



Утверждаю  
 Директор ФУДСОЦСЕРВИС  
 Харламова Э.Р.

Согласовано  
 Руководитель дошкольной образовательной  
 организации

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

День 1 - вын

Наименование блюд и * ингредиентов продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
	крупка геркулесовая		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						
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						
<b>Итого:</b>		<b>364</b>			<b>11,17</b>	<b>14,38</b>	<b>49,56</b>	<b>375,91</b>	<b>1,91</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из кукурузы к/с		30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		46,60	27,90						
	сахар		0,60	0,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной		150/10/6			3,71	5,81	7,44	100,27	5,29	№82 сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры потр с/м		24,30	23,40						
	масса готовой мякоти птицы			10,00						
	Картофель		66,50	50,00						
	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						
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами		40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	№275,366 Сб дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ) или фарш рыбный		41,10	30,0						
	хлеб пшеничный		31,50	30,0						
	вода питьевая		4,00	4,00						
	Лук репчатый		6,50	6,50						
	масло растительное		9,00	7,50						
	масса припущенного лука		0,60	0,60						
	яйцо куриное			3,75						
	соль йодированная		0,72	0,60						
	сухари панировочные		0,35	0,35						
	Масса полуфабриката		4,00	4,00						
	Масло растительное			47,2						
	масса готовых котлет		1,00	1,00						
				<b>40,0</b>						
соус томатный с овощами				<b>20,0</b>						
	лук репчатый		2,4	2,00						
	морковь		5,0	4,00						
	масло растительное		0,6	0,60						
	бульон или вода		20,0	20,0						
	Масло сливочное		0,9	0,9						
	мука пшеничная		0,9	0,9						
	морковь		1,5	1,2						
	лук репчатый		0,72	0,6						
	томатная паста		1,2	1,2						
	Масло сливочное		0,3	0,3						
	сахар		0,2	0,2						
	соль йодированная		0,2	0,2						



	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						
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						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
	сухофрукты		12,75	12,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>547</b>			<b>20,06</b>	<b>17,37</b>	<b>69,23</b>	<b>518,07</b>	<b>9,36</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Суп молочный с клецками		180			4,28	5,04	9,32	99,72	0,82	№105,128 Сб дошк 2016
	молоко		126,00	126,00						
	вода питьевая		63,00	63,00						
	масло сливочное		1,80	1,80						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	клецки:			22,50						
	мука пшеничная в/с		7,00	7,00						
	масло сливочное		0,80	0,80						
	яйцо куриное		2,40	2,00						
	вода питьевая		10,80	10,80						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	масса теста			20,30						
	масса готовых клецек			22,50						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,85	47,05	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
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						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 5 стр 100, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>460</b>			<b>7,40</b>	<b>5,72</b>	<b>45,35</b>	<b>264,55</b>	<b>13,06</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1491</b>			<b>37,43</b>	<b>36,76</b>	<b>173,95</b>	<b>1186,90</b>	<b>27,02</b>	

### День 3 - ий

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	<b>ЗАВТРАК</b>	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		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	Вода		90,00	90,00						
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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>9,78</b>	<b>13,01</b>	<b>46,78</b>	<b>346,99</b>	<b>2,05</b>	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>170</b>			<b>5,85</b>	<b>5,71</b>	<b>21,18</b>	<b>159,40</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свеклы с яблоками		40			0,44	3,10	2,07	30,68	2,58	№36 дошк. 2016
	свекла		41,00	32,00						

	яблоки свежие		8,00	7,00							
	масло растительное		2,00	2,00							
Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с гречками		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 иодированная		0,50	0,50							
	бульон		105,00	105,00							
	гречки :			10,00							
	хлеб пшеничный		18,75	15,75							
Птица тушеная с овощами по-татарски		30/30			7,72	9,04	3,92	128,16	1,97	ТТК №753 от 20.08.2022	
	цыплята-бройлеры потр с/м		72,90	69,00							
	соль иодированная		0,30	0,30							
	масса отварной мякоти			30,00							
	лук репчатый		26,40	22,00							
	морковь		12,50	12,00							
	масло сливочное		2,50	2,50							
	бульон		10,00	10,00							
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							
	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 ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +. 2012	
<b>Итого:</b>		<b>552</b>			<b>19,18</b>	<b>20,66</b>	<b>68,31</b>	<b>543,38</b>	<b>8,88</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>											
Ватрушка с творогом		75			9,87	11,14	43,04	310,72		№410,466 сб шк 2017	
	мука пшеничная в/с		39,75	39,75							
	яйцо куриное		2,52	2,10							
	масло сливочное		1,80	1,80							
	вода питьевая		16,00	16,00							
	сахар		2,10	2,10							
	дрожжи сухие		0,30	0,30							
	соль		0,60	0,60							
	мука пшеничная в/с		1,80	1,80							
	творог		30,00	29,25							
	яйцо куриное		1,62	1,35							
	сахар		1,65	1,65							
	мука пшеничная в/с		1,35	1,35							
	яйцо куриное		1,80	1,50							
	масло растительное		0,30	0,30							
	масло растительное		0,30	0,30							
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк	
	шиповник		15,30	15,00							
	сахар		5,00	5,00							
	вода		150,00	150,00							
<b>Итого:</b>		<b>230</b>			<b>10,38</b>	<b>11,35</b>	<b>48,61</b>	<b>336,87</b>	<b>36,60</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1311</b>			<b>45,20</b>	<b>50,73</b>	<b>184,88</b>	<b>1386,64</b>	<b>47,98</b>		

**День 4 - ый**

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецепту
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	<b>ЗАВТРАК</b>	140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
	крупя ячневая		17,50	17,50						
	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						
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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>9,47</b>	<b>11,57</b>	<b>46,52</b>	<b>344,55</b>	<b>1,17</b>	

2 - ой ЗАВТРАК		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Сок в индивидуальной упаковке		125			0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из квашенной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
	капуста квашенная		34,30	24,00						
	лук репчатый		3,60	3,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	сахар		1,50	1,50						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины		150/10			3,99	2,00	7,32	66,28	5,00	№86 сб дошк 2016
	говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
	масса отварной говядины			10,00						
	крупка пшеничная		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 рыбные		50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		45,22	33,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	молоко		13,00	13,00						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			58,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Пюре картофельное с маслом сливочным		120/3			2,47	6,01	16,39	129,60	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						
	масло сливочное		3,00	3,00						
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 ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>553</b>			<b>15,71</b>	<b>13,30</b>	<b>57,53</b>	<b>410,39</b>	<b>25,81</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Вак балиш с рисом и мясом		75			5,85	8,63	23,85	195,53		Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий татарской кухни
	мука пшеничная в/с		24,80	24,80						
	мука пшеничная в/с		0,80	0,80						
	яйцо куриное		2,52	2,10						
	масло сливочное		2,10	2,10						
	сахарный песок		0,80	0,80						
	молоко		10,00	10,00						
	дрожжи сухие		0,24	0,24						
	соль йодированная		0,32	0,32						
	масса теста			40,00						
	говядина (котлетное мясо б/к)		19,70	18,75						
	или фарш говяжий		19,70	18,75						
	крупка рисовая		4,80	4,80						
	масса сваренного риса до полуготовности			12,00						
	лук репчатый		6,24	5,20						
	масло сливочное		6,00	6,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	выход фарша			40,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	масло сливочное		0,80	0,80						
	масло растительное		0,20	0,20						
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 апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
<b>Итого:</b>		<b>330</b>			<b>6,31</b>	<b>9,05</b>	<b>38,66</b>	<b>262,48</b>	<b>10,03</b>	

ВСЕГО:	1367			32,11	33,91	155,33	1070,42	39,51	
--------	------	--	--	-------	-------	--------	---------	-------	--

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>										
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 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						
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						
<b>Итого:</b>		<b>358</b>			<b>6,84</b>	<b>10,31</b>	<b>47,46</b>	<b>313,08</b>	<b>0,91</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из зеленого горошка к/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 Сб дошк. 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками		150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,00	№88,129 сб дошк 2016
	картофель		60,00	45,00						
	вермишель		6,00	6,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	бульон		105,00	105,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	фрикадельки мясные: говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
	или фарш говяжий		11,97	11,40						
	лук репчатый		1,19	1,00						
	яйцо куриное		0,96	0,80						
	вода питьевая		1,00	1,00						
	соль йодированная		0,10	0,10						
	масса полуфабриката фрикаделек			14,30						
	масса готовых фрикаделек			10,00						
Тефтели мясные с геркулесом		50			6,42	6,12	14,25	88,66	0,04	ТТК №758 от 23.11.23
	говядина (котлетное мясо б/к)		19,95	19,00						
	или фарш говяжий		19,95	19,00						
	цыплята-бройлеры потр с/м		29,26	19,00						
	вода питьевая		5,00	5,00						
	крупа геркулесовая		5,50	5,50						
	масса набухшей крупы			11,00						
	лук репчатый		18,00	15,00						
	масло растительное		1,50	1,50						
	масса припущенного лука			11,00						
	соль йодированная		0,15	0,15						
	масса полуфабриката			60,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	2016
	картофель		53,20	40,00						
	морковь		24,00	19,20						
	масса запеченной моркови			18,00						
	лук репчатый		20,40	16,80						
	масса припущенного лука			13,20						
	капуста свежая		32,75	26,20						
	масса припущенной капусты			24,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	масло растительное		4,00	4,00						

	соус:								№366, сб дошк 2016	
	вода		35,00	35,00						
	масло сливочное		1,58	1,58						
	мука пшеничная		1,58	1,58						
	морковь		2,63	2,10						
	лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
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		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,39	35,29	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>555</b>			<b>16,23</b>	<b>23,67</b>	<b>63,20</b>	<b>494,11</b>	<b>25,50</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>									
Омлет натуральный		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		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
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						
	вода		150,00	150,00						
Сок в инд.упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
<b>Итого:</b>		<b>435</b>			<b>14,33</b>	<b>21,70</b>	<b>29,93</b>	<b>372,81</b>	<b>4,99</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1498</b>			<b>41,75</b>	<b>59,43</b>	<b>146,89</b>	<b>1256,00</b>	<b>31,85</b>	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
	<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			3,83	2,34	19,46	117,34	0,00	ТТК №6Д
	крупка пшено		17,70	17,70						
	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						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>8,78</b>	<b>9,09</b>	<b>42,86</b>	<b>291,60</b>	<b>1,38</b>	
	<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>									
Сок в инд.упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
	<b>ОБЕД</b>									
Салат из кукурузы к/с		30			0,86	1,85	2,41	29,79	2,79	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		46,60	27,90						
	сахар		0,60	0,60						
	масло растительное		1,80	1,80						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином 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							
Плов из отварной птицы		150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321, сб дошк 2016	
	цыплята-бройлеры с/м		58,50	55,20							
	масса отварной птицы			24,00							
	масло сливочное		5,00	5,00							
	Лук репчатый		8,93	7,50							
	Морковь		12,50	10,00							
	Крупа рисовая		32,00	32,00							
	вода		65,00	65,00							
	соль иодированная		0,50	0,50							
	масса гарнира			126,00							
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк	
	сухофрукты		12,75	12,50							
	сахар		5,00	5,00							
	вода		152,00	152,00							
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012	
<b>Итого:</b>		<b>515</b>			<b>17,86</b>	<b>13,83</b>	<b>61,81</b>	<b>448,44</b>	<b>14,28</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>											
Сметанник		75			3,99	8,34	19,85	171,28	0,148	Сборник зап. блюд и кулинарных изделий стр 165 Казань 1997	
	мука пшеничная		22,5	22,5							
	мука пшеничная на подпыл		2,25	2,25							
	яйцо куриное		3,6	3							
	масло сливочное		2	2							
	молоко		7,5	7,5							
	сахарный песок		0,75	0,75							
	дрожжи		0,23	0,23							
	соль иодированная		0,3	0,3							
	сметана		37,5	37,5							
	сахарный песок		6	6							
	яйцо куриное		14,4	12							
	яйцо куриное		1,8	1,5							
	масло растительное		0,25	0,25							
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							
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 мандарин)										
<b>Итого:</b>		<b>340</b>			<b>4,48</b>	<b>8,80</b>	<b>35,64</b>	<b>242,98</b>	<b>11,17</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1339</b>			<b>31,74</b>	<b>31,71</b>	<b>152,93</b>	<b>1036,02</b>	<b>29,33</b>		

**День 7 - ой**

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецепту
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		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						
	соль иодированная		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 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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>4,77</b>	<b>6,77</b>	<b>23,27</b>	<b>173,08</b>	<b>1,17</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016

(кагык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		кисломолочный напиток	155,00	150,00						
<b>Итого:</b>		<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из квашенной капусты	30				0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
			34,30	24,00						
			3,60	3,00						
			1,50	1,50						
			1,50	1,50						
Суп картофельный с куриными фрикадельками	150/10				2,83	2,96	10,92	88,60	7,41	№83 сб дошк 2016
			90,00	67,50						
			7,50	6,00						
			7,14	6,00						
			1,50	1,50						
			105,00	105,00						
			0,50	0,50						
			17,56	11,40						
			11,97	11,40						
			1,19	1,00						
			0,96	0,80						
			1,00	1,00						
			0,10	0,10						
				14,30						
				10,00						
Биточки рубленые из рыбы	50				6,10	3,88	7,34	89,00	0,16	ТТК №3
			51,00	37,50						
			39,40	37,50						
			1,30	1,25						
			0,90	0,75						
			11,10	9,30						
			7,00	7,00						
			0,35	0,35						
			0,14	0,14						
			5,00	5,00						
			1,25	1,25						
				59,00						
Рис отварной рассыпчатый с	110/2				2,65	1,77	25,86	134,03		№304 сб шк 2017
			39,60	39,60						
			0,50	0,50						
			240,00	240,00						
			2,00	2,00						
Компот из свежих яблок	150				0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
			28,50	24,00						
			5,00	5,00						
			153,00	153,00						
Хлеб ржаной	30		30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>532</b>			<b>14,19</b>	<b>10,58</b>	<b>79,43</b>	<b>482,63</b>	<b>14,20</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Макаронные изделия отварные с сыром	130				9,00	7,70	18,45	178,82	0,15	№204 Сб дошк 2016
			43,00	43,00						
			258,00	258,00						
			0,40	0,40						
			10,20	10,00						
			2,00	2,00						
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	№399 сб дошк 2016
			15,30	15,00						
			5,00	5,00						
			150,00	150,00						
<b>Итого:</b>		<b>305</b>			<b>11,03</b>	<b>8,07</b>	<b>33,86</b>	<b>251,97</b>	<b>75,15</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1346</b>			<b>34,34</b>	<b>29,17</b>	<b>142,86</b>	<b>983,68</b>	<b>90,97</b>	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
			18,00	18,00						
			123,00	123,00						
			2,00	2,00						
			0,40	0,40						
			3,00	3,00						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели 2016
			2,00	2,00						
			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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>11,38</b>	<b>13,82</b>	<b>50,08</b>	<b>374,94</b>	<b>2,10</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок в инд.упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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						
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 дошкольн. №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						
Гороховое пюре		110			9,96	2,48	25,64	163,9		№199 сб шк 2017
	горох		56,10	55,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	вода питьевая		138,00	138,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№294 сб дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,00	5,00						
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>		<b>555</b>			<b>21,29</b>	<b>13,14</b>	<b>66,04</b>	<b>472,18</b>	<b>12,44</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Омлет натуральный		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 иодированная		0,30	0,30						

	масса готового омлета			130,00							
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
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							
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели + 2012	
<b>Итого:</b>		<b>325</b>			<b>15,15</b>	<b>23,66</b>	<b>32,03</b>	<b>401,51</b>	<b>0,27</b>		
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1364</b>			<b>48,44</b>	<b>50,62</b>	<b>160,78</b>	<b>1301,63</b>	<b>17,31</b>		

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
			брутто	нетто						
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
	крупка пшеничная		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						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	молоко		92,00	90,00						
	вода		90,00	90,00						
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						
<b>Итого:</b>		<b>360</b>			<b>11,58</b>	<b>12,93</b>	<b>54,37</b>	<b>383,39</b>	<b>2,12</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>150</b>			<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>	<b>0,45</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Винегрет овощной		40			0,55	2,46	3,37	37,92	4,10	№46 сб дошк 2016
	картофель		13,70	10,00						
	свекла		12,80	10,00						
	морковь		8,82	7,00						
	зеленый горошек к/с		6,68	4,00						
	огурцы соленые		7,28	4,00						
	лук репчатый		4,02	3,35						
	масса бланшированного			3,00						
	масло растительное		2,40	2,40						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		150			1,54	3,33	6,97	69,45	0,30	№94 сб дошк 2016
	мука пшеничная		11,30	11,30						
	яйцо		3,60	3,00						
	вода питьевая		2,10	2,10						
	соль йодированная		0,20	0,20						
	масса подсушенной лапши			12,00						
	морковь		7,50	6,00						
	лук репчатый		7,14	6,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	бульон		143,00	143,00						
	соль йодированная		0,65	0,65						
Биточки "Домашние"		50			7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		60,68	39,40						
	морковь		41,37	39,40						
	морковь		11,85	9,40						
	лук репчатый		14,40	12,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	яйцо		0,60	0,50						
	мука пшеничная		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			59,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Картофель запеченный		120			3,26	7,07	25,31	182,4	17,4	№147 сб шк 2017
	картофель		231,60	174,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						

Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		12,75	12,50						
	сахар		5,00	5,00						
	вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный		15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,39	35,29	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144,
<b>Итого:</b>		<b>555</b>			<b>16,38</b>	<b>19,20</b>	<b>79,59</b>	<b>554,94</b>	<b>22,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Булочка дорожная		50			3,39	6,98	26,07	181,00		№445 Сб -----2016
	мука пшеничная		30,50	30,00						
	мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	сахар		6,00	6,00						
	масло сливочное		6,50	6,50						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	дрожжи сухие		0,20	0,20						
	вода		15,30	15,30						
	масса полуфабриката для крошки:			57,00						
	мука пшеничная		1,20	1,20						
	масло сливочное		1,00	1,00						
	масса крошки			2,00						
	масло растительное для		1,00	1,00						
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						
	вода		150,00	150,00						
Фрукты свежие (яблоки или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	+ 2012
<b>Итого:</b>		<b>310</b>			<b>4,99</b>	<b>7,50</b>	<b>52,25</b>	<b>298,78</b>	<b>12,24</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 375</b>			<b>37,30</b>	<b>43,37</b>	<b>192,51</b>	<b>1313,11</b>	<b>37,20</b>	

**День 10 - ый**

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	
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		140/3			4,17	4,69	30,01	179,40	0,67	ТТК № 12Д
	крупа рисовая		17,70	17,70						
	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						
Чай с сахаром, с яблоком		170/6/10			0,11	0,06	6,99	28,70	1,03	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	яблоки		11,40	10,00						
	вода		170,00	170,00						
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						
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>6,19</b>	<b>9,11</b>	<b>49,92</b>	<b>306,60</b>	<b>1,70</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
Сок в индивидуальной упаковке		125	125	125	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
<b>Итого:</b>		<b>125</b>			<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>12,63</b>	<b>53,00</b>	<b>2,50</b>	
<b>ОБЕД</b>										
Салат из зеленого горошка к/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08		№10 Сб дошк. 2016
	зеленый горошек к/с		48,10	28,50						
	масло растительное		1,50	1,50						
Суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками		150/10			2,61	2,89	8,06	71,65	5,16	№86 сб дошк 201
	крупа гречневая		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						
	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 пшеничный	20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной	30	30,00	30,00	1,98	0,36	11,87	59,34	0	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
<b>Итого:</b>	<b>540</b>			<b>14,34</b>	<b>14,05</b>	<b>52,48</b>	<b>405,16</b>	<b>31,82</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
Королевская ватрушка	130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №810 от 15.02.2023
посыпка низ:									
масло сливочное		9,00	9,00						
мука пшеничная		17,00	17,00						
сахарный песок		9,00	9,00						
творожная начинка:									
творог		68,00	68,00						
сахарный песок		13,50	13,50						
яйцо куриное		16,20	13,50						
посыпка верх:									
масло сливочное		3,50	3,50						
мука пшеничная		7,20	7,20						
сахарный песок		3,50	3,50						
Напиток из шиповника	150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
шиповник		15,30	15,00						
сахар		5,00	5,00						
вода питьевая		150,00	150,00						
Фрукты свежие	100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
<b>Итого:</b>	<b>385</b>			<b>17,38</b>	<b>9,91</b>	<b>64,25</b>	<b>419,28</b>	<b>135,00</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1409</b>			<b>38,54</b>	<b>33,06</b>	<b>179,28</b>	<b>1184,04</b>	<b>171,02</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней</b>	<b>13970</b>			<b>399,28</b>	<b>421,10</b>	<b>1664,80</b>	<b>12111,13</b>	<b>531,26</b>	
<b>ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника</b>	<b>1397</b>			<b>39,93</b>	<b>42,11</b>	<b>166,48</b>	<b>1211,11</b>	<b>53,13</b>	

Примечание:

- Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОО
- При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
- При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОО) были использованы следующие нормативно - технические документы:
  - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
  - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
  - Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
  - Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
  - Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
  - Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
- В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
  - говядина 1 категории упитанности;
  - 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%