 47,00    | 0,00                             |
| Итого:                              |                    | 351      |        |        | 11,09  | 8,62   | 48,17   | 314,70   | 75,64                            |
| Итого:                              |                    | 2664,00  |        |        | 46,99  | 44,70  | 176,38  | 1317,10  | 90,14                            |
| Итого за 10 дней                    |                    | 15948,50 |        |        | 301,68 | 277,93 | 1395,07 | 13923,37 | 427,67                           |

- Примечания:
1. Продукты относятся к среднему классу норм, утвержденных СНИП и применяются с учетом особенностей питания ДОУ
  2. При оформлении заказов на продукты, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается использование заменителей по составу продуктов, соответствующих санитарной гигиене продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
  3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно-технические документы:
    - 1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных учреждений и дошкольных образовательных учреждений, Гуткина В.А., Москва Делта-пресс 2010 г.
    - 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях, Гуткина В.А., Москва 2004 г.
    - 1.3 Таблица минимального состава и пригодности разнородных продуктов питания, Гуткина В.А., Москва Делта-пресс 2012 г.
    - 1.4 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных учреждений, Москва Делта-пресс 2010 г.
    - 1.5 Сборник рецептур детских блюд и напитков, рецептур блюд для дошкольных учреждений для детского питания, "Партнер", 2010
    - 1.6 Сборник рецептур на производство питания для дошкольных учреждений, Гуткина В.А., Москва Делта-пресс 2010 г.
  3. В рабочем меню предусмотрено использование следующего сырья:
    - говядина 1 категория (улучшенная);
    - рыбное филе (свежее) для детского питания;

для маркировки в среднем по потреблению белков  
для маркировки рассчитаны условия при массе брутто 48г - массой нетто 40г  
срок годности по истечении срока годности 01.05(25% от срока) маркировка, сроки рассчитаны с 1.05 (10% от срока)  
молочный продукт с массовой долей жира 72,5%  
для маркировки белок: без урса, с молочной кислотой  
молочный продукт с массовой долей жира 1,5%  
молочный продукт, молоко с массовой долей жира 2,5%