

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

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	(в г)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
			брутто	нетто						
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5.79	6.28	26.29	185.66	0.67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18.00	18.00						
	Молоко		123.00	123.00						
	Сахар		2.00	2.00						
	Соль йодированная		0.40	0.40						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Кофейный напиток с молоком		180/6			2.85	2.41	10.35	74.58	1.17	№414 Дели 2016
	Кофейный напиток		2.50	2.50						
	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		90.00	90.00						
	Вода		108.00	108.00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2.53	5.69	12.92	115.67	0.07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Сыр		5.10	5.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		364			11.17	14.38	49.56	375.91	1.91	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток с сахаром (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150/2	155.00	150.00	4.35	3.75	8.00	83.00	1.05	№420 Сб дошк 2016
	сахар		2.00	2.00						
Кондитерское изделие	печенье	20	20.00	20.00	1.50	1.96	14.88	83.40		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		172			5.85	5.71	22.88	166.40	1.05	
ОБЕД										
Икра морковная		30			0.60	0.03	6.17	27.36		№ 35 сб дошк 2016
	морковь		31.30	25.00						
	лук репчатый		6.00	5.00						
	томатная паста		4.00	4.00						
	масло растительное		1.50	1.50						
	сахарный песок		0.30	0.30						
	соль йодированная		0.30	0.30						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		150			2.58	2.86	11.27	89.36	3.45	№91 сб дошк 2016
	картофель		66.60	50.00						
	морковь		7.50	6.00						
	лук репчатый		7.20	6.00						
	масло растительное		1.50	1.50						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	бульон		112.50	112.50						
	клецки:			15.00						
	мука пшеничная		4.60	4.60						
	масло сливочное		0.50	0.50						
	яйцо		1.60	1.32						
	вода		7.30	7.30						
	соль йодированная		0.10	0.10						
	масса теста			13.50						
	масса готовых клецек			15.00						
Плов из отварной птицы		150			12.71	7.85	26.80	229.00	4.52	№221, 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 йодированная		0.50	0.50						
	масса гарнира			126.00						
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	150	12.75	12.50	0.50	0.07	14.00	60	0.54	№224 сб дошк 2016

	Сахар вода		5.00 152.00	5.00 152.00						
Хлеб пшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.77	70.57	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		545			20.98	11.47	86.86	545.52	8.51	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Пудинг рыбный		45/15			8.98	2.93	4.40	80.00	0.32	№286 СБ дошк 2016
	рыба (минтай с/м БГ)		51.54	37.90						
	масса отварной рыбы			30.00						
	Хлеб пшеничный		6.20	6.20						
	яйцо		4.80	4.00						
	молоко		9.00	9.00						
	масло сливочное		1.70	1.70						
	соль иодированная		0.30	0.30						
	Масло растительное		0.80	0.80						
	масса пудинга			45.00						
	Соус молочный									
	молоко		7.50	7.50						
	масло сливочное		0.80	0.80						
	Мука пшеничная		0.80	0.80						
	Вода		7.50	7.50						
	Сахар		0.15	0.15						
	соль иодированная		0.09	0.09						
	масса соуса			15.00						
Пюре Картофельное		120			2.45	3.84	16.35	109.80	14.53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136.80	102.60						
	Молоко		18.96	18.00						
	Масло сливочное		4.20	4.20						
	соль иодированная		0.45	0.45						
Хлеб пшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.77	70.57	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром		150/5			0.06	0.02	5.01	19.95	0.03	№410, 411 Дели 2016
	чай весовой		0.40	0.40						
	Сахар		5.00	5.00						
	Вода		150.00	150.00						
Фрукты свежие (яблоки, или 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:		465			14.18	7.43	50.33	327.32	24.88	
ВСЕГО:		1546			52.17	38.99	209.63	1415.15	36.35	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3.76	6.13	22.96	162.00	0.67	ТТК №1Д
	Крупа полбяная		18.00	18.00						
	Молоко		70.00	70.00						
	вода		53.00	53.00						
	Сахар		2.00	2.00						
	соль иодированная		0.40	0.40						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Какао с молоком		180/6			3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2.00	2.00						
	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		110.00	110.00						
	Вода		80.00	80.00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1.92	4.36	12.92	98.50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		359			9.35	13.67	46.75	351.28	2.10	
	2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	155.00	150.00	4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 Сб дошк 2016
Итого:		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	
	ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром		40			0.50	0.04	4.65	20.92	1.92	№42, Сб дошк 2016

	морковь		48.00	38.40						
	сахар		2.00	2.00						
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной		150/5			1.81	3.70	6.74	70.31	6.43	№63, сб дошк 2016
	капуста свежая		15.00	12.00						
	картофель		15.96	12.00						
	морковь		9.38	7.50						
	лук репчатый		7.14	6.00						
	свекла		30.72	24.00						
	масло растительное		3.00	3.00						
	сахар		0.15	0.15						
	томатная паста		1.50	1.50						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	бульон		120.00	120.00						
	сметана		5.00	5.00						
Гуляш из отварной говядины		30/30			8.73	10.07	1.73	132.60	0.56	№293 сб рецептов 2017
	говядина лопатка б/к		48.00	48.00						
	соль йодированная		0.30	0.30						
	масса отварной говядины			30.00						
	морковь		13.13	10.50						
	лук репчатый		6.36	5.30						
	вода питьевая		22.50	22.50						
	томатная паста		0.90	0.90						
	мука пшеничная в/с		1.50	1.50						
	масло растительное		2.00	2.00						
	соль йодированная		0.15	0.15						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6.45	3.13	29.16	170.14	0.00	№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		52.40	52.40						
	вода питьевая		78.10	78.10						
	соль йодированная		0.30	0.30						
	масло сливочное		2.00	2.00						
Компот из свежих яблок		150			0.12	0.12	20.91	85.95	2.85	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28.50	25.00						
	сахар		5.00	5.00						
	вода		152.00	152.00						
Хлеб пшеничный		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		577			21.82	17.68	89.33	607.90	11.76	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Сырники из творога с повидлом		100/30			18.90	14.54	31.68	329.00	0.46	№4245 СБ дошк 2016
	творог		102.00	100.00						
	мука пшеничная в/с		12.00	12.00						
	яйцо		4.80	4.00						
	сахар		5.00	5.00						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	масса полуфабриката			114.00						
	масло растительное		2.00	2.00						
	масса готовых сырников			100.00						
	повидло		30.60	30.00						
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						
Сок в инд.упаковке		125	125.00	125.00	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418 Дели 2016
Итого:		415			19.63	14.56	49.48	403.78	5.20	
ВСЕГО:		1501			55.14	49.66	191.87	1438.96	19.51	

День 3 - ий

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол - во	кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			(шт.)	(шт.)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
	ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4.22	4.92	23.38	155.56	0.60	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10.00	10.00						
	Крупа пшеничная		7.50	7.50						
	Молоко		75.00	75.00						
	Вода		48.00	48.00						

Чай с молоком,сахаром	Сахар		2.00	2.00						
	соль иодированная		0.40	0.40						
	Масло сливочное	180/6	3.00	3.00	3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	2016
	чай весовой		0.45	0.45						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		92.00	90.00						
	Вода	25/5/5	90.00	90.00	2.53	5.69	12.92	115.67	0.07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Сыр		5.10	5.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		359			9.78	13.01	46.78	346.99	2.05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 Сб дошк 2016
	вафли	20	20.00	20.00	0.75	6.10	12.50	108.50		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		170			5.10	9.85	18.80	184.50	0.45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью	капуста свежая б/к	40	41.60	33.30	0.56	2.03	3.61	34.96	12.98	№21 сб дошк Дели2016
	масса прогретой капусты			30.00						
	морковь		8.75	7.00						
	соль иодированная		0.40	0.40						
	сахарный песок		2.00	2.00						
	масло растительное		2.00	2.00						
	Суп картофельный на курином бульоне, с рыбными фрикадельками	150/20				4.76	2.40	10.41	90.40	
	картофель		80.00	60.00						
	морковь		7.50	6.00						
	лук репчатый		7.14	6.00						
	томатная паста		0.60	0.60						
	масло растительное		1.50	1.50						
	Бульон		105.00	105.00						
	соль иодированная		0.50	0.50						
	фрикадельки рыбные:			20.00						
	минтай ПБГ с/м		25.80	18.80						
	или фарш рыбный		19.00	18.80						
	яйцо куриное		2.88	2.40						
	лук репчатый		3.60	3.00						
	соль иодированная		0.24	0.24						
	вода питьевая		3.00	3.00						
	масса полуфабриката фрикаделек			25.00						
	масса готовых фрикаделек			20.00						
Биточки "Домашние"		50			7.41	5.79	10.68	110.54	0.05	от 25.12.2018
	цыплята - бройлеры с/м		60.68	39.40						
	или фарш куриный		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 иодированная		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						
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 пшеничный		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	0.00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		577			21.07	15.65	81.30	551.56	21.39	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										

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		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0.51	0.21	5.57	26.15	36.60	№437 сб дошк 2016
	шиповник		15.30	15.00						
	сахар		5.00	5.00						
	вода		150.00	150.00						
Пирожок печеный с повидлом		50			2.92	3.13	28.98	155.83	0.03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		25.00	25.00						
	Мука пшеничная в/с		1.20	1.20						
	Масло сливочное		1.13	1.13						
	Сахарный песок		1.33	1.33						
	Яйцо куриное		1.60	1.33						
	соль 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						
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 9 стр 186, Дели +, 2012
Итого:		460			18.91	25.56	70.14	587.76	46.88	
ВСЕГО:		1566			54.86	64.06	217.02	1670.82	70.77	

День 4 - ый

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол-во	кол-во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник
			(г)	(г)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
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						
Итого:		359			9.47	11.57	46.52	344.55	1.17	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	152.00	150.00	4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 сб дошк 2016
Итого:		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	
ОБЕД										
Салат из 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 пшеничной крупой на бульоне из индейки		150			1.18	1.63	7.27	51.45	4.95	№86 сб дошк 2016
	крупа 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 иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105.00	105.00						

Индейки тушеная с овощами по- татарски	филе индейки с/м (филе грудок или бедра) соль иодированная масса отварного филе индейки лук репчатый морковь Масло сливочное бульон	30/30	42.00 0.30 30.00 26.40 12.50 2.50 10.00	42.00 0.30 30.00 22.00 12.00 2.50 10.00	10.03	8.30	17.97	101.63	16.41	ТТК №753 от 20.08.2022
Пюре Картофельное	Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	120	136.80 18.96 4.20 0.45	102.60 18.00 4.20 0.45	2.45	3.84	16.35	109.80	14.53	№339 СБ дошк 2016
Компот из урюка	урюк масса отварных фруктов Вода сахар	150	15.30 152.00 5.00	15.00 24.00 152.00 5.00	0.35	0.02	13.83	56.83	0.00	№394 СБ дошк 2016
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		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		575			18.28	17.46	81.17	466.62	38.47	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным	Творог крупа манная Яйцо Сахар Сметана Масло сливочное Сухари панировочные соль иодированная молоко сгущенное	110/20	103.20 6.60 5.28 8.80 4.40 4.40 4.40 0.55 20.40	101.20 6.60 4.40 8.80 4.40 4.40 4.40 0.55 20.00	20.73	16.98	29.49	353.40	0.49	№251 сб дошк 2016
Чай с сахаром	чай весовой Сахар Вода	150/5	0.40 5.00 150.00	0.40 5.00 150.00	0.053	0.015	5.02	20.08	0.02	№410, 411 Дели 2016
Сок в инд.упаковке		200	200.00	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	4.00	№418 Дели 2016
Итого:		485			21.78	17.00	54.71	458.28	4.51	
ВСЕГО:		1569			53.88	49.77	188.70	1345.45	44.60	

День 5 - ый

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	кол-во	кол-во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша манная молочная с маслом сливочным	Крупа манная Молоко Сахар соль иодированная Масло сливочное	140/3	18.00 123.00 2.00 0.40 3.00	18.00 123.00 2.00 0.40 3.00	4.24	4.60	22.61	149.26	0.82	ТТК №4Д
Чай без сахара, с мармеладом	чай весовой вода питьевая мармелад	170/10	0.40 170.00 15.00	0.40 170.00 15.00	0.07	0.02	11.93	48.15	0.02	ТТК
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Батон нарезной Сыр Масло сливочное	25/5/5	25.00 5.10 5.00	25.00 5.00 5.00	2.53	5.69	12.92	115.67	0.07	№3 сб дошк 2016
Итого:		358			6.84	10.31	47.46	313.08	0.91	
2 - ой ЗАВТРАК										

Кисломолочный напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№8420 СБ дошк. 2016
Кондитерское изделие	сушки	20	20.00	20.00	2.18	0.26	13.76	66.20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Итого:		170			6.53	4.01	20.06	142.20	0.45	
	ОБЕД									
Салат из моркови с сахаром		40			0.50	0.04	4.65	20.92	1.92	№8420 СБ дошк. 2016
	морковь		48.00	38.40						
	сахар		2.00	2.00						
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		150/10			5.29	4.33	10.00	108.56	3.55	№87 СБ дошк. 2016
	картофель		40.05	30.00						
	горох колотый		12.15	12.00						
	лук репчатый		7.20	6.00						
	морковь		9.60	7.50						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	масло растительное		3.00	3.00						
	вода питьевая		105.00	105.00						
	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 полуфабриката фрикаделек			10.00						
Тефтели мясные		50			5.79	5.21	5.62	92.46	0.04	СБ дошкольн. №303, 2016
	говядина (котлетное мясо б/к)		33.30	31.70						
	или фарш говяжий		33.30	31.70						
	лук репчатый		12.00	10.00						
	масло растительное		1.50	1.50						
	хлеб пшеничный		6.70	6.70						
	вода питьевая		10.00	10.00						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	мука пшеничная в/с		3.40	3.40						
	масса полуфабриката			60.00						
	масло растительное		1.50	1.50						
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						
	капусты			24.00						
	соль йодированная		0.60	0.60						
	Масло растительное		4.00	4.00						
	соус:									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		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012

Хлеб ржаной		40	40.00	40.00	2.64	0.48	15.84	79.20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		585			18.31	22.91	65.67	555.06	25.97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Рыба, тушеная с овощами		40/20			3.20	10.59	21.70	196.18		№229 школьн. 2017
минтай ПБГ			69.10	51.00						
вода питьевая			8.00	8.00						
морковь			10.00	8.00						
томатная паста			1.60	1.60						
лук репчатый			4.80	4.00						
масло растительное			2.00	2.00						
соль			0.16	0.16						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным		110/2			2.65	1.77	25.86	134.03		№304 сб шк 2017
Крупа рисовая			39.60	39.60						
соль иодированная			0.50	0.50						
Вода питьевая			240.00	240.00						
Масло сливочное			2.00	2.00						
Хлеб пшеничный		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром 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						
Булочка сладкая		35			2.95	3.36	14.64	123.90		Сборник кулинарных блюд и кулинарных изделий Стр. 150 СБ 1997
мука пшеничная			21.70	21.70						
мука пшеничная			0.70	0.70						
дрожжи сухие			0.28	0.28						
соль иодированная			0.28	0.28						
сахар			0.70	0.70						
масло сливочное			1.75	1.75						
яйцо			2.10	1.75						
молоко			8.75	8.75						
масса теста				35.00						
сахар			3.50	3.50						
масло сливочное			1.75	1.75						
масса пф				40.25						
яйцо куриное			0.60	0.50						
масло растительное			0.10	0.10						
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:		492			11.21	16.34	89.48	581.64	12.24	
ВСЕГО:		1605			42.89	53.57	222.66	1591.98	39.57	

2 неделя

День 6 - ый

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
каша ячменная молочная гречневая, с маслом	ЗАВТРАК	140/3			6.33	6.19	24.57	180.10	1.15	№183, сб шк 2017
	крупа гречневая		28.00	28.00						
	сахар		3.00	3.00						
	молоко		98.00	98.00						
	вода питьевая		21.00	21.00						
	масло сливочное		3.00	3.00						
	соль иодированная		0.40	0.40						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	2016
	чай весовой		0.45	0.45						
	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		92.00	90.00						
	Вода		90.00	90.00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1.92	4.36	12.92	98.50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:	2 - ой ЗАВТРАК	359			11.28	12.94	47.97	354.36	2.53	
Кисломолочный напиток		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 СО дошк 2016

(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155.00	150.00						
Итого:		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	
	ОБЕД									
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 мясном бульоне, со сметаной		150/5			1.81	3.70	6.74	70.31	6.43	№63, сб дошк 2016
	Капуста свежая		15.00	12.00						
	Картофель		15.96	12.00						
	Морковь		9.38	7.50						
	Лук репчатый		7.14	6.00						
	Свекла		30.72	24.00						
	Масло растительное		3.00	3.00						
	Сахар		0.15	0.15						
	Томатная паста		1.50	1.50						
	соль иодированная		0.50	0.50						
	Бульон		120.00	120.00						
	Сметана		5.00	5.00						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		150			14.09	15.73	14.42	256.52	5.88	Акт проработки от 25.12.2022
	Говядина (лопатка б/к)		48	48						
	соль иодированная		0.3	0.3						
	масса отварной говядины			30						
	Картофель		133	100						
	томатная паста		4	4						
	Лук репчатый		18	15						
	Огурцы соленые		36.4	20						
	Бульон мясной		30	30						
	Масло растительное		8	8						
	Масса овощей			120						
Напиток из сухофруктов		150			0.50	0.07	14.00	60	0.54	№274 сб дошк 2016
	сухофрукты		12.75	12.50						
	Сахар		5.00	5.00						
	вода		152.00	152.00						
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		520			19.57	21.77	51.41	485.85	15.64	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный		130			12.08	21.52	2.29	251.03	0.25	№227, 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		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.30	58.75	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром, с яблоками		150/5/10			0.09	0.06	5.99	24.70	1.02	№412 Дели 2016
	чай весовой		0.40	0.40						
	Сахар		5.00	5.00						
	яблоки свежие		11.40	10.00						
	Вода		150.00	150.00						
Булочка дорожная		35			2.73	4.90	18.25	126.70		№453 сб дошк 2016
	Мука пшеничная		21.35	21.00						
	мука пшеничная на подпыл		0.70	0.70						
	Сахар		4.20	4.20						
	Масло сливочное		4.55	4.55						
	соль иодированная		0.21	0.21						
	дрожжи сухие		0.14	0.14						
	вода		10.70	10.70						
	масса полуфабриката для крошки:			39.90						
	мука пшеничная		0.84	0.84						
	масло сливочное		0.70	0.70						
	масса крошки			1.40						

масло растительное для смазки изделий		0.70	0.70						
Сок в инд.упаковке	125	125.00	125.00	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418 Дели 2016
Итого:	480			17.43	26.68	51.45	514.18	3.77	
ВСЕГО:	1509			52.62	65.14	157.13	1430.39	22.39	

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
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 сыром, маслом сливочным		25/5/5			2.53	5.69	12.92	115.67	0.07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Сыр		5.10	5.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		364			5.38	8.10	23.27	190.25	1.24	
2 - ой ЗАВТРАК										
Молоко кипяченое		150			4.58	4.08	7.58	85.00	2.05	№419 Сб дошк 2016
(молоко)	молоко		158.00	150.00						
Кондитерское изделие	печенье (или крекер)	20	20.00	20.00	1.50	1.96	14.88	83.40		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		170			6.08	6.04	22.46	168.40	2.05	
ОБЕД										
Салат из 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-лапша домашняя на курином бульоне		150			1.54	3.33	6.97	69.45	0.30	№94 сб дошк2016
	Мука пшеничная		10.5	10.5						
	мука пшеничная пшеничная		0.72	0.72						
	Яйцо		3.6	3						
	вода		2.1	2.1						
	соль иодированная		0.3	0.3						
	масса подушечной			12						
	Морковь		7.50	6.0						
	Лук репчатый		7.14	6.0						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		143	143.00						
	соль иодированная		0.6	0.6						
Птица, тушеная в соусе с овощами		150			13.34	10.37	12.90	198.00	24.36	№319,372 Сб дошк 2016
	цыплята - бройлеры с/м		73	69.0						
	птицы			30.0						
	соус сметанный :									2016
	Вода или отвар		15.0	15.0						
	сметана		5.0	5.0						
	мука пшеничная		1.5	1.5						
	соль иодированная		0.16	0.16						
	масса соуса			20.0						
	Картофель		87.2	65.6						
	морковь		32.0	25.6						
	Лук репчатый		17.6	14.4						
	масло растительные		1.2	1.20						
	соль иодированная		0.6	0.6						
	масса овощей с соусом			120.0						
Компот из свежих яблок		150			0.12	0.12	20.91	85.95	0.68	№342 сб шк 2017
	яблоки свежие		28.50	24.00						
	сахар		5.00	5.00						
	вода		153.00	153.00						

Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144+, 2012
Итого:		515			17.82	15.74	57.17	448.34	31.29	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Плов с сухофруктами		130			3.59	8.83	37.44	245.70	0.73	№195 СБ шк 2017
	крупа рисовая		34.00	34.00						
	вода питьевая		71.50	71.50						
	соль йодированная		0.50	0.50						
	масло сливочное		13.00	13.00						
	курага		13.30	13.00						
	морковь		32.50	26.00						
	изюм		6.60	6.50						
Хлеб пшеничный		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0.51	0.21	5.57	26.15	75.00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15.30	15.00						
	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
Итого:		405			6.02	9.60	62.65	365.85	85.73	
ВСЕГО:		1454			35.30	39.47	165.55	1172.84	120.31	

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		140/3			5.79	6.28	26.29	185.66	0.67	ТТК №5Д
	Крупа геркулесовая		18.00	18.00						
	Молоко		123.00	123.00						
	Сахар		2.00	2.00						
	Соль йодированная		0.40	0.40						
	Масло сливочное		3.00	3.00						
Какао с молоком		180/6			3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416 Дели 2016
	Какао-порошок		2.00	2.00						
	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		110.00	110.00						
	Вода		80.00	80.00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1.92	4.36	12.92	98.50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Итого:		359			11.38	13.82	50.08	374.94	2.10	
2 - ой ЗАВТРАК										
кисломолочный напиток с сахаром (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		150/2			4.35	3.75	8.00	83.00	1.05	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		155.00	150.00						
	сахар		2.00	2.00						
Итого:		152			4.35	3.75	8.00	83.00	1.05	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром (морковей шмак)		40			0.50	0.04	4.65	20.92	1.92	№42, СБ дошк 2016
	морковь		48.00	38.40						
	сахар		2.00	2.00						
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 йодированная		0.50	0.50						
	вода питьевая		120.00	120.00						
	говядина (котлетное мясо) 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		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						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		110/2			6.45	3.13	29.16	170.14	0.00	№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		52.40	52.40						
	вода питьевая		78.10	78.10						
	соль йодированная		0.30	0.30						
	масло сливочное		2.00	2.00						
Компот из урюка		150			0.35	0.02	13.83	56.83	0.00	№2594 СБ дошк 2016
	урюк		15.30	15.00						
	масса отварных сухофруктов			24.00						
	вода питьевая		152.00	152.00						
	сахар		5.00	5.00						
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		562			18.18	13.82	72.74	493.07	11.86	
Пудинг творожный с повидлом		110/20			16.73	11.84	39.76	330.50	0.21	№249 СБ дошк 2016
	Творог		94.82	93.50						
	Манная крупа		8.80	8.80						
	Яйцо		5.28	4.40						
	Сахарный песок		8.80	8.80						
	Соль йодированная		0.40	0.40						
	Масло сливочное		4.40	4.40						
	Сухари панировочные		4.40	4.40						
	Сметана		4.40	4.40						
	повидло		20.40	20.00						
Чай с сахаром		150/5			0.05	0.02	5.02	20.08	0.02	№210, +11 Дели 2016
	чай весовой		0.40	0.40						
	Сахар		5.00	5.00						
	Вода		150.00	150.00						
Сок в инд.упаковке		200	200.00	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	4.00	№418 Дели 2016
Итого:		485			17.78	11.86	64.98	435.38	4.23	
ВСЕГО:		1558			51.69	43.25	195.80	1386.39	19.24	

День 9- ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
Каша манная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК	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 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	2016

	чай весовой		0.45	0.45						
	Сахар		6.00	6.00						
	Молоко		92.00	90.00						
	Вода		90.00	90.00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1.92	4.36	12.92	98.50		№1 Дели 2016
	Батон нарезной		25.00	25.00						
	Масло сливочное		5.00	5.00						
Йогурт в инд стаканчике		150	150.00	150.00	4.35	3.75	6.30	76.66	0.45	ТТК
Итого:		509			13.54	15.10	52.31	400.18	2.65	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 Сб дошк 2016
(катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток		155.00	150.00						
Итого:		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	
ОБЕД										
Винегрет овощной		40			0.56	4.02	2.92	50.04		№46 сб дошк 2016
	картофель		13.76	10.00						
	свекла		10.20	8.00						
	морковь		7.56	6.00						
	капуста квашенная		11.50	8.00						
	лук репчатый		7.16	6.00						
	масло растительное		2.40	2.40						
Суп крестьянский с пшенной крупой, с мясом индейки		150/10			3.43	5.06	3.69	75.15	6.24	№86 сб дошк 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		14.00	14.00						
	масса отварного филе индейки			10.00						
	капуста свежая		22.50	18.00						
	картофель		19.95	15.00						
	крупка пшенная		3.00	3.00						
	морковь		7.50	6.00						
	лук репчатый		7.14	6.00						
	масло растительное		3.00	3.00						
	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		120.00	120.00						
Котлеты рубленые из индейки с маслом сливочным		50/2			8.37	11.13	8.25	167.20	0.09	СБ дошкольн. №322, 2016
	филе индейки с/м (филе грудок или бедра)		37.00	37.00						
	Хлеб пшеничный		10.00	10.00						
	Вода		13.00	13.00						
	соль иодированная		0.50	0.50						
	сухари панировочные		3.50	3.50						
	масса полуфабриката			62.50						
	масло растительное		1.50	1.50						
	масло сливочное		2.00	2.00						
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	13.5	63	0.83	ТТК
	Кисель-концентрат		17.50	17.50						
	Сахар		5.00	5.00						
	вода		150.00	150.00						
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 0 стр 144, 2016
Итого:		549			19.17	25.47	61.62	561.05	7.16	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
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 иодированная		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						

Пюре картофельное	масло растительное	120	2.00	2.00	2.45	3.84	16.35	109.80	14.53	№339 СБ дошк 2016
	Картофель		136.80	102.60						
	Молоко		18.96	18.00						
	Масло сливочное		4.20	4.20						
	соль иодированная		0.45	0.45						
Хлеб пшеничный		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						
Ватрушка с повидлом		50			2.97	1.98	21.2	121.33	0	ТТК
	мука пшеничная в/с		25.30	25.30						
	дрожжи сухие		0.20	0.20						
	соль йодированная		0.40	0.40						
	сахарный песок		1.30	1.30						
	масло сливочное		1.13	1.13						
	яйцо куриное		1.56	1.30						
	вода питьевая		10.00	10.00						
	мука пшеничная в/с		1.20	1.20						
	повидло		20.20	20.00						
	яйцо куриное		1.20	1.00						
	масло растительное		0.20	0.20						
	Фрукты свежие			100						
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		500			14.36	9.61	66.25	415.54	77.10	
ВСЕГО:		1,708			51.42	53.93	186.49	1452.77	87.36	

День 10 - ый

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6.02	4.84	30.97	191.96	0.67	ТТК №9Д
	Крупа пшеничная		18.00	18.00						
	Молоко		70.00	70.00						
	Вода		53.00	53.00						
	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						
Итого:		359			8.05	9.26	50.88	319.16	1.70	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)		150			4.35	3.75	6.30	76.00	0.45	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		155.00	150.00						
Кондитерское изделие	пряники	35	35.00	35.00	2.07	1.65	26.25	128.10	0.00	табл 6 стр 136, Дели + 2012
Итого:		185			6.42	5.40	32.55	204.10	0.45	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка к/с		30			0.89	1.55	1.88	25.08		№10 СБ дошколь. 2016
	зеленый горошек к/с		48.10	28.50						
	масло растительное		1.50	1.50						
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками		150/10			2.61	2.89	8.06	71.65	5.16	№86 сб дошк 2016
	крупка рисовая		5.00	5.00						
	картофель		60.00	45.00						
	морковь		7.50	6.00						
	лук репчатый		7.14	6.00						
	масло растительное		1.50	1.50						
	томатная паста		1.80	1.80						

	соль иодированная		0,5	0,5						
	бульон или вода		105.00	105.00						
	с/м		17.56	11.40						
	или фарш куриный		11.97	11.40						
	лук репчатый		1.19	1.00						
	яйцо		0.96	0.80						
	вода для фарша		1.00	1.00						
	соль иодированная		0.10	0.10						
	масса полуфабриката			14.30						
	масса готовых фрикаделек			10.00						
Капуста тушеная с мясом		150			7.18	9.00	13.39	169.20	20.50	ТТК №647 от 24.08.2022
	капуста свежая		138.00	110.00						
	вода питьевая		24.00	24.00						
	масса тушеной капусты			100.00						
	лук репчатый		10.80	9.00						
	масло растительное		1.00	1.00						
	масса пассерованного лука			4.50						
	говядина (котлетное мясо б/к)		39.50	37.50						
	или фарш говяжий		39.50	37.50						
	масса готового фарша			30.00						
	мука пшеничная в/с		3.00	3.00						
	масса соуса:			15.00						
	вода питьевая		15.00	15.00						
	масло сливочное		0.70	0.70						
	мука пшеничная в/с		0.70	0.70						
	морковь		1.25	1.00						
	лук репчатый		0.36	0.30						
	томатная паста		0.90	0.90						
	масло растительное		0.20	0.20						
	соль иодированная		0.15	0.15						
	сахар		0.15	0.15						
Компот из свежих фруктов		150			0.17	0.09	7.44	32.89	6.16	ТТК
	яблоки свежие		22.80	20.00						
	апельсин		7.50	5.00						
	лимон		5.55	5.00						
	Вода		152.00	152.00						
	сахар		5.00	5.00						
Хлеб ржаной		35	35.00	35.00	2.31	0.42	13.85	69.23		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		525			13.15	13.95	44.62	368.05	31.82	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный с сыром		130			9.67	11.37	22.22	250.46	0.30	№229, сб дошк 2016
	яйцо		102	85						
	молоко		51	51						
	сыр		13.26	13						
	масло сливочное		2.6	2.6						
	соль иодированная		0.3	0.3						
	масса готового омлета			130						
Хлеб пшеничный		20	20.00	20.00	1.52	0.16	9.84	47.00	0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Напиток из шиповника		150/5			0.50	0.21	5.57	26.15	75.00	табл 6 стр дошк 2016
	шиповник		15.30	15.00						
	сахар		5.00	5.00						
	вода		150.00	150.00						
Сок в инд.упаковке		125	125.00	125.00	0.63	0.00	12.63	53.00	2.50	№418 Дели 2016
Итого:		430			12.32	11.74	50.26	376.61	77.80	
ВСЕГО:		1499			39.93	40.34	178.30	1267.92	111.77	
ИТОГО за 10 дней		15515			489.90	498.18	1913.15	14172.68	571.87	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника		1552			48.99	49.82	191.32	1417.27	57.19	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, 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 (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4. Справочник рецептур блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6. Сборник рецептур на продукцию 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) 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%

**Примерное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет**

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
День 1 -ый										
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	33.80	238.71	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	74.58	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	128.77	0.07	№3 сб дошк 2016
Итого:		409			13.90	16.31	59.64	442.06	2.10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток с сахаром (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток сахар печенье	180/3	185.00 3.00 20.00	180.00 3.00 20.00	5.22	4.50	10.19	102.00	1.26	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие		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										
Икра кабачковая	икра кабачковая	50	51.00	50.00	0.45	2.35	2.97	34.80		№54 дошк. СБ 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	60.00 7.20 7.20 1.80 0.60 135.00 18.00 5.50 0.60 1.60 8.80 0.16	3.10	3.44	13.53	107.24	4.14	№91 сб дошк 2016
Плов из отварной птицы	цыплята-бройлера с/м масса отварной птицы масло сливочное Лук репчатый Морковь Крупа рисовая вода соль иодированная масса гарнира	200	78.00 32.00 8.00 11.90 16.25 55.00 86.00 0.80	73.60 32.00 8.00 10.00 13.00 55.00 86.00 168.00	11.19	10.93	31.80	282.55	0.18	№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	0.65	№394 СБ дошк 2016
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:		690			20.97	17.63	100.17	667.55	4.97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы Хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль иодированная Масло растительное масса пудинга С/молочный молоко масло сливочное Мука пшеничная Вода Сахар соль иодированная масса соуса	60/20	68.34 21.00 8.25 6.30 12.00 2.25 0.40 1.00 10.00 1.10 1.10 10.00 0.20 0.13	50.25 39.75 8.25 5.25 12.00 2.25 0.40 60.00 10.00 1.10 1.10 10.00 0.20 0.13	11.97	3.91	5.87	106.67	0.46	№286 СБ дошк 2016
Пюре Картофельное	Картофель Молоко Масло сливочное соль иодированная	140	159.60 22.12 5.00 0.52	119.70 21.00 5.00 0.52	2.86	4.48	19.08	128.10	16.96	№339 СБ дошк 2016
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	чай весовой сахар Вода	180/6	0.45 6.00 180.00	0.45 6.00 180.00	0.06	0.02	6.01	23.94	0.03	№410, 411 Дели 2016
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:		541			17.95	9.09	57.98	387.96	27.45	
ВСЕГО:		1840			59.54	49.49	242.87	1682.96	35.78	

День 2- ой										
Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	Крупа полбяная Молоко вода Сахар соль иодированная Масло сливочное	180/3	22.50 90.00 68.00 2.50 0.50 3.00	22.50 90.00 68.00 2.50 0.50 3.00	4.81	7.85	29.38	207.32	0.86	ТТК №1Д
Какао с молоком	Какао-порошок Сахар Молоко Вода	180/6	2.00 6.00 110.00 80.00	2.00 6.00 110.00 80.00	3.67	3.19	10.87	90.78	1.43	№416 Дели 2016
Бутерброд с маслом сливочным	Батон нарезной Масло сливочное	30/5	30.00 5.00	30.00 5.00	2.29	4.50	15.49	111.68		№1 Дели 2010
Итого:		404			10.77	15.54	55.74	409.78	2.29	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185.00	180.00	5.22	4.50	7.56	92.00	0.45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180			5.22	4.50	7.56	92.00	0.45	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	морковь сахар	60	72.00 3.00	57.60 3.00	0.75	0.06	6.97	31.38	2.88	№42, сб шк 2017
Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной	Капуста свежая	180/7	20.00	16.00	1.48	4.59	8.12	85.97	7.71	№63 сб дошк 2016

	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															
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		1303	61.90	61.90		7.62	4.16	34.47	205.27	0.00									№179 сб дошк 2016
	гречневая крупа		92.30	92.30															
	вода питьевая		0.40	0.40															
	соль йодированная		3.00	3.00		0.14	0.14	25.09	103.14	0.81									№342 сб шк 2017
Компот из свежих яблок		180	34.00	30.00															
	яблоки свежие		6.00	6.00															
	сахар		183.00	183.00															
	вода																		
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:		720				27.27	23.20	112.01	773.99	12.14									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																			
Сырники из творога с повидлом		120/30	122.40	120.00		22.66	17.45	34.00	379.80	0.46									№4245 СБ дошк 2016
	творог		14.40	14.40															
	мука пшеничная в/с		6.00	5.00															
	яйцо		6.00	6.00															
	сахар		0.60	0.60															
	соль йодированная		137.00	137.00															
	масса полуфабриката		2.50	2.50															
	масло растительное		30.60	30.00		0.13	0.03	6.23	26.48	2.83									№412 Дели 2016
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7	0.45	0.45															
	чай весовой		6.00	6.00															
	Сахар		8.00	7.00															
	лимон		180.00	180.00															
	Вода		125	125.00		0.63	0.00	12.63	53.00	2.50									№418 Дели 2016
Сок в индивидуальном		468				23.42	17.48	52.85	459.28	5.79									
Итого:		1772				66.67	60.72	228.16	1735.05	20.67									

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3	13.50	13.50	5.34	8.40	29.46	215.85	0.86	ТТК №7Д
	Крупа рисовая		10.00	10.00						
	Крупа пшеничная		90.00	90.00						
	Молоко		68.00	68.00						
	Вода		2.50	2.50						
	Сахар		0.50	0.50						
	соль йодированная		3.00	3.00						
Чай с молоком, сахаром		180/6	0.45	0.45	3.03	2.40	10.48	75.76	1.38	№413 сб дошк 2016
	чай весовой		6.00	6.00						
	Сахар		92.00	90.00						
	Молоко		90.00	90.00						
	Вода									
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5	30.00	30.00	3.61	5.83	15.49	128.77	0.07	№3 сб дошк 2016
	Батон нарезной		5.10	5.00						
	Сыр		5.00	5.00						
	Масло сливочное									
Итого:		409			14.37	13.83	65.78	445.69	2.31	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток (кагмык, кефир, напиток анцидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185.00	180.00	5.22	4.50	7.56	92.00	0.45	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	вафли	20	20.00	20.00	0.75	6.10	12.50	108.50		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		200			5.97	10.60	20.06	200.50	0.45	
ОБЕД										
Салат из свежей капусты с морковью		60	62.50	50.00	0.84	3.05	5.41	52.44	19.47	№21 сб дошк Дели2016
	капуста свежая б/к			45.00						
	масса прожаренной капусты		12.50	10.00						
	морковь		0.60	0.60						
	соль йодированная		3.00	3.00						
	сахарный песок		3.00	3.00						
	масло растительное									
Суп картофельный на курином бульоне, с рыбными фрикадельками		180/20	95.76	72.00	5.04	2.74	12.43	104.08	8.97	№106,107 сб шк 2017
	картофель		9.00	7.20						
	морковь		8.60	7.20						
	лук репчатый		0.72	0.72						
	томатная паста		1.80	1.80						
	масло растительное		126.00	126.00						
	Бульон		0.60	0.60						
	соль йодированная			20						
	фрикадельки рыбные:		25.80	18.80						
	минтай ПБФ с/м или фарш рыбный		19.00	18.80						
	яйцо куриное		2.88	2.40						
	лук репчатый		3.60	3.00						
	соль йодированная		0.24	0.24						
	вода питьевая		3.00	3.00						
	масса полуфабриката фрикаделек			25.00						
	масса готовых фрикаделек			20.00						
Биточки "Домашние"		70	84.9	55.13	10.38	8.10	14.95	154.75	0.07	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	цыплята - бройлеры с/м или фарш куриный		57.89	55.13						
	морковь		16.53	13.12						
	Лук репчатый		18	15						
	Масло растительное		1.5	1.5						
	масса припущенного лука			8						
	соль йодированная		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		1303	45.50	45.50	4.81	6.09	22.96	165.79	0.00	№219 СБ дошк 2016
	макаронные изделия		275.00	275.00						
	вода		0.50	0.50						
	соль йодированная		3.00	3.00						
	Масло сливочное									
Кисель		180	21.00	21.00	0.54	0.09	16.18	75.24	0.99	ТТК
	Кисель-концентрат		6.00	6.00						
	Сахар		180.00	180.00						
	вода									
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:		718			26.86	20.85	104.53	711.99	29.50	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		150	114.00	95.00	13.94	24.83	2.64	289.66	0.28	№229, сб дошк 2016
	яйцо		60.00	60.00						
	молоко			155.00						
	масса омлетной смеси		2.50	2.50						
	масло сливочное		0.40	0.40						
	соль йодированная			150.00						
	масса готового омлета									
Пирожок печеный с повидлом		50	25.00	25.00	2.92	3.13	28.98	155.83	0.03	№437 сб дошк 2016
	Мука пшеничная в/с		1.20	1.20						
	Мука пшеничная в/с		1.13	1.13						
	Сахарный песок		1.33	1.33						
	Яйцо куриное		1.60	1.33						
	соль йодированная		0.40	0.40						
	Дрожжи сухие		0.20	0.20						
	вода питьевая		10.00	10.00						
	Повидло		16.80	16.70						
	Масло растительное		0.17	0.17						

Хлеб пшеничный	сахар	30	6.00	30.00	6.00	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:	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	725				22.78	28.91	80.63	689.19	32.45	
Рыба, тушеная с овощами		50/25				9.75	4.95	3.80	105.00	3.75	№229 школы. 2017
	минтай ПБГ		86.30	63.00							
	вода питьевая		10.00	10.00							
	морковь		12.50	10.00							
	томатная паста		2.00	2.00							
	лук репчатый		6.00	5.00							
	масло растительное		2.50	2.50							
	соль		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 иодированная		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 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							
Булочка сладкая		50				4.22	4.81	25.22	151.00	0.00	Сборник национальных блюд в кулинарных изданиях Стр. 150 Сб.Казань 1997
	Мука пшеничная		31.00	31.00							
	Мука пшеничная		1.00	1.00							
	дрожжи сухие		0.40	0.40							
	соль иодированная		0.40	0.40							
	Сахар		1.00	1.00							
	Масло сливочное		2.50	2.50							
	Ябло		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							
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:		580				19.92	15.89	92.37	591.99	16.58	
ВСЕГО:		1928				59.25	60.71	262.73	1850.75	50.63	

2 неделя

Наименование блюда и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептов	
			брутто	нетто	г	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 иодированная		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)	кисломолочный напиток	180	185.00	180.00		5.22	4.50	7.56	92.00	0.45	№420 СБ дошк 2016
Итого:		180				5.22	4.50	7.56	92.00	0.45	
ОБЕД											
Салат из кукурузы к/с		50				1.44	3.09	4.02	49.65	4.65	№10, сб дошк 2016
	кукуруза к/с		77.60	46.50							
	сахар		1.00	1.00							
	Масло растительное		3.00	3.00							
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							
Напиток из сухофруктов	сухофрукты	180	15.30	15.00		0.60	0.08	16.81	71.52	0.65	№394 СБ дошк 2016
	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:	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	662				25.28	29.27	66.01	638.33	18.89	
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		25	25.00	25.00	1.90	0.20	12.31	58.81		0.00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
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							
Булочка дорожная		50				3.39	6.98	26.07	181.00		№453 сб дошк 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							
	изделий		1.00	1.00							
Сок в виде упаковки		125	125.00	125.00	0.63	0.00	12.63	53.00		2.50	№418 Дели 2016
Итого:		546				19.97	32.07	60.63	611.17	3.81	
ВСЕГО:		1792				63.92	80.07	191.75	1754.84	26.01	

	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	Батон нарезной	30/5/5	30.00	30.00	3.61	5.83	15.49	128.77	0.07	№3 сб дошк 2016	
	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	40	40.00	40.00	3.00	3.92	29.76	166.80		табл 6 стр 136, Дели +, 2012	
Итого:		220			8.48	8.80	38.83	268.80	2.34		
ОБЕД											
Салат из квашеной капусты	капуста квашеная	50	57.90	40.00	0.85	2.50	4.23	42.85	9.91	№47 Дели 2017	
	лук репчатый		6.00	5.00							
	масло растительное		2.50	2.50							
	сахар		2.50	2.50							
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	Мука пшеничная	180	14.00	14.00	1.85	3.99	8.37	83.34	0.36	№94 сб дошк2016	
	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, тушенная в соусе с овощами	цыплята - бройлеры с/м	200	97.5	92.0	17.79	13.83	17.20	264.00	32.40	№319,372 СБ дошк 2016	
	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	яблоки свежие	180	34.00	28.00	0.14	0.14	25.09	103.14	0.81	№342 сб шк 2017	
	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:		655			23.60	21.00	72.72	582.52	43.48		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
Плов с сухофруктами	крупа рисовая	150	39.00	39.00	4.14	10.185	43.2	283.5	0.84	№195 СБ шк 2017	
	вода питьевая		82.50	82.50							
	соль йодированная		0.60	0.60							
	масло сливочное		15.00	15.00							
	курага		15.30	15.00							
	морковь		37.50	30.00							
	изюм		7.70	7.50							
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	шиповник	180/6	18.40	18.00	0.61	0.25	6.68	31.38	90.00	№399 сб дошк 2016	
	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:		466			7.43	11.08	74.45	432.45	100.84		
ВСЕГО:		1750			52.02	54.66	241.89	1701.92	147.90		

День 8 - ой

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 геркулесовая молочная с маслом сливочным	Крупа геркулесовая	180/3	22.50	22.50	7.44	8.07	33.80	238.71	0.86	ТТК №5Д
	Молоко		158.00	158.00						
	Сахар		2.50	2.50						
	соль иодированная		0.50	0.50						
Какао с молоком	Масло сливочное	180/6	3.00	3.00	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	Батон нарезной	30/5	30.00	30.00	2.29	4.50	15.49	111.68		№1 Дели 2010
	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)	кисломолочный напиток	180/3	185.00	180.00	5.22	4.50	10.19	102.00	1.26	№420 СБ дошк 2016
	сахар		3.00	3.00						
Итого:		183			5.22	4.50	10.19	102.00	1.26	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром	морковь	60	72.00	57.60	0.75	0.06	6.97	31.38	2.88	№42, СБ дошк 2016
	сахар		3.00	3.00						
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	капуста свежая	180/10/7	45.00	36.00	3.24	5.19	5.07	84.80	9.54	№73, сб дошк 2016
	картофель		28.73	21.60						
	морковь		9.00	7.20						
	лук репчатый		8.57	7.20						
	Масло растительное		4.00	4.00						
	соль иодированная		0.60	0.60						
	вода питьевая		140.00	140.00						
	говядина (котлетное мясо) 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		7.00	7.00						
Тефтели мясные в томатном соусе	говядина (котлетное мясо б/к) или фарш говяжий	60/20	39.90	38.00	7.18	7.09	8.34	125.85	0.53	СБ дошк. №303, 366, 2016
	лук репчатый		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 иодированная		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						

молос сливочным	гречневая крупа	130/3	61.90	61.90	7.62	4.16	34.47	205.27	0.00	№179 сб дошк 2016
	вода питьевая		92.30	92.30						
Компот из урюка	соль иодированная	180	0.40	0.40	0.40	0.02	16.60	68.20	2.44	№394 сб дошк 2016
	масло сливочное		3.00	3.00						
Хлеб ржаной	урюк	45	18.40	18.00	2.97	0.54	17.84	89.19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
	масса отварных сухофруктов		18.00	28.80						
	Сахар		6.00	6.00						
	вода		183.00	183.00						
Итого:		695			22.16	17.07	89.28	604.69	15.39	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

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 иодированная	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								

Сок в индивидуальном	200	200.00	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	4.00	№418 Дели 2016
----------------------	-----	--------	--------	------	------	-------	-------	------	----------------

Итого:	536				17.77	15.53	65.29	469.10	4.37	
---------------	------------	--	--	--	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--

ВСЕГО:	1818				58.56	52.85	224.93	1616.95	23.31	
---------------	-------------	--	--	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--------------	--

День 9 - ый

Наименование блюдо и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			

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 Дели 2010
------------------------------	------	--	--	--	------	------	-------	--------	--	--------------

Батон нарезной	30.00	30.00								
Масло сливочное	5.00	5.00								

Йогурт в инд стаканчике	150	150.00	150.00	4.35	3.75	6.30	76.66	0.45	ТТК
-------------------------	-----	--------	--------	------	------	------	-------	------	-----

Итого:	554				15.12	15.95	61.35	450.40	2.88	
---------------	------------	--	--	--	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--

2 - ой ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток анидофильный, риженка)	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

Винегрет овощной	60				0.84	6.02	4.37	75.06		№46 сб дошк 2016
------------------	----	--	--	--	------	------	------	-------	--	------------------

картофель	20.64	15.00								
свекла	15.30	12.00								
морковь	11.40	9.00								
капуста квашенная	17.25	12.00								
лук репчатый	10.71	9.00								
масло растительное	3.60	3.60								

Суп крестьянский с пшеницей крупой, с мясом индейки	180/10				3.61	5.65	4.42	84.30	7.42	№86 сб дошк 2016
---	--------	--	--	--	------	------	------	-------	------	------------------

филе индейки с/м (филе грудок или бедра)	14.00	14.00								
масса отварного филе индейки		10.00								
капуста свежая	27.50	22.00								
картофель	23.94	18.00								
крупа пшеничная	3.60	3.60								
морковь	9.00	7.20								
лук репчатый	8.57	7.20								
масло растительное	3.60	3.60								
соль иодированная	0.60	0.60								
бульон или вода	144.00	144.00								

Котлеты рубленные из индейки с маслом сливочным	70/2				11.70	15.00	11.53	228.80	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								
масло сливочное	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, Дели +, 2012
-------------	----	-------	-------	------	------	-------	-------	--	--	------------------------------

Итого:	680				203.59	192.33	749.20	5567.71	78.21	
---------------	------------	--	--	--	---------------	---------------	---------------	----------------	--------------	--

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Котлеты рыбные	70				8.99	4.26	7.82	101.72	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								

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, Дели +, 2012
----------------	----	-------	-------	------	------	-------	-------	------	--	------------------------------

Чай с сахаром и лимоном	180/6/7				0.13	0.03	6.23	26.48	2.83	№393 Дели 2010
-------------------------	---------	--	--	--	------	------	------	-------	------	----------------

чай весовой	0.45	0.45								
Сахар	6.00	6.00								
лимон	8.00	7.00								
Вода	180.00	180.00								

Ватрушка с повидлом	50				2.97	1.98	21.2	121.33	0	ТТК
---------------------	----	--	--	--	------	------	------	--------	---	-----

мука пшеничная в/с	25.30	25.30								
дрожжи сухие	0.20	0.20								
соль иодированная	0.40	0.40								
сахарный песок	1.30	1.30								
масло сливочное	1.13	1.13								
яйцо куриное	1.56	1.30								
вода питьевая	10.00	10.00								
мука пшеничная в/с	1.20	1.20								
повидло	20.20	20.00								
яйцо куриное	1.20	1.00								
масло растительное	0.20	0.20								

Фрукты свежие (апельсин, или банан, или мандарин)	100	100.00	100.00	0.90	0.20	8.10	43.00	60.00		табл 9 стр 184, Дели +, 2012
---	-----	--------	--------	------	------	------	-------	-------	--	------------------------------

Итого:		414		10.13	10.16	62.29	381.54	1.89	
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток анцидофильный, ряженка)	2 - ой ЗАВТРАК	180							№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток	185.00	180.00	5.22	4.50	7.56	92.00	0.54	
Кондитерское изделие	праники	35	35.00	2.07	1.65	26.25	128.10	0.00	табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Итого:		218		7.29	6.15	33.81	220.10	0.54	
Салат из зеленого горошка к/с	ОБЕД	50		1.49	2.59	3.13	41.80		№10 СБ дошкль. 2016
	зеленый горошек к/с		80.16	48.00					
	масло растительное		2.50	2.50					
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
	крупя 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					
	буллон		120.00	120.00					
	цыпленок-бройлеры потр. с/м или фарш куриный		17.56	11.40					
	лук репчатый		11.97	11.40					
	яйцо		1.19	1.00					
	вода для фарша		0.96	0.80					
	соль иодированная		1.00	1.00					
	масса полуфабриката		0.10	0.10					
	масса готовых фрикаделек			14.30					
				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) или фарш говяжий		45.70	43.75					
	масса готового фарша		45.70	43.75					
	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:		650		17.46	16.44	55.08	452.13	39.01	
Омлет натуральный с сыром	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	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		3	3					
	соль иодированная		0.4	0.4					
	масса готового омлета			150					
Хлеб пшеничный		30	30.00	30.00	2.28	0.24	14.77	70.57	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
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 питьевая		180.00	180.00					
Сок в индивидуальном		125	125.00	125.00	0.63	0.00	12.63	53.00	№418 Дели 2016
Итого:		491		14.64	13.57	59.72	392.02	46.77	
ВСЕГО:		1,773		49.52	46.31	210.90	1445.79	88.21	
ИТОГО за 10 дней		18053		778.41	755.95	2980.45	21997.02	680.99	
ИТОГО в среднем на 1 воспитанника в день		1805		77.84	75.59	298.05	2199.70	68.10	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, 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 (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тугельян В.А., МогильныйМ.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тугельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тугельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд питания детей г. Москва, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тугельян В.А., МогильныйМ.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% отходов) моркови, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходов)
 - 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%

