

"Согласовано"

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания  
АО "Департамент продовольствия и социального питания г.  
Казани"

Директор МБОУ  
"Верхнеушницкая  
гимназия"  
И.И. Тагеева З.М.

А.К. Агапова  
2022г

Примерное 10-дневное меню  
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях  
от 3-7 лет с 7-10,5 часовым пребыванием

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,38	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,30	4,50	15,40	111,00	№1 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>12,36</b>	<b>14,52</b>	<b>44,89</b>	<b>359,38</b>	
Сок абрикосовый	125	0,60	0,06	22,00	90,90	№418Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,60</b>	<b>0,06</b>	<b>22,00</b>	<b>90,90</b>	
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>12,96</b>	<b>14,58</b>	<b>66,89</b>	<b>450,28</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат "Пестрый"	50	0,50	2,25	8,80	58,00	№31 Справочник Москва2003
Щи со свежей капустой, картофелем, с курицей и сметаной	200/15/5	4,60	8,00	17,00	158,50	№73 Дели 2016
Котлеты рубленые из говядины	70	6,2	7,3	12	138,5	№299 Дели2016
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,20	№218 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
<b>Итого:</b>	<b>710,5</b>	<b>19,80</b>	<b>21,88</b>	<b>108,30</b>	<b>709,70</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	10,00	45,20	№386Дели2016
Катык	120	3,77	3	5	62,1	№401Дели2010
Пицца с сыром	60	5,40	4,20	28,00	174,50	ТТК №1585 от 08.09.2021
Чай фруктовый	180/7	0,18	0,09	17,00	69,50	ТТК №56
<b>Итого:</b>	<b>467</b>	<b>9,75</b>	<b>7,69</b>	<b>60,00</b>	<b>351,30</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1727,5</b>	<b>42,51</b>	<b>44,15</b>	<b>235,19</b>	<b>1511,28</b>	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,80	7,20	15,40	146,00	№3 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>12,42</b>	<b>15,58</b>	<b>54,21</b>	<b>407,10</b>	

И.И. Тагеева

Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5.20	5.80	25.20	173.80	ТТК №7
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>12.42</b>	<b>15.58</b>	<b>54.21</b>	<b>407.10</b>	
Фрукты свежие апельсин	100	1.00	0.00	8.10	36.40	№ 368 Дели 2010
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>1.00</b>	<b>0.00</b>	<b>8.10</b>	<b>36.40</b>	
	<b>525</b>	<b>13.42</b>	<b>15.58</b>	<b>62.31</b>	<b>443.50</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свеклы	50	0.60	1.60	3.00	29.00	№34, Дели2016
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/15	3.91	7.80	25.60	188.24	№38 Пермь2001
Биточки рубленые из рыбы	70	9.75	5.00	4.15	100.60	ТТК №3Д
Пюре Картофельное	130	3.70	4.44	25.00	155.00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
<b>Итого:</b>	<b>705.5</b>	<b>21.56</b>	<b>19.47</b>	<b>97.05</b>	<b>649.84</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия крекер	10	5.60	13.00	12.00	186.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	8.00	5.50	38.57	235.00	№365сбшк2004
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393,Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>490</b>	<b>17.12</b>	<b>21.51</b>	<b>66.47</b>	<b>525.80</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1720.5</b>	<b>52.10</b>	<b>56.56</b>	<b>225.83</b>	<b>1619.14</b>	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>11.60</b>	<b>14.30</b>	<b>51.70</b>	<b>382.30</b>	
Сок яблочно-абрикосовый	125	1.20	0.00	12.00	49.60	№418/Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>1.20</b>	<b>0.00</b>	<b>12.00</b>	<b>49.60</b>	
	<b>550</b>	<b>12.80</b>	<b>14.30</b>	<b>63.70</b>	<b>431.90</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Икра кабачковая	50	0.95	4.45	7.50	73.85	№ 57 Дели 2016
Свекольник, со сметаной	200/6	3.16	5.40	8.14	94.00	№35,сб Пермь2001
Гуляш из индейки	45/45	7.56	7.80	17.06	168.70	ТТК №61
Каша гречневая вязкая	130/3	4.90	3.50	21.00	135.10	№182,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
<b>Итого:</b>	<b>719.5</b>	<b>20.44</b>	<b>21.88</b>	<b>98.00</b>	<b>670.65</b>	

ПОЛДНИК						№ рецептур гатарской нац. кухни Казань1997
Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	
Фрукты свежие яблоко	100	0.36	0.36	22.00	92.68	№386/Дели2016
Вак-балиш	90	9.00	12.90	36.50	298.00	№401 Дели2010
Ряженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№ 411 Дели2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	
Итого:	495	13.72	16.28	68.49	475.06	
ВСЕГО:	1764.5	46.96	52.46	230.19	1577.61	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	195.40	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
Итого:	425	14.02	15.14	53.34	406.40	
Фрукты свежие груша	100	0.50	0.43	14.00	61.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.50	0.43	14.00	61.00	
	525	14.52	15.57	67.34	467.40	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свеклы и моркови	50	0.66	2.50	4.50	43.10	ТТК№60
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5	4.56	7.50	12.64	136.30	№82 Дели 2016
Макаронник с мясом	160/3	10.80	10.00	35.00	275.00	№431(3),с61996
Компот из сухофруктов	180	0.7	0.0	18.0	75	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	693.5	20.32	20.67	99.44	666.60	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия печенье	20	4.50	3.00	33.40	177.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным	150	9.00	12.50	24.00	244.50	№ 250 Дели 2016
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	ТТК № 59
Итого:	475	17.50	18.80	69.60	516.00	
ВСЕГО:	1693.5	52.34	55.04	236.38	1650.00	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша полбяная молочная с маслом	200/5	7.30	7.42	22.80	187.20	ТТК №1

Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>12.02</b>	<b>14.50</b>	<b>51.81</b>	<b>385.50</b>	
Сок вишневый	125	0.87	0.25	20.00	85.00	№418/Дели2016
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0.87</b>	<b>0.25</b>	<b>16.50</b>	<b>71.00</b>	
	<b>545</b>	<b>12.89</b>	<b>14.75</b>	<b>68.31</b>	<b>456.50</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.50	37.00	№42 Дели2016г
Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками	200/15	4.86	5.80	15.24	132.60	№88 Дели 2016
Плов из курицы	160	12.3	15.1	41.2	352	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
<b>Итого:</b>	<b>642.5</b>	<b>19.81</b>	<b>21.46</b>	<b>94.74</b>	<b>652.60</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия печенье	30	0.75	6.40	37.00	203.00	
Кефир	120	3.50	3.00	4.80	60.20	№401 Дели2010
Омлет натуральный	140	8.50	8.68	13.60	167.40	№229 Дели2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
<b>Итого:</b>	<b>498</b>	<b>14.61</b>	<b>18.33</b>	<b>71.69</b>	<b>505.48</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1685.5</b>	<b>47.31</b>	<b>54.54</b>	<b>234.74</b>	<b>1614.58</b>	

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6.70	7.50	22.00	182.30	ТТК №5
Чай с молоком, сахаром	180/5	2.60	2.30	14.30	89.00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>4.80</b>	<b>7.20</b>	<b>15.40</b>	<b>146.00</b>	
Фрукты свежие яблоко	100	0.40	0.40	12.00	53.20	№ 386 Дели 2016
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>12.00</b>	<b>53.20</b>	
	<b>530</b>	<b>5.20</b>	<b>15.40</b>	<b>27.40</b>	<b>199.20</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат "Пестрый"	50	0.50	2.25	8.80	58.00	№31 Справочник Москва2003
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	200/15/10	3.25	4.40	26.00	156.60	ТТК№139
Биточки куриные "Солнышко"	70	8.00	10.50	6.20	152.00	ТТК №97Д
Макароны отварные	130	4.80	3.60	29.40	169.20	№218 Дели 2016
Кисель	180			10.00	40.00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
<b>Итого:</b>	<b>715.5</b>	<b>20.15</b>	<b>21.38</b>	<b>109.70</b>	<b>712.80</b>	

ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0.40	0.40	10.00	45.20	№386/Дели2016
яблоко						
Ряженка	120	4.30	3.00	5.00	64.00	№401 Дели2010
Плюшка новомосковская	60	2.40	3.10	27.90	149.00	№184 "Партнер" г. Уфа2010
Чай фруктовый	180/7	0.18	0.09	17.00	69.50	ТТК №56
Итого:	467	7.28	6.59	59.90	327.70	
ВСЕГО:	1712.5	32.63	35.57	197.00	1239.70	

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10.00	10.00	24.50	228.00	ТТК №4
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	420	13.52	15.84	51.84	404.00	
Сок персик-банан	125	0.60	0.01	15.00	64.00	№418/Дели2016
Итого:	125	0.60	0.01	15.00	64.00	
	545	14.12	15.85	66.84	468.00	
<b>ОБЕД</b>						
Огурцы соленные	50	0.40	0.05	0.85	5.50	стр563,с61996
Борщ со свежей капустой, картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	200/15/5	3.00	5.90	18.80	140.30	№63 Дели 2016
Биточки рубленые из рыбы	70	9.75	5.00	4.15	100.60	ТТК №3Д
Рис отварной	130	3.40	4.40	35.00	193.20	№201 Пермь 2001
Компот из замороженных ягод	180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	710.5	20.42	16.08	103.10	638.60	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия	10	3.30	4.80	25.50	159.50	
крекер						
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	9.80	10.00	28.30	241.00	№237 Дели2010
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.20	41.40	№393/Дели2010
Итого:	490	16.62	17.81	69.70	505.30	
ВСЕГО:	1745.5	51.16	49.74	239.64	1611.90	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8.00	6.60	26.00	194.00	ТТК №6
Какао с молоком	180	2.42	2.58	13.61	87.30	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010

Итого:	425	15.22	16.38	55.01	427.30	
Фрукты свежие яблоко	100	0.06	0.36	12.00	49.00	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0.06	0.36	12.00	49.00	
	525	14.20	15.74	67.01	472.00	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свеклы	50	0.60	1.60	3.00	29.00	№34, Дели2016
Суп крестьянский с курицей, сметаной	200/15/5	5.7	6.80	15.40	146	№62"Партнер"2014
Запеканка картофельная с мясом	150/20	9.20	12.00	34.00	281.00	№291 Дели2010
Компот из сухофруктов	180	0.7	0.0	18.0	75	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	680.5	19.80	21.07	99.70	668.20	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Фрукты свежие яблоко	100	0.40	0.40	10.00	45.20	№386Дели2016
Катык	120	3.77	3	5	62.1	№401Дели2010
Шафран с яблоками	50	2.42	3.5	24.9	140	Сб.нац блюдо 1996,акт20
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Итого:	455	6.65	6.92	44.89	267.68	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1660.5</b>	<b>41.73</b>	<b>44.73</b>	<b>211.60</b>	<b>1412.18</b>	

День 9 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с вермишелью	180	9.80	9.60	19.40	203.00	№100 Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2.30	4.50	15.40	111.00	№1 Дели2010
Итого:	400	12.16	14.12	39.79	334.38	
Сок яблоко-груша	125	0.75	0.38	23.00	98.42	№ 368 Дели 2010
Итого:	125	0.75	0.38	23.00	98.42	
	525	12.91	14.50	62.79	432.80	
<b>ОБЕД</b>						
Икра кабачковая	50	0.95	4.45	7.50	73.85	№ 57 Дели 2016
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б	200/6	3.40	4.50	14.20	111.00	№73 Дели 2016
Плов из отварной говядины	180	13.50	13.70	36.00	321.50	№108"Партнер"2014
Компот из свежих яблок	180	0.10	0.10	11.80	48.50	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
Итого:	676.5	21.55	23.38	98.80	691.85	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия печенье	20	0.20	3.80	13.50	90.00	
Молоко кипяченое	120	3.40	3.00	5.70	63.40	№419 Дели2016

Запеканка из творога с крошкой	150	10.00	10.00	35.20	271.00	№ 322 Сб Самара 2013г ТТК № 59
Напиток шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31.1	
<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>14.20</b>	<b>17.10</b>	<b>60.90</b>	<b>455.50</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1676.5</b>	<b>48.66</b>	<b>54.98</b>	<b>222.49</b>	<b>1580.15</b>	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	7.00	6.35	16.00	148.00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65.00	№395 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4.80	7.20	15.40	146.00	№3 Дели2010
<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>13.02</b>	<b>14.89</b>	<b>43.34</b>	<b>359.00</b>	
Фрукты свежие яблоко	100	0.36	0.36	22.00	92.68	№ 386 Дели 2016
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0.36</b>	<b>0.36</b>	<b>22.00</b>	<b>92.68</b>	
	<b>525</b>	<b>13.38</b>	<b>15.25</b>	<b>65.34</b>	<b>451.68</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из моркови с яблоками	50	0.37	2.00	4.30	37.00	№41Дели2016
Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	4.96	3.60	14.44	110.00	№86Дели2010
Котлеты "Аппетитные"	70	6.41	7.50	17.50	163.20	ТТК №7Д акт к.п.2014
Каша перловая с овощами	130/4	4.90	7.50	25.00	188.00	№180,Дели 2016
Компот из замороженных ягод	180	0.27	0.1	15.0	62	ТТК №12
Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
<b>Итого:</b>	<b>686.5</b>	<b>18.71</b>	<b>21.10</b>	<b>94.24</b>	<b>642.70</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кондитерские изделия печенье	30	1.30	3.80	39.70	198.00	
Кефир	120	3.50	3.00	4.80	60.20	№401 Дели2010
Омлет натуральный	140	8.50	8.68	13.60	167.40	№229 Дели2016
Чай с сахаром	180/5	0.06	0.02	4.99	20.38	№ 411 Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1.80	0.23	11.30	54.50	
<b>Итого:</b>	<b>498</b>	<b>15.16</b>	<b>15.73</b>	<b>74.39</b>	<b>500.48</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1709.5</b>	<b>47.25</b>	<b>52.08</b>	<b>233.97</b>	<b>1594.86</b>	
<b>ИТОГО за 10 дней:</b>	<b>17096.00</b>	<b>462.63</b>	<b>499.87</b>	<b>2267.03</b>	<b>15411.40</b>	

Примечание:

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

по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №11)

При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.

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

3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.

3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г

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

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

3.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.  
интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.

3.7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г

3.8. Техничко-технологические карты

4. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:

говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);

сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные

рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)

яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г

картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.03(40% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.01 (25% 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%