

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E8EEB83893A059C2EBF9593D23763D90
Владелец: Калимуллина Алсу Гасымовна
Действителен: с 17.07.2025 до 10.10.2026

Примерное 10-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

Согласовано:

Заведующий МБДОУ «Детский сад пристра
и оздоровления для детей с аллергическими
заболеваниями № 69» НМР РТ
А.К.Калимуллина

Вводится в действие с 01.08.2026г.

День 1 - ый

Цель 1 - 5-ти		Исходные продукты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов				брутто	нетто	белки	жиры			
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		Крупа геркулесовая Молоко Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/3	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	22,50 158,00 2,50 0,50 3,00	7,44	8,07	10,35	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком		Кофейный напиток Сахар Молоко Вода	180/6	2,50 6,00 90,00 108,00	2,50 6,00 90,00 108,00	2,85	2,41	10,35	1,17	№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		Батон нарезной Сыр Масло сливочное	30/5/5	30,00 5,10 5,00	30,00 5,00 5,00	3,61	5,83	15,49	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:			409			13,90	16,31	59,64	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток с сахаром (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		кисломолочный напиток сахар	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	1,26	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие		печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40	табл 6 стр 130, Дели +, 2012
Итого:			200			6,72	6,46	25,07	185,40	1,26
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		капуста свежая масса пропаренной капусты морковь сахарный песок масло растительное соль иодированная	60	62,50 45,00 12,50 3,00 3,00 0,60	50,00 45,00 10,00 3,00 3,00 0,60	0,84	3,05	5,41	52,44	№21, СБ дошк 2016
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное соль иодированная бульон клецки мука пшеничная Масло сливочное яйцо вода соль иодированная масса теста масса готовых клецек	180	79,80 9,00 8,60 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,92 8,80 0,16 16,20 18,00	60,00 7,20 7,20 1,80 0,60 135,00 18,00 5,50 0,60 1,60 8,80 0,16 16,20 18,00	3,10	3,44	13,53	107,24	№9 сб дошк 2016
Плов из отварной птицы		цыплята-бройлеры с/м масса отварной птицы масло сливочное Лук репчатый Морковь Крупа рисовая вода соль иодированная масса гарнира	200	78,00 8,00 11,90 16,25 55,00 86,00 0,80 168,00	73,60 8,00 10,00 13,00 55,00 86,00 0,80 168,00	11,19	10,93	31,80	282,55	№321 сб дошк 2016
Напиток из сухофруктов		сухофрукты Сахар вода	180	15,30 6,00 183,00	15,00 6,00 183,00	0,60	0,08	16,81	72	№394 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный			35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной			45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:			700			21,36	18,33	102,61	685,19	15,22
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг рыбный		рыба (мелкая с/м БГ) масса отварной рыбы Хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль иодированная Масло растительное масса пудинга	60/20	68,34 39,75 8,25 6,30 12,00 2,25 0,40 1,00 60,00	50,25 39,75 8,25 5,25 12,00 2,25 0,40 1,00 60,00	11,97	3,91	5,87	106,67	№286 СБ дошк 2016

	Соус молочный		10,00	10,00						
	масло сливочное		1,10	1,10						
	Мука пшеничная		1,10	1,10						
	Вода		10,00	10,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	соль иодированная		0,13	0,13						
	масса соуса			20,00						
Пюре Картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром		180/6			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	сахар		6,00	6,00						
	Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или манго, или)		100	100,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Итого:		541			17,95	9,09	57,98	387,96	27,45	
ВСЕГО:		1850			59,93	50,19	245,31	1700,60	46,03	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды			
	ЗАВТРАК		брутто	нетто				Ккал	С	
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		180/3			4,81	7,85	29,38	207,32	0,86	ТТК №1Д
	Крупа полбяная		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			10,77	15,54	55,74	409,78	2,29	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
	ОБЕД									
Огурцы свежие порционно		50			0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	№71 шк. СБ 2017
	огурцы свежие		51,00	50,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
	Капуста свежая		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						
	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Свекла		41,00	32,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	Томат-паста		2,00	2,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		200			18,79	20,97	19,22	342,00	5,88	АКТ проработки 25.12.2022
	Говядина (лопатка б/к)		64	64						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	Масса отварной говядины			40						
	Картофель		180	135						
	Лук репчатый		24	20						
	Огурцы соленые		45,5	25						
	Томатная паста		5	5						
	Масло растительное		10	10						
	Масса овощей			160						
Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		34,00	30,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		697			26,39	26,57	88,43	708,55	16,85	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Сырники из творога с повидлом		120/30			22,66	17,45	34,00	379,80	0,46	№245 СБ дошк 2016
	творог		122,40	120,00						
	мука пшеничная в/с		14,40	14,40						
	яйцо		6,00	5,00						

	сахар		6,00	6,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	масса полуфабриката			137,00						
	масло растительное		2,50	2,50						
	масса готовых сырьевых			120,00						
	повидло		30,60	30,00						
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Сок в инд. упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		468			23,42	17,48	52,85	459,28	5,79	
ВСЕГО:		1749			65,80	64,09	204,58	1669,61	25,38	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		13,50	13,50						
	Крупа пшеничная		10,00	10,00						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Чай с молоком, сахаром	Масло сливочное	180/6	3,00	3,00	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						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода	30/5/5	90,00	90,00	3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			14,37	13,83	65,78	445,69	2,31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
		185,00	180,00							
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		200			5,97	10,60	20,06	200,50	0,45	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	морковь свежая	60	75,00	60,00	0,78	0,06	4,74	23,40		№21 СБ дошк 2016
	сахар		0,60	0,60						
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,63	4,71	8,88	88,56	6,06	№82 сб дошк 2016
	картофель		79,80	60,00						
	крупа перловая		8,00	8,00						
	морковь		10,00	8,00						
	лук репчатый		4,76	4,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	огурцы соленые		21,84	12,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	бульон		132,00	132,00						
	сметана		7,00	7,00						
Биточки "Домашние"		70			10,38	8,10	14,95	154,75	0,07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		84,9	55,13						
	морковь		57,89	55,13						
	лук репчатый		16,53	13,12						
	масло растительное		18	15						
	масса припущенного лука		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,57	0,57						
	яйцо		0,84	0,7						
	Мука пшеничная		5,25	5,25						
	масса полуфабриката			82,6						
	масло растительное		2,6	2,6						
	Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	
макаронные изделия			45,50	45,50						
вода			275,00	275,00						
соль иодированная			0,50	0,50						
Масло сливочное			3,00	3,00						
Кисель	Кисель-концентрат	180	21,00	21,00	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		705			23,39	19,84	100,30	667,43	7,12	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		114,00	95,00						
	молоко		60,00	60,00						

	масса омлетной смеси			155,00							
	масло сливочное		2,50	2,50							
	соль иодированная		0,40	0,40							
	масса готового омлета			150,00							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012	
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 иодированная		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							
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016	
	шиповник		18,40	18,00							
	сахар		6,00	6,00							
	вода		180,00	180,00							
Фрукты свежие		100	100,00	100,00	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012	
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)											
Итого:		216			20,55	28,65	60,56	585,37	82,23		
ВСЕГО:		1530			64,28	72,91	246,70	1898,99	92,11		

Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20			16,71	15,51	39,07	360,20	0,34	№222 СБ дошк 2016
Творог		121,20	120,00						
Манная крупа		10,40	10,40						
Сахар		10,40	10,40						
Яйцо куриное		6,24	5,20						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Соль йодированная		0,50	0,50						
сухари панировочные		5,20	5,20						
Сметана		5,20	5,20						
Повидло		20,40	20,00						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дели 2010
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Булочка сладкая	50			4,22	4,81	25,22	151,00	0,00	Сборник национальных блюд и кулинарных изделий С.р. 150 СБ Казань 1997
Мука пшеничная		31,00	31,00						
Мука пшеничная		1,00	1,00						
дрожжи сухие		0,40	0,40						
соль йодированная		0,40	0,40						
Сахар		1,00	1,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
Яйцо		3,00	2,50						
молоко		12,50	12,50						
масса теста			50,00						
Сахар		5,00	5,00						
Масло сливочное		2,50	2,50						
масса пф			57,50						
яйцо		0,90	0,75						
Масло растительное		0,13	0,13						
Сок в инд.упаковке	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	586			21,99	20,34	90,51	620,10	4,37	
ВСЕГО:	1873			59,45	51,46	258,09	1744,19	32,87	

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	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		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Чай с сахаром и лимоном	Масло сливочное	180/6/7	3,00	3,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		416			9,19	11,16	50,80	341,55	3,95	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
			185,00	180,00						
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Итого:		200			7,40	4,76	21,32	158,20	0,45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		60			0,84	3,05	5,41	52,44	10,25	№21, СБ дошк 2016
	капуста свежая		62,50	50,00						
	масса прогретой капусты			45,00						
	морковь		12,50	10,00						
	сахарный песок		3,00	3,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с гренками		180/10			5,20	3,95	19,51	143,56	4,19	№87 СБ дошк. 2016
	картофель		47,88	36,00						
	горох		14,58	14,40						
	морковь		11,25	9,00						
	лук репчатый		8,57	7,20						
	масло растительное		3,60	3,60						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	бульон		126,00	126,00						
	гренки:			10,00						
	хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		70/2			12,17	8,83	11,34	173,80	0,63	№322, сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры потр с/м		81,90	53,00						
	или фарш куриный		55,65	53,00						
	хлеб пшеничный		12,60	12,60						
	вода питьевая		18,20	18,20						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	сухари панировочные		7,00	7,00						
	масса полуфабриката			84,00						

Пюре картофельное	масло растительное		1,50	1,50						
	масло сливочное		2,00	2,00						
		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
Компот из свежих фруктов	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль йодированная		0,52	0,52						
		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	апельсин		9,00	6,00						
	лимон		6,66	6,00						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		717			26,52	21,21	96,87	697,06	39,43	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Тефтели рыбные в сметанно-томатном соусе		50/25			6,84	1,65	6,29	67,53	1,11	ТТК 1230 по АП от 17.02.2026
	минтай ПБГ с/м		45,00	32,50						
	или фарш рыбный		34,20	32,50						
	хлеб пшеничный		7,50	7,50						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	лук репчатый		12,00	10,00						
	масло растительное		1,00	1,00						
	масса припущенного лука			7,50						
	мука пшеничная в/с		3,50	3,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	масса полуфабриката тефтелей			60,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	масса готовых тефтелей			50,00						
	сметанно-томатный соус:			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	мука пшеничная в/с		1,88	1,88						
	вода питьевая		18,75	18,75						
	томатная паста		1,25	1,25						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		130/2			3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб шк 2017
	Крупа рисовая		46,80	46,80						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Вода питьевая		281,70	281,70						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
	чай весовой		0,45	0,45						
	вода питьевая		180,00	180,00						
	мармелад		30,00	30,00						
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
Итого:		537			12,76	7,77	87,25	473,34	11,14	
ВСЕГО:		1870			55,87	44,90	256,23	1670,15	54,97	

2 недели

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/3			8,13	7,34	31,58	225,90	1,48	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		36,00	36,00						
	сахар		3,80	3,80						
	молоко		126,00	126,00						
	вода питьевая		27,00	27,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,46	14,23	57,55	413,34	2,86	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	
ОБЕД										
Огурцы свежие порционно		50			0,35	0,05	0,95	6,00	2,45	№71 шк. Сб 2017
	огурцы свежие		51,00	50,00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63, сб дошк 2016
	Капуста свежая		20,00	16,00						
	Картофель		21,28	16,00						

	Морковь		12,50	10,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Свекла		41,00	32,00						
	Сахар		0,20	0,20						
	Томат-паста		2,00	2,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Бульон		140,00	140,00						
	Сметана		7,00	7,00						
Гуляш из отварной говядины		40/40			11,64	13,43	2,31	176,80	0,74	№260 сб рецептов 2017
	говядина лопатка б/к		64,00	64,00						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса отварной говядины			40,00						
	морковь		17,50	14,00						
	лук репчатый		8,50	7,10						
	вода питьевая		30,00	30,00						
	томатная паста		1,20	1,20						
	мука пшеничная в/с		2,00	2,00						
	масло растительное		2,70	2,70						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 Сб дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		675			21,84	24,78	68,99	595,27	11,55	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		130/20			24,20	20,06	32,78	408,20	0,54	№251, сб дошк 2016
	Творог		121,55	119,20						
	Крупа манная		7,80	7,80						
	Яйцо		6,50	5,42						
	Сахар		10,40	10,40						
	Сметана		5,20	5,20						
	Масло сливочное		5,20	5,20						
	Сухари панировочные		5,20	5,20						
	соль йодированная		0,65	0,65						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			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		180,00	180,00						
Сок в инд.упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		471			24,93	20,12	52,40	489,90	4,07	
ВСЕГО:		1730			65,45	63,63	186,50	1590,51	18,93	

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
	Крупа ячневая		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
Кофейный напиток с молоком	Масло сливочное		3,00	3,00						№414 Дели 2016
		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	
	Кофейный напиток		2,50	2,50						
	Сахар		6,00	6,00						
	Молоко		90,00	90,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Вода		108,00	108,00						№3 сб дошк 2016
		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Сыр		5,10	5,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		409			12,50	13,78	55,88	418,15	1,24	
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое (молоко)	молоко	180	189,00	180,00	5,48	4,88	9,07	102,00	2,34	№419 СБ дошк 2016
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:		200			6,98	6,84	23,95	185,40	2,34	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60			0,78	0,06	4,74	23,40		№21 СБ дошк 2016
	морковь свежая		75,00	60,00						
	сахар		0,60	0,60						
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		180			1,85	3,99	8,37	83,34	0,36	№94 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		14,00	14,00						

	Мука пшеничная на подпыл		1,00	1,00						
	Яйцо		4,80	4,00						
	вода		2,80	2,80						
	соль иодированная		0,40	0,40						
	Масса подсушенной лапши			16,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		4,00	4,00						
	бульон		170,00	170,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
Птица, тушеная в соусе с овощами		200			17,79	13,83	17,20	264,00	32,40	№319,372 Сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		97,5	92,0						
	масса отварной мякоти птицы			40,0						
	соус сметанный :									№372 Сб дошк 2016
	Вода или отвар		15	15,0						
	сметана		5	5,0						
	мука пшеничная		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,16	0,16						
	масса соуса			20,0						
	картофель		137	103,0						
	морковь		37,5	30,00						
	Лук репчатый		28	23,00						
	Масло растительное		1,5	1,5						
	соль иодированная		0,8	0,8						
	масса овощей с соусом			160,0						
Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		34,00	28,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		665			23,53	18,56	73,23	563,07	33,57	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Котлеты рыбные с маслом сливочным		70/2			9,01	5,71	7,83	114,92	0,46	№234 сб шк 2017
	рыба (минтай с/м БГ)		63,30	46,20						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	хлеб пшеничный		12,60	12,60						
	молоко		18,20	18,20						
	сухари панировочные		7,00	7,00						
	масса полуфабриката			81,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
Картофель запеченный		140			3,8	8,25	29,53	212,8	20,3	№147 сб шк 2017
	картофель		270,00	203,00						
	масло растительное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
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:		528			16,10	14,85	68,61	476,67	120,76	
ВСЕГО:		1802			59,11	54,03	221,68	1643,29	157,91	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль модифицированная		0,50	0,50						
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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		404			13,40	15,76	60,16	441,17	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток с сахаром (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
	сахар		3,00	3,00						
Итого:		183			5,22	4,50	10,19	102,00	1,26	
ОБЕД										
Помидоры свежие порционно		50			0,55	0,10	1,90	11,00	8,75	№71, сб шк 2016
	помидоры свежие		51,00	50,00						

Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7			3,24	5,19	5,07	84,80	9,54	№73, сб дошк 2016
капуста свежая		45,00	36,00						
картофель		28,73	21,60						
морковь		9,00	7,20						
лук репчатый		8,57	7,20						
Масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
вода питьевая		140,00	140,00						
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 йодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Сметана		7,00	7,00						
Тефтели мясные в томатном соусе	60/20			7,18	7,09	8,34	125,85	0,53	СБ дошкольн. №303, 366, 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		39,90	38,00						
или фарш говяжий		39,90	38,00						
лук репчатый		24,00	20,00						
масло растительное		2,00	2,00						
масса пассерованного лука репчатого			10,00						
хлеб пшеничный		8,00	8,00						
вода питьевая		12,00	12,00						
соль йодированная		0,60	0,60						
мука пшеничная в/с		4,00	4,00						
масса полуфабриката			72,00						
масло растительное		2,00	2,00						
масса готовых тефтелей			60,00						
соус томатный:									
вода питьевая		20,00	20,00						
масло сливочное		0,90	0,90						
мука пшеничная в/с		0,90	0,90						
морковь		1,50	1,20						
лук репчатый		0,72	0,60						
томатная паста		1,25	1,25						
масло растительное		0,30	0,30						
соль йодированная		0,20	0,20						
сахар		0,20	0,20						
масса готового соуса			20,00						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130/3			7,62	4,16	34,47	205,27	0,00	№179 сб дошк 2016
гречневая крупа		61,90	61,90						
вода питьевая		92,30	92,30						
соль йодированная		0,40	0,40						
масло сливочное		3,00	3,00						
Компот из урюка	180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
урюк		18,40	18,00						
масса отварных сухофруктов			28,80						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,31	58,81	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети +, 2012
Итого:	710			23,86	17,31	96,52	643,12	21,26	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Пудинг из творога с рисом, с молоком сгущенным	130/20			19,29	13,09	25,71	297,76	0,27	№250 СБ дошк 2016
Творог		98,80	97,50						
крупа рисовая		18,20	18,20						
Сахар		9,00	9,00						
Яйцо куриное		9,60	8,00						
Масло сливочное		4,00	4,00						
Соль йодированная		0,50	0,50						
Сметана		4,00	4,00						
масса полуфабриката			153,40						
масса готового пудинга			130,00						
молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№392 Дети 2010
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Шансжка наливная с яйцом	50			4,55	2,00	22,35	119,90		ТТК 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 куриное		1,56	1,30						
соль йодированная		0,40	0,40						
дрожжи сухие		0,20	0,20						
вода питьевая		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 инд упаковке	200	200,00	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	№418 Дети 2016
Итого:	586			24,90	15,11	74,28	526,56	4,30	

ВСЕГО:	1883			67,39	52,67	241,16	1712,84	29,11	
--------	------	--	--	-------	-------	--------	---------	-------	--

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			(в г)	г)	белки	жиры	угл-ды			
			брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным		180/3			5,45	5,30	29,08	186,30	1,05	ТТК №4Д
	Крупа манная		22,50	22,50						
	Молоко		158,00	158,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	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		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дети 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		554			15,12	15,95	61,35	450,40	2,88	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00						
Итого:		180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	
ОБЕД										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		60			0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
	свекла		72,96	57,00						
	масло растительное		3,60	3,60						
Суп картофельный с пшениной крупой, с мясом индейки		180/10			3,96	4,06	8,76	91,14	6,65	№86 сб дошк 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		14,00	14,00						
	масса отварного филе индейки			10,00						
	крупа пшениная		11,00	11,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		8,60	7,20						
	масло растительное		1,80	1,80						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	бульон или вода		126,00	126,00						
Котлеты рубленные из индейки		70			11,68	13,55	11,51	215,60	0,13	СБ дошкольн. №322, 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		52,00	52,00						
	Хлеб пшеничный		14,00	14,00						
	Вода		18,00	18,00						
	соль иодированная		0,70	0,70						
	сухари панировочные		5,00	5,00						
	масса полуфабриката			87,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Кисель		180			0,54	0,09	16,18	75,24	0,99	ТТК
	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дети +, 2012
Итого:		678			24,82	27,99	82,25	693,30	11,78	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным		80/3			12,1	6,1	8,25	135,8	2,62	№274 СБ дошк 2016
	минтай ПБГ с/м или филе минтая		97,30	68,00						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	лук репчатый		19,20	16,00						
	молоко		6,00	6,00						
	яйцо куриное		3,60	3,00						
	сухари панировочные		10,00	10,00						
	масса полуфабриката			100,00						
	масло растительное		3,00	3,00						
	масса готового шницеля			80,00						
	масло сливочное		3,00	3,00						
Пюре картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		159,60	119,70						
	Молоко		22,12	21,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
	соль иодированная		0,52	0,52						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дети +, 2012
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№393 Дети 2010
	чай весовой		0,45	0,45						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дети +, 2012

Итого:	546			18,27	11,05	56,43	403,95	82,41	
ВСЕГО:	1958			63,44	59,49	207,59	1639,65	97,61	

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			7,73	5,60	39,81	241,16	0,86	ТТК № 9Д
	Крупа пшеничная		22,50	22,50						
	Молоко		90,00	90,00						
	Вода		68,00	68,00						
	Сахар		2,50	2,50						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Чай с сахаром, с яблоком		180/6/10			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		180,00	180,00						
Бутерброд с маслом сливочным		30/5			2,29	4,50	15,49	111,68		№1 Дели 2010
	Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:		414			10,13	10,16	62,29	381,54	1,89	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180			5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
			185,00	180,00						
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		200			5,97	10,60	20,06	200,50	0,54	
ОБЕД										
Салат из моркови с изюмом		60			0,82	0,84	8,91	47,09	2,74	№43, сб дошк 2016
	морковь		67,50	54,00						
	масса припущенной моркови			50,00						
	изюм		7,20	7,00						
	масса набухшего изюма			10,00						
	сахарный песок		0,30	0,30						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		180/10			4,22	2,33	8,77	76,57	5,99	№86 сб дошк 2016
	крупка рисовая		6,00	6,00						
	картофель		80,00	60,00						
	морковь		9,00	7,20						
	лук репчатый		9,52	8,00						
	масло растительное		1,80	1,80						
	томатная паста		2,20	2,20						
	соль иодированная		0,60	0,60						
	бульон		120,00	120,00						
	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		185			8,58	10,87	16,41	205,10	25,62	ТТК №647 от 24.08.2022
	капуста свежая		165,60	132,00						
	вода питьевая		30,00	30,00						
	масса тушеной капусты			120,00						
	лук репчатый		13,20	11,00						
	масло растительное		1,20	1,20						
	масса пассерованного лука			5,50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		45,70	43,75						
	или фарш говяжий		45,70	43,75						
	масса готового фарша			35,00						
	мука пшеничная в/с		3,60	3,60						
	масса соуса:			18,00						
	вода питьевая		18,00	18,00						
	масло сливочное		0,840	0,840						
	мука пшеничная в/с		0,840	0,840						
	морковь		1,500	1,20						
	лук репчатый		0,43	0,36						
	томатная паста		1,08	1,08						
	масло растительное		0,24	0,24						
	соль иодированная		0,18	0,18						
	сахар		0,18	0,18						
Компот из свежих фруктов		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
	яблоки свежие		27,40	24,00						
	апельсин		9,00	6,00						
	лимон		6,66	6,00						
	Вода		183,00	183,00						
	сахар		6,00	6,00						
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		660			16,79	14,69	60,86	457,42	41,75	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный с сыром		150			11,12	13,08	25,64	237,07	0,35	№229,сб дошк2016
	яйцо		120	100						
	молоко		57	57						
	сыр		15,3	15						

	масло сливочное соль иодированная масса готового оmeста		3 0,4 3 0,4 150							
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Йогурт в инд стаканчике		150	150,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,66	0,45	ТТК
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
	Шиповник сахар Вода питьевая		18,40 6,00 180,00	18,00 6,00 180,00						
Сок в инд упаковке		125	125,00	125,00	0,63	0,00	12,63	53,00	2,50	№418 Дели 2016
Итого:		641			18,99	17,32	66,02	468,68	47,22	
ВСЕГО:		1 915			51,88	52,77	209,23	1508,14	91,40	
ИТОГО за 10 дней		18160			612,61	566,15	2277,07	16777,98	646,32	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		1816			61,26	56,62	227,71	1677,80	64,63	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДООУ
2. 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)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДООУ) 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 М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий 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 М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина I 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) моркови, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%