

	Хлеб пшеничный		6,20	6,20							
	яйцо		4,80	4,00							
	молоко		9,00	9,00							
	масло сливочное		1,70	1,70							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	Масло растительное		0,80	0,80							
	масса пудинга			45,00							
	Соус молочный										
	молоко		7,50	7,50							
	масло сливочное		0,80	0,80							
	Мука пшеничная		0,80	0,80							
	Вода		7,50	7,50							
	Сахар		0,15	0,15							
	соль иодированная		0,09	0,09							
	масса соуса			15,00							
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016	
	Картофель		136,80	102,60							
	Молоко		18,96	18,00							
	Масло сливочное		4,20	4,20							
	соль иодированная		0,45	0,45							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Чай с сахаром		150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410, 411 Дели 2016	
	чай весовой		0,40	0,40							
	Сахар		5,00	5,00							
	Вода		150,00	150,00							
Фрукты свежие (яблоки, или анисовый, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016	
Итого:		465			14,18	7,43	50,33	327,32	24,88		
ВСЕГО:		1546			52,17	38,99	209,63	1415,15	36,35		

День 2-ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
	Крупа полбяная		18,00	18,00						
	Молоко		70,00	70,00						
	вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2,00	2,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,35	13,67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из фасоли и кукурузы к/с, с соевыми огурцами и гренками		30			1,33	2,02	8,13	55,05	1,73	ТТК 866 от 2901.2021
	фасоль к/с		27,00	13,50						
	кукуруза к/с		8,35	5,00						
	огурцы соевые		9,10	5,00						
	хлеб ржаной		9,40	7,90						
	масса подсушенных гренок			5,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15,00	12,00						
	картофель		15,96	12,00						
	морковь		9,38	7,50						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	свекла		30,72	24,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	сахар		0,15	0,15						
	томатная паста		1,50	1,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	бульон		120,00	120,00						
	сметана		5,00	5,00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной	Говядина (ломатка б/к)	150	48	48	14,09	15,73	14,42	256,52	5,88	Акт проработки от 25.12.2022

	соль йодированная		0,3	0,3							
	масса отварной говядины			30							
	Картофель		133	100							
	томатная паста		4	4							
	Лук репчатый		18	15							
	Огурцы соленые		36,4	20							
	Бульон мясной		30	30							
	Масло растительное		8	8							
	Масса овощей			120							
Компот из свежих яблок	яблоки свежие	150	28,50	25,00	0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017	
	сахар		5,00	5,00							
	вода		152,00	152,00							
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
Итого:		545			21,56	22,19	76,34	595,81	16,89		
УЩЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Сырники из творога с повидлом	творог	100/30	102,00	100,00	18,90	14,54	31,68	329,00	0,46	№245 СБ дошк 2016	
	мука пшеничная в/с		12,00	12,00							
	яйцо		4,80	4,00							
	сахар		5,00	5,00							
	соль йодированная		0,50	0,50							
	масса полуфабриката			114,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
Компот из свежих яблок	масса готовых сырников	150		100,00	0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	№342 сб шк 2017	
	повидло	150/5/5	30,60	30,00	0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016	
Чай с сахаром и лимоном	чай весовой		0,40	0,40							
	Сахар		5,00	5,00							
	лимон		5,55	5,00							
	Вода		150,00	150,00							
Сок в вид упаковки		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016	
Итого:		415			19,63	14,56	49,48	403,78	5,20		
ВСЕГО:		1469			54,88	54,17	178,87	1426,87	24,64		

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	доп. во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10,00	10,00						
	Крупа пшеничная		7,50	7,50						
	Молоко		75,00	75,00						
	Вода		48,00	48,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром	чай весовой	180/6	0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Батон нарезной	25/5/5	25,00	25,00	2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,78	13,01	46,78	346,99	2,05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		170			5,10	9,85	18,80	184,50	0,45	
ОБЕД										
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	картофель	40	29,79	22,40	0,78	2,09	3,91	37,68	6,26	№26, сб дошк 2016
	морковь		7,50	6,00						
	зеленый горошек к/с		10,02	6,00						
	масло сливочное		4,80	4,00						
	лук репчатый		2,00	2,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной	Картофель	150/6	66,50	50,00	1,37	3,95	7,40	74,07	5,05	№82 сб дошк 2016
	Крупа перловая		6,00	6,00						
	Морковь		7,50	6,00						

	Лук репчатый		3,57	3,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	огурцы соленые		18,20	10,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		114,00	114,00						
	Сметана		6,00	6,00						
Блиочки "Домашние"		50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		60,68	39,40						
	морковь		41,37	39,40						
	Лук репчатый		11,85	9,40						
	Масло растительное		14,40	12,00						
	масса припущенного лука		1,00	1,00						
	соль йодированная			6,00						
	яйцо		0,40	0,40						
	Мука пшеничная		0,60	0,50						
	масса полуфабриката		3,75	3,75						
	масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб вк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	Вода питьевая		231,00	231,00						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Кисель		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		563			17,90	17,26	78,60	537,95	12,19	
Омлет натуральный	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Пирожок печеный с повидлом		50			2,92	3,13	28,98	155,83	0,03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		25,00	25,00						
	Мука пшеничная в/с		1,20	1,20						
	Масло сливочное		1,13	1,13						
	Сахарный песок		1,33	1,33						
	Яйцо куриное		1,60	1,33						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	Повидло		16,80	16,70						
	Масло растительное		0,17	0,17						
	Яйцо куриное		1,20	1,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
(яблоки для диетских, или банан для маняри)										
Итого:		460			18,21	25,26	56,64	529,76	74,88	
ВСЕГО:		1552			50,99	65,37	200,82	1599,21	89,57	

День 4 - ый										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол-во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	Крупа ячневая		17,50	17,50						
	Молоко		70,00	70,00						
	Вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						

	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	2 - ой ЗАВТРАК	359			9,47	11,57	46,52	344,55	1,17	
Кисломолочный напиток (казык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	152,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
	ОБЕД									
Салат из припущенной моркови с яблоками		40			0,43	0,07	3,45	16,16	2,5	№39, сб дошк 2016
	морковь		41,25	33,00						
	яблоки		9,12	8,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	сахарный песок		0,80	0,80						
Суп крестьянский с пшениной крутой на бульоне из индейки		150			0,89	2,95	3,65	45,75	5,93	№86 сб дошк 2016
	капуста свежая		22,50	18,00						
	картофель		19,95	15,00						
	крупа пшениная		3,00	3,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		120,00	120,00						
Индейка тушеная с овощами по- татаоски		30/30			10,03	8,30	17,97	101,63	16,41	ТТК №753 от 20.08.2022
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		42,00	42,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса отварного филе индейки			30,00						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		12,50	12,00						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	бульон		10,00	10,00						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		52,40	52,40						
	вода питьевая		78,10	78,10						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Деши +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Деши +, 2012
Итого:		567			21,98	15,05	91,75	506,74	24,84	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№251 сб дошк 2016
	Масло сливочное		2,20	10,20						
	Творог		108,20	101,20						
	крупа манная		6,60	6,60						
	Яйцо		5,28	4,40						
	Сахар		8,80	8,80						
	Сметана		4,40	4,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Деши 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Булочка сладкая		35			2,95	3,36	14,64	123,90		Сборник документов/Метод. пособие и рекомендации для школ и учреждений системы СПО
	мука пшеничная		21,70	21,70						
	мука пшеничная		0,70	0,70						
	дрожжи сухие		0,28	0,28						
	соль иодированная		0,28	0,28						
	сахар		0,70	0,70						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	яйцо		2,10	1,75						
	молоко		8,75	8,75						
	масса теста			35,00						
	сахар		3,50	3,50						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	масса пф			40,25						
	яйцо куриное		0,60	0,50						
	масло растительное		0,10	0,10						
Сок 2 вида упаковки		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Деши 2016

Итого:	520			24,74	20,36	69,35	582,18	4,51	
ВСЕГО:	1596			60,53	50,72	213,92	1509,47	30,97	

День 5 - пн

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол-во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТТК №4Д
	Крупа манная		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с сахаром и лимоном		170/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		170,00	170,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		358			6,87	10,31	40,71	286,71	3,13	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Кондитерское изделие	бушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Итого:		170			6,53	4,01	20,06	142,20	0,45	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 сб дошк 2016
	свекла		48,64	38,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с гренками		150/10			4,54	3,32	17,53	125,77	3,50	№87 СБ дошк. 2016
	картофель		39,90	30,00						
	горох		12,24	12,00						
	морковь		9,37	7,50						
	лук репчатый		7,20	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	бульон		105,00	105,00						
	гренки :			10,00						
	хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		50/2			8,69	6,20	8,09	123,20	0,45	№322, сб дошк 2016
	цыпленка-бройлера потр с/м		58,50	38,00						
	мяс фарш куриный		39,90	38,00						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	вода питьевая		13,00	13,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			60,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масло сливочное		2	2						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль йодированная		0,45	0,45						
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
	яблоки свежие		22,80	20,00						
	апельсин		7,50	5,00						
	лимон		5,55	5,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		587			20,96	16,57	80,89	567,17	27,31	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Тефтели рыбные в сметанно-томатном соусе		40/20			5,48	1,32	5,02	54,02	0,98	ТТК 1230 по АП от 17.02.2026
	минтай ПБГ с/м		36,00	26,00						
	или фарш рыбный		27,30	26,00						

	хлеб пшеничный		6,00	6,00								
	вода питьевая		8,00	8,00								
	лук репчатый		9,60	8,00								
	масло растительное		0,80	0,80								
	масса припущенного лука			6,00								
	мука пшеничная в/с		2,70	2,70								
	соль йодированная		0,40	0,40								
	масса полуфабриката тефтелей			48,00								
	масло растительное	1,50	1,50	1,50								
	масса готовых тефтелей			40,00								
	сметанно-томатный соус:			20,00								
	сметана	5,00	5,00	5,00								
	мука пшеничная в/с	1,50	1,50	1,50								
	вода питьевая	15,00	15,00	15,00								
	томатная паста	1,00	1,00	1,00								
	соль йодированная	0,16	0,16	0,16								
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2,65	1,77	25,86	134,03				№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		39,60	39,60								
	соль йодированная		0,50	0,50								
	Вода питьевая		240,00	240,00								
	Масло сливочное		2,00	2,00								
Чай без сахара, с мармеладом		170/10			0,07	0,02	11,93	48,15	0,02			ТТК
	чай весовой		0,40	0,40								
	вода питьевая		170,00	170,00								
	мармелад		15,00	15,00								
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00			табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00			№386 СБ дошк. 2016
Итого:		477			10,50	3,70	64,90	341,95	11,00			
ВСЕГО:		1592			44,87	34,59	206,56	1338,03	41,89			

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным	ЗАВТРАК крупа гречневая	140/3	28,00	28,00	6,33	6,19	24,57	180,10	1,15	№183, сб шк 2017
	сахар		3,00	3,00						
	молоко		98,00	98,00						
	вода питьевая		21,00	21,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			11,28	12,94	47,97	354,36	2,53	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	2 - ой ЗАВТРАК кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
Салат из кукурузы к/с	ОБЕД кукуруза к/с	30	46,60	27,90	0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	сахар		0,60	0,60						
	Масло растительное		1,80	1,80						
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
	Капуста свежая		15,00	12,00						
	Картофель		15,96	12,00						
	Морковь		9,38	7,50						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Свекла		30,72	24,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
	Сахар		0,15	0,15						
	Томатная паста		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Бульон		120,00	120,00						
	Сметана		5,00	5,00						
Гуляш из отварной говядины		30/30			8,73	10,07	1,73	132,60	0,56	№293 сб рецептов 2017
	говядина лопатка б/к		48,00	48,00						

	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	морковь		13,13	10,50						
	лук репчатый		6,36	5,30						
	вода питьевая		22,50	22,50						
	томатная паста		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,15	0,15						
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
	Вода питьевая		231,00	231,00						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016
	Соль йодированная		0,45	0,45						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	сухофрукты		12,75	12,50						
	Сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели
Итого:		542			18,27	20,87	58,14	498,66	10,32	
Омлет натуральный	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
	яйло		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоками		150/5/10			0,09	0,06	5,99	24,70	1,02	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	яблоки свежие		11,40	10,00						
	Вода		150,00	150,00						
Булочка дорожная		35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		21,35	21,00						
	мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
	Сахар		4,20	4,20						
	Масло сливочное		4,55	4,55						
	соль йодированная		0,21	0,21						
	дрожжи сухие		0,14	0,14						
	вода		10,70	10,70						
	масса полуфабриката для крошки:			39,90						
	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						
Сок в инд упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		480			17,43	26,68	51,45	514,18	3,77	
ВСЕГО:		1531			51,33	64,24	163,87	1443,20	17,07	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	Мука ячневая		19,50	17,50						
	Молоко		70,00	70,00						
	Вода		53,00	53,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Сыр		5,10	5,00						

Масло сливочное		5,00	5,00							
Итого:		364			5,38	8,10	23,27	190,25	1,24	
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое		150			4,58	4,08	7,58	85,00	2,05	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко		158,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье (или крекер)	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		170			6,08	6,04	22,46	168,40	2,05	
ОБЕД										
Салат из квашеной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
	капуста квашеная		34,30	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	сахар		1,50	1,50						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		10,5	10,5						
	мука пшеничная на подпыл		0,72	0,72						
	Яйцо		3,6	3						
	вода		2,1	2,1						
	соль иодированная		0,3	0,3						
	Масса подсушенной лапши			12						
	Морковь		7,50	6,0						
	Лук репчатый		7,14	6,0						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		143	143,00						
	соль иодированная		0,6	0,6						
Птица, тушенная в соусе с овощами		150			13,34	10,37	12,90	198,00	24,36	№319,372 Сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		73	69,0						
	масса отварной мякоти птицы			30,0						
	соус сметанный :									№372 Сб дошк 2016
	Вода или отвар		15,0	15,0						
	сметана		5,0	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	Картофель		87,2	65,6						
	морковь		32,0	25,6						
	Лук репчатый		17,6	14,4						
	масло растительное		1,2	1,20						
	соль иодированная		0,6	0,6						
	масса овощей с соусом			120,0						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28,50	24,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		153,00	153,00						
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели
Итого:		515			17,82	15,74	57,17	448,34	31,29	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Плов с сухофруктами		130			3,59	8,83	37,44	245,70	0,73	№195 СБ шк 2017
	крупа рисовая		34,00	34,00						
	вода питьевая		71,50	71,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	масло сливочное		6,50	6,50						
	курага		8,67	8,50						
	морковь		16,25	13,00						
	изюм		8,67	8,50						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№299 сб дошк 2016
	шиповник		15,30	15,00						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
	(яблоки или апельсин, или банан или манго)									
Итого:		405			6,02	9,60	62,65	365,85	85,73	
ВСЕГО:		1454			35,30	39,47	165,55	1172,84	120,31	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК									
		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
Какао с молоком	Соль иодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
	Какао-порошок	180/6	2,00	2,00	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		110,00	110,00						
	Вода		80,00	80,00						

Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25,00	25,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	359			11,38	13,82	50,08	374,94	2,10	
Кисломолочный напиток с (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	2 - ой ЗАВТРАК 150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
кисломолочный напиток		155,00	150,00						
сахар		2,00	2,00						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
Салат из притушенной моркови с яблоками	ОБЕД 40			0,43	0,07	3,45	16,16	2,5	№39, сб дошк 2016
морковь		41,25	33,00						
яблоки		9,12	8,00						
масло растительное		2,00	2,00						
сахарный песок		0,80	0,80						
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5			3,18	4,89	5,00	81,56	9,54	№73, сб дошк 2016
капуста свежая		37,50	30,00						
картофель		23,94	18,00						
морковь		7,50	6,00						
лук репчатый		7,14	6,00						
масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
вода питьевая		120,00	120,00						
говядина (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
лук репчатый		1,19	1,00						
яйцо		0,96	0,80						
вода для фарша		1,00	1,00						
соль иодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
сметана		5,00	5,00						
Тефтели мясные в томатном соусе	45/15			5,39	5,32	6,26	94,39	0,40	СБ дошк ольн. №303, 366, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		29,93	28,50						
или фарш говяжий		29,93	28,50						
лук репчатый		18,00	15,00						
масло растительное		1,50	1,50						
масса пассерованного лука			7,50						
хлеб пшеничный		6,00	6,00						
вода питьевая		9,00	9,00						
соль иодированная		0,45	0,45						
Мука пшеничная в/с		3,00	3,00						
масса полуфабриката			54,00						
масло растительное		1,50	1,50						
масса готовых тефтелей			45,00						
соус томатный:									
вода питьевая		15,00	15,00						
масло сливочное		0,68	0,68						
мука пшеничная в/с		0,68	0,68						
морковь		1,13	0,90						
лук репчатый		0,54	0,45						
томатная паста		0,95	0,95						
масло растительное		0,20	0,20						
соль иодированная		0,15	0,15						
сахар		0,15	0,15						
масса готового соуса			15,00						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2			6,45	3,13	29,16	170,14	0,00	№179 сб дошк 2016
гречневая крупа		52,40	52,40						
вода питьевая		78,10	78,10						
соль иодированная		0,30	0,30						
масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
урюк		15,30	15,00						
масса отварных сухофруктов			24,00						
вода питьевая		152,00	152,00						
сахар		5,00	5,00						
Хлеб пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		
Итого:	582			19,63	14,01	81,38	535,31	12,44	
Пудинг творожный с повидлом	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 110/20			16,73	11,84	39,76	330,50	0,21	№249 СБ дошк 2016
Творог		94,82	93,50						
Манная крупа		8,80	8,80						
Яйцо		5,28	4,40						
Сахарный песок		8,80	8,80						

	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	Сухари панировочные		4,40	4,40						
	Сметана		4,40	4,40						
	повидло		20,40	20,00						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410, 411 Дели
	чай весовой		0,40	0,40						
	Сахар		5,00	5,00						
	Вода		150,00	150,00						
Шансжака наливная с яйцом		50			4,55	2,00	22,35	119,90		ТК 1320, сборник рецептов, 1998
	мука пшеничная		25,00	25,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,20	1,20						
	сахарный песок		1,50	1,50						
	Масло сливочное		1,20	1,20						
	яйцо		1,56	1,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	Вода		10,00	10,00						
	масса теста			39,00						
	яйцо		14,40	12,00						
	сметана		5,00	5,00						
	масло растительное		0,10	0,10						
	сахарный песок		0,40	0,40						
Сок в вид упаковки		200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:		535			22,33	13,86	87,33	555,28	4,23	
ВСЕГО:		1628			57,69	45,44	226,79	1548,53	19,82	

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом сливочным		140/3			4,24	4,60	22,61	149,26	0,82	ТК №4Д
	Крупа манная		18,00	18,00						
	Молоко		123,00	123,00						
	Сахар		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25,00	25,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		359			9,19	11,35	46,01	323,52	2,20	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
	ОБЕД									
Винегрет овощной		40			0,56	4,02	2,92	50,04		№46 сб дошк 2016
	картофель		13,76	10,00						
	свекла		10,20	8,00						
	морковь		7,56	6,00						
	капуста квашенная		11,50	8,00						
	лук репчатый		7,16	6,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп картофельный с пшенной крупой, с мясом индейки		150/10			3,72	3,74	7,30	80,85	5,26	№86 сб дошк 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		14,00	14,00						
	масса отварного филе индейки			10,00						
	крупка пшенная		9,00	9,00						
	картофель		60,00	45,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	соль йодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105,00	105,00						
Котлеты рубленные из индейки		50			8,35	9,68	8,23	154,00	0,09	Сб дошк ошн. №322, 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		37,00	37,00						
	Хлеб пшеничный		10,00	10,00						

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	Вода	13,00	13,00	4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017			
	соль иодированная	0,50	0,50									
	сухари панировочные	3,50	3,50									
	масса полуфабриката	1,50	1,50									
Кисель	макаронные изделия	38,50	38,50	0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК			
	Вода питьевая	231,00	231,00									
	Соль йодированная	0,45	0,45									
	Масло сливочное	2,00	2,00									
Хлеб ржаной	Кисель-концентрат	17,50	17,50	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели			
	Сахар	5,00	5,00									
	вода	150,00	150,00									
		35	35,00									
Итого:		549				19,45	22,70	65,22	553,55	6,18		
Котлеты рыбные с маслом сливочным	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	50/2		6,43	4,86	5,61	85,83	0,33	№234 сб шк 2017			
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22							33,00		
	соль иодированная		0,50							0,50		
	хлеб пшеничный		9,00							9,00		
Пюре картофельное	молоко	13,00	13,00	2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016			
	сухари панировочные	5,00	5,00									
	масса полуфабриката	58,00										
	масло растительное	2,00	2,00									
Кисель	масло сливочное	2,00	2,00	150	0,45	0,45	0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
	Картофель	136,80	102,60									
	Молоко	18,96	18,00									
Хлеб пшеничный	Масло сливочное	4,20	4,20	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
	соль иодированная	0,45	0,45									
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5		0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016			
	чай весовой	0,40	0,40									
	сахар	5,00	5,00									
	лимон	5,55	5,00									
Фрукты свежие	вода	150,00	150,00	100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
	фрукты свежие	100,00	100,00									
	(яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)											
Итого:		452				11,40	9,08	45,08	307,41	77,10		
ВСЕГО:		1 510				44,39	46,88	162,61	1260,48	85,93		

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
	Крупа пшеничная		18,00	18,00						
	Молоко		70,00	70,00						
	Вода		53,00	53,00						
Чай с сахаром, с яблоком	Сахар	2,00	2,00	170/6/10	0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	соль иодированная	0,40	0,40							
	Масло сливочное	3,00	3,00							
	чай весовой	0,45	0,45							
Бутерброд с маслом сливочным	Сахар	6,00	6,00	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
	яблоки	11,40	10,00							
	Вода	170,00	170,00							
	Батон нарезной	25,00	25,00							
	Масло сливочное	5,00	5,00							
Итого:		359			8,05	9,26	50,88	319,16	1,70	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	2 - ой ЗАВТРАК	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		170			5,10	9,85	18,80	184,50	0,45	
Салат из зеленого горошка к/с	ОБЕД	30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 СБ дошк 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками	масло растительное	1,50	1,50	150/10	2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сб дошк 2016
	крупя рисовая	5,00	5,00							

	картофель		60,00	45,00							
	морковь		7,50	6,00							
	лук репчатый		7,14	6,00							
	масло растительное		1,50	1,50							
	томатная паста		1,80	1,80							
	соль иодированная		0,5	0,5							
	бульон или вода		105,00	105,00							
	цыплята-бройлеры потр. с/м		17,56	11,40							
	или фарш куриный		11,97	11,40							
	лук репчатый		1,19	1,00							
	яйцо		0,96	0,80							
	вода для фарша		1,00	1,00							
	соль иодированная		0,10	0,10							
	масса полуфабриката			14,30							
	масса готовых фрикаделек			10,00							
Капуста тушеная с мясом		150			7,18	9,00	13,39	169,20	20,50		ТТК №647 от 24.08.2022
	капуста свежая		138,00	110,00							
	вода питьевая		24,00	24,00							
	масса тушеной капусты			100,00							
	лук репчатый		10,80	9,00							
	масло растительное		1,00	1,00							
	масса пассерованного лука			4,50							
	говядина (котлетное мясо б/к)		39,50	37,50							
	или фарш говяжий		39,50	37,50							
	масса готового фарша			30,00							
	мука пшеничная в/с		3,00	3,00							
	масса соуса:			15,00							
	вода питьевая		15,00	15,00							
	масло сливочное		0,70	0,70							
	мука пшеничная в/с		0,70	0,70							
	морковь		1,25	1,00							
	лук репчатый		0,36	0,30							
	томатная паста		0,90	0,90							
	масло растительное		0,20	0,20							
	соль иодированная		0,15	0,15							
	сахар		0,15	0,15							
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16		ТТК
	яблоки свежие		22,80	20,00							
	апельсин		7,50	5,00							
	лимон		5,55	5,00							
	Вода		152,00	152,00							
	сахар		5,00	5,00							
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23			табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		525			13,15	13,95	44,62	368,05	31,82		
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Йогурт в инд стаканчике		150	150,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,66	0,45		ТТК
Омлет натуральный с сыром		130			9,67	11,37	22,22	250,46	0,30		№229, сб дошк 2016
	яйно		102	85							
	молоко		51	51							
	сыр		13,26	13							
	масло сливочное		2,6	2,6							
	соль иодированная		0,3	0,3							
	масса готового омлета			130							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00		табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5	9,20	9,20	0,50	0,21	5,57	26,15	75,00		№399 сб дошк 2016
	масло растительное		15,30	15,00							
	шиповник		5,00	5,00							
	сахар		150,00	150,00							
	вода										
Соф в инд упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50		№418 Дели 2016
Итого:		580			16,67	15,49	56,56	453,27	78,25		
ВСЕГО:		1634			42,96	48,54	170,85	1324,98	112,22		
ИТОГО за 10 дней		15512			495,10	488,41	1899,47	14038,76	578,77		
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1551			49,51	48,84	189,95	1403,88	57,88		

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ

2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, в рецептах допускается замена на равноценные продукты.

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

1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных

учреждениях, Тутельян В.А., Могильный И.П. Москва Дели принт 2010г.

1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных

школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.

1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания

Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.

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

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

1.6. Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных

организациях, Тутельян В.А., Могильный И.П. Москва Дели плюс 2016г.

3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории улитанности ;

сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы

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

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)

масло сливочное с массовой долей жира 72,5%

огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой

Сметана с массовой долей жира 15%

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