

«Утверждено»
 приказом по МБДОУ «Детский сад
 комбинированного вида № 15 «Ромашка» ЗМР РТ»
 от «20» декабря 2016г. № 114



**Примерное
 десятидневное меню
 для детей дошкольного возраста
 МБДОУ «Детский сад комбинированного
 вида № 15 «Ромашка» ЗМР РТ»**

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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	витамины С	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК							

Каша кукурузная молочная с маслом	150/4	4,4	3,8	18,3	125	0,16	№311сбшк2004
Кофейный напиток с молоком	165	1	1,2	10	55	0,16	№395Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Итого:	350	7,30	9,40	41,30	279,00	0,32	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок ананасовый	95	0,48	0	12	50	11	№399Дели2010
Итого:	95	0,48	0,00	12,00	50,00	11,00	
ОБЕД							
Свекла отварная	50	0,70	0,08	3,60	17,90	1,02	сб1996, стр564
Рассольник ленинградский со сметаной	150/8	1,4	3,3	9,4	74	4,03	№132сбшк2004
Пудинг рыбный	80,00	11,68	7,20	7,80	143,00		ТТК №4
Картофель тушёный	150	2,8	8	12,4	132	11	№216сбшк2004
Компот из сухофруктов	130	0,60	0,00	18,10	73,50	0,26	№376Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	593,00	18,38	18,88	65,90	506,10	15,29	
ПОЛДНИК							
Пирожок печёный с повидлом	50	3	2,6	22	123	0	№738сбшк2004
Кефир	150/2	4,08	3,52	5,63	70,5	0,98	№401Дели2010
Итого:	202	7,08	6,12	27,63	193,50	0,98	
УЖИН							
Фрукты свежие (апельсин)	80	0,32	0,01	5,2	22	8	№368Дели2010
Котлеты рубленые из говядины	70/4	11	10,8	10,9	184	0,42	№451сбшк2004
Капуста тушеная	150	3,3	4,9	14,1	113	24,7	№534сбшк2004

Чай с сахаром	150/8			8	32		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	482,00	16,22	15,91	48,00	399,00	33,12	
ВСЕГО:	1722,00	49,46	50,31	194,83	1427,60	60,71	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная с маслом	150/4	5,30	6,15	28,00	187,50	0,40	№311сбшк2004
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	0,32	№397Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Итого:	350	10,80	14,30	52,20	380,40	0,76	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок абрикосовый	95	0,30	0,00	7,50	31,00	38,00	№399Дели2010
Итого:	95	0,30	0,00	7,50	31,00	38,00	
ОБЕД							
Огурцы соленые порционно	40	0,50	0,10	1,90	12,00	12,50	сб1996, стр563
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б,со сметаной	150/5	1,10	3,20	7,20	62,00	4,80	№110,сбшк2004
Плов из говядины	150	11,70	11,70	24,00	248,30	0,65	№443сбшк2004
Кисель	130			13,00	52,00		№648сбшк2004
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	513,00	15,20	15,38	64,30	457,90	17,95	
ПОЛДНИК							

Ряженка	180/3	5,20	4,50	7,60	92,00	0,90	№401Дели2010
Кондитерские изделия (печенье)	17,5	1,10	3,00	12,00	79,00		
Итого:	200,50	6,30	7,50	19,60	171,00	0,90	
УЖИН							
Салат из моркови с курагой	40	0,73	0,07	7,20	32,00	0,49	№55. справ.М2003
Фрукты свежие (банан)	80	0,32	0,32	7,80	35,00	8,00	№368Дели2010
Суфле из творога с повидлом	105/20	13,30	7,40	27,00	227,00	0,30	№365сбшк2004
Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5			7,00	27,00		№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	420,5	15,95	7,99	58,80	369,00	8,79	
ВСЕГО:	1579	48,55	45,17	202,4	1409,3	66,4	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная с маслом	150/4	4,75	4,30	14,00	113,70	0,21	№311сбшк2004
Чай с сахаром	150/8			8	32		№392Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Фрукты свежие (яблоко)	80	0,10	0,00	4,00	16,00	4,00	№368Дели2010
Итого:	422	6,75	8,70	39,00	260,70	4,21	
2 - ой ЗАВТРАК							

Сок черносмородиновый	95	0,10	0,00	4,00	16,00	3,80	№399Дели2010
Итого:	95	0,10	0,00	4,00	16,00	3,80	
ОБЕД							
Салат витаминный	40	0,60	2,30	5,30	44,30	7,00	№40, сб.шк2004
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/15	4,00	4,30	16,00	117,00	4,00	140сбшк2004
Биточки куриные "Солнышко"	60	8,20	6,20	6,50	115,00	0,34	акт от 07.02.14
Рагу овощное	150	3,00	6,40	12,00	117,00	7,40	№224,сбшк2004
Компот из кураги	130	0,60	0,00	18,00	73,50	0,11	№376Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	583	18,30	19,58	76,00	550,40	18,85	
ПОЛДНИК							
Катык	160	4,4	4	4,2	70,4	1	№401Дели2010
Булочка Домашняя	40	3,00	4,60	21,68	140,00	0,00	№769,сбшк2004
Итого:	200	7,40	8,60	25,88	210,40	1,00	
УЖИН							
Тефтели рыбные в сметанно-томатном соусе	70/30	11,00	7,00	9,40	145,00		ТТК №1
Пюре Картофельное	130	2,70	3,90	17,40	115,00	9,00	№520,сбшк2004
Чай с молоком,сахаром	150	2,60	2,00	11,90	76,00	1,20	№394Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	400	17,90	13,10	48,50	384,00	10,20	
ВСЕГО:	1700	50,45	49,98	193,38	1421,50	38,06	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Суп молочный с крупой	150	2,60	3,30	10,90	83,00	0,40	№161сбшк2004
Кофейный напиток с молоком	165	1	1,2	10	55	0,16	№395Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Итого:	350	7,10	10,45	33,80	257,60	0,60	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок апельсиновый	95	0,50	0,00	11,00	46,00	81,00	№399Дели2010
Итого:	95	0,50	0,00	11,00	46,00	81,00	
ОБЕД							
Салат из свеклы	50	0,50	2,00	2,40	29,60	1,00	№64, справ
Щи со свежей капустой,	150/5	1,10	3,30	5,00	55,00	7,19	№124,сбшк2004
Запеканка картофельная с мясом	180/30	15,90	14,00	33,70	324,00	4,90	№291Дели2010
Компот из сухофруктов	130	0,30	0,01	18,10	73,50	0,26	№376Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	583	19,70	19,69	77,40	565,70	13,35	
ПОЛДНИК							
Кефир	180/3	3,20	4,50	7,20	82,00	1,12	№401 Дели2010
Кондитерские изделия (печенье)	17,5	1,10	3,00	12,00	79,00		
Итого:	200,5	4,30	7,50	19,20	161,00	1,12	
УЖИН							
Фрукты свежие (груши)	80	0,32	0,32	7,80	35,00	8,00	№368Дели2010 №11.
Морковь с сахаром	40	0,50	0,03	4,20	18,00	0,77	справ.М2003

Пудинг творожный	100/20	12,00	7,30	25,00	214,00	12,50	№349, справ М 2003
Чай с сахаром	150/8			8	32		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	418	14,42	7,85	54,80	347,00	21,27	
ВСЕГО:	1646,5	46,02	45,49	196,20	1377,30	117,34	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/4	3,60	5,30	17,00	130,00	0,21	№311,сбшк2004
Какао с молоком	150	2,00	2,20	11,30	73,30	0,32	№397Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Фрукты свежие (банан)	80	1,20	0,40	15,00	68,00	8,00	№368Дели2010
Итого:	414	8,70	12,30	56,30	370,30	8,53	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок	95	0,70	0,00	13,20	54,00	40,00	№399Дели2010
Итого:	95	0,70	0,00	13,20	54,00	40,00	
ОБЕД							
Салат из свежей капусты	50	1,00	2,20	4,60	42,30	4,60	№43, сбшк2004
Суп картофельный с горохом с курицей	150/15	7,00	4,00	12,00	112,00	4,38	№139сбшк2004 №208,
Суфле рыбное	70	11,00	7,50	2,00	119,00	0,24	сб.диет2002

Макароны отварные с овощами	100	5,10	3,60	16,50	118,80	0,10	№210 "Партнер"г. Уфа
Масса отварных макарон							
Компот из свежих плодов (из яблок)	100	0,06	0,06	7,80	32,00	0,80	№372Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	533	26,06	17,74	61,10	507,70	10,12	
ПОЛДНИК							
Плюшка новомосковская	50	3,20	3,10	24,00	136,00	0,02	№184
Ряженка	150	3,63	3,75	6,25	74,00	0,38	№401Дели2010
Итого:	200	6,83	6,85	30,25	210,00	0,40	
УЖИН							
Свекла отварная	50	0,70	0,08	3,60	17,90	1,02	№43,сбшк2004
Котлеты рубленные из птицы	60	8,70	8,16	5,40	130,00	0,26	№306Дели2010
Рагу из овощей	102	1,26	7,26	7,49	100,00	5,21	№137Дели2010
соус томатный							№348 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5			7,00	27,00		№393Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	30	1,50	0,30	14,40	66,00	0,00	
Итого:	402,5	12,16	15,80	37,89	340,90	6,49	
ВСЕГО:	1644,5	54,45	52,69	198,74	1482,90	65,54	

2 НЕДЕЛЯ

День 6 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							

Каша пшённая молочная с маслом	150/4	5,50	6,70	24,60	180,00	0,16	№311,сбшк2004
Чай с молоком,сахаром	160/8	2,60	2,00	11,90	76,00	1,20	№394Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Итого:	357	11,60	14,65	49,40	375,60	1,40	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок яблочный	95	0,30	0,30	7,00	32,00	1,90	№399Дели2010
Итого:	95	0,30	0,30	7,00	32,00	1,90	
ОБЕД							
Салат из капусты с яблоками	50	0,60	1,70	3,20	30,00	6,20	№42, сб шк2004
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	150/15/5	6,90	6,00	12,00	130,00	4,20	№35,сб.Пермь
Биточки рубленые из рыбы	70	10,40	4,90	3,50	99,00		ТТК №3
Пюре Картофельное	130	2,80	4,00	17,00	115,00	8,40	№520сбшк2004
Компот из кураги	130	0,30	0,01	18,10	73,50	0,26	№376Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	588	22,90	16,99	72,00	531,10	19,06	
ПОЛДНИК							
Булочка "Веснушка"	40	3,12	3,50	15,00	104,00	0,00	№773сбшк2004
Катык	160	4,35	4,00	5,20	74,00	1,05	№401сбшк2004
Итого:	200	7,47	7,50	20,20	178,00	1,05	
УЖИН							
Фрукты свежие (апельсин)	80	0,32	0,24	3,20	16,00	4,00	№368Дели2010 №160,сб
Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн.	150/20	9,00	9,20	21,00	202,00	0,80	Пермь2001
Чай с сахаром	150			8	32		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	30	1,50	0,30	14,40	66,00	0,00	

Итого:	430	10,82	9,74	46,60	316,00	4,80	
ВСЕГО:	1670	53,09	49,18	195,20	1432,70	28,21	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Суп молочный с вермишелью	150	3,30	3,10	13,90	96,00	0,39	№160,сбшк2004
Кофейный напиток с молоком	170	1	1,2	10	55	0,16	№395Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Итого:	350	6,20	8,70	36,90	250,00	0,55	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок виноградный	95	0,29	0,19	10,49	44,00	1,90	№399Дели2010
Итого:	95	0,29	0,19	10,49	44,00	1,90	
ОБЕД							
Салат из свеклы с сыром	40	0,40	0,06	6,00	27,00	2,70	№ 31Дели принт2010
Суп с крупой, картофелем с рыбными фрикадельками	150/20	5,20	2,00	12,00	87,00	4,20	№138сбшк2004
Рагу овощное с мясом	160/47	11,00	14,10	25,00	270,00	0,33	№224сбшк2004
Кисель	130			13,00	52,00		№648сбшк2004
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	585	20,10	16,74	84,00	567,60	7,23	

ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия (печенье)	17,5	1,10	3,00	16,00	95,00		
Кефир	180/3	3,20	4,50	7,20	82,00	1,12	№401 Дели2010
Итого:	200,5	4,30	7,50	23,20	177,00	1,12	
УЖИН							
Фрукты свежие (груши)	80	0,32	0,24	8,24	36,80	4,00	№368 Дели2010 №11.
Морковь с сахаром	40	0,50	0,03	4,20	19,00	0,77	справ.М2003
Запеканка творожная с соусом	75/20	14,70	14,60	19,20	268,00	2,20	№ 237 Дели 2010
Чай с повидлом	150/20	0,06	0,01	8	32,3		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	405	17,18	15,08	49,44	404,10	6,97	
ВСЕГО:	1635,5	48,07	48,21	204,03	1442,70	17,77	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная с маслом	150/4	4,50	6,10	22,00	161,00	0,16	№311,сбшк2004
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30	0,32	№397Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Итого:	350	10,00	14,25	46,20	353,90	0,52	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок вишневый	95	0,70	0,10	15,50	65,00	7,00	№399Дели2010

Итого:	95	0,70	0,10	15,50	65,00	7,00	
ОБЕД							
Огурцы соленые порционно	40	0,50	0,10	1,90	12,00	12,00	сб1996, стр563
Щи со свежей капустой, картофелем с курицей, со сметаной	150/5/15	4,00	6,40	5,10	94,00	7,30	№124, сбшк2004 №471, сб. шк2004
Фрикадельки мясные	50/25	7,70	7,60	6,40	125,00	0,07	
Макароны отварные	100	3,50	2,80	22,00	127,00		№332, сбшк2004
Компот из свежих плодов (яблоки)	130	0,10	0,10	10,20	41,00	1,20	№372 Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	553	17,70	17,38	63,80	482,60	20,57	
ПОЛДНИК							
Ряженка	160	4,6	4	7	82	0,98	№401 Дели2010
Булочка молочная	40	4,70	1,10	25,00	129,00	0,10	№779, сбшк2004
Итого:	200	9,30	5,10	32,00	211,00	1,08	
УЖИН							
Фрукты свежие (апельсин)	80	0,32	0,24	10,00	43,00	4,00	№368 Дели2010
Салат из свежей капусты	40	0,80	1,80	3,70	34,00	3,73	№ 43, сбшк2004 №293, справ.М.2003
Запеканка картофельная с овощами, соусом	100/20	3,50	6,00	10,90	112,00	0,01	
Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5			7,00	27,00		№393 Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	30	1,50	0,30	14,40	66,00	0,00	
Итого:	430,5	6,12	8,34	46,00	282,00	7,74	
ВСЕГО:	1628,5	43,82	45,17	203,50	1394,50	36,91	

День 9 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Омлет с сыром	125/8	9,00	7,40	3,00	115,00	0,13	№216Дели2010
Чай с молоком,сахаром	180/10	2,60	2,30	14,30	89,00	0,02	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		№1 Дели2010
Итого:	353	13,50	14,10	30,30	303,00	0,15	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок яблочно персиковый	95	0,50	0,10	15,00	62,00	2,00	№399Дели2010
Итого:	95	0,50	0,10	15,00	62,00	2,00	
ОБЕД							
Салат из свеклы с изюмом	40	0,53	1,13	6,13	36,60	0,30	№418, сб диет пит2002
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	150/15/5	3,14	4,80	7,40	85,00	6,10	№135сбшк2004
Гуляш из отварной говядины	40/40	10,00	10,00	3,00	142,00	0,37	№141,сб.диет2002
Каша гречневая вязкая	120	5,70	4,60	22,80	155,50		№297,сбшк2004
Компот из сухофруктов	130	0,30	0,01	18,10	73,50	0,26	№376Дели2010
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	578	21,57	20,92	75,63	576,20	7,03	
ПОЛДНИК							
Катык	150/2	4,35	3,70	7,50	81,00	0,45	№401Дели2010

Пирожок печёный с капустой	50	3,30	3,70	18,30	119,00	0,80	№738сбшк2004
Итого:	202	7,65	7,40	25,80	200,00	1,25	
УЖИН							
Фрукты свежие (нектарин)	80	0,32	0,10	8,84	37,00	8,00	№368 Дели2010
Салат из моркови с яблоками	40	0,30	1,06	6,00	35,30	0,84	№ 49, сбшк2004
Сырники из творога с соусом	70/30	10,00	8,00	15,00	172,00	0,40	№231 Дели2010
Чай с сахаром	150/8			8	32		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	25	2,00	0,25	12,20	59,00	0,00	
Итого:	400	12,62	9,41	50,04	335,30	9,24	
ВСЕГО:	1628	55,84	51,93	196,77	1476,50	19,67	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/4	4,50	5,00	21,00	147,00	0,16	№311сбшк2004
Кофейный напиток с молоком	165	1	1,2	10	55	0,16	№395Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	3,50	5,95	12,90	119,60	0,04	№3Дели2010
Итого:	354,00	9,00	12,15	43,90	321,60	0,36	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок яблочно- малиновый	95	0,29	0,01	10,00	43,00	1,90	№399Дели2010

Итого:	95	0,29	0,01	10,00	43,00	1,90	
ОБЕД							
Салат из свежей капусты	40	0,80	1,80	3,70	34,00	3,73	№ 43,сбшк2004
Суп-лапша домашняя с курицей	150/20	5,49	4,08	8,02	91,00	0,40	№86Дели2010
Котлеты рубленые из рыбы	70	10,00	4,30	0,90	82,00	0,12	№371, сбшк2004
Пюре Картофельное	100	2,00	3,00	14,00	90,80	6,95	№520,сбшк2004
Кисель	130			13,00	52,00		№648сбшк2004
Хлеб сельский	38	1,9	0,38	18,2	83,6		
Итого:	548	20,19	13,56	57,82	433,40	11,20	
ПОЛДНИК							
Кефир	180	3,2	4,5	7,2	82	1,12	№401Дели2010
Фрукты свежие (банан)	80	0,20	0,01	16,50	65,00	8,00	№368 Дели2010
Кондитерские изделия (мармелад)	15	5,90	1,60	5,40	59,20		
Итого:	275	9,30	6,11	29,10	206,20	9,12	
УЖИН							
Свекла отварная	50	0,70	0,08	3,60	17,90	1,02	сб1996, стр564
Котлеты "Аппетитные"	60	10,40	10,10	16,50	198,00		ТТК актк.к.п.2014 №215,
Рагу овощное	150	2,70	7,50	12,80	130,00	10,50	сбшк1996(2вар)
Чай с сахаром	150/8			8	32		№392Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,60	0,20	9,80	48,00	0,00	
Итого:	430	15,40	17,88	50,70	425,90	11,52	
ВСЕГО:	1702	54,18	49,71	191,52	1430,10	34,10	
ИТОГО за 10 дней	16556	503,93	487,84	1976,57	14295,10	484,71	
ИТОГО за 1 день:		50,39	48,78	197,66	1429,51	48,47	

201,572 439,06 790,628 1431,256

Примечание:

14,08 30,68 55,24 100,00

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ 12 часов (95%)

2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)

3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические

1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.

1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания
Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.

1.4. Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003

1.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (расход предусмотрен на мясо потушное);

сельскохозяйственная птица охлажденная-бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно при массе брутто 54г- массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с1.09-31.10(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны до 1.01 (20% отходы)

огурцы и помидоры свежие парниковые

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой

сметана с массовой долей жира 15%

кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%