|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ С 12 ЧАСОВЫМ РЕЖИМОМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ, НА осенне-зимней ПЕРИОД | | | | | |
| ПЕРВЫЙ ДЕНЬ |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая вязкая, ТК №31\* | 205 | 6,28 | 5,95 | 32,62 | 210,6 | 10,61 | 3,32 | 0,19 | 0,1 | 0 |
| Какао с молоком, ТК № 51\* | 200 | 3,16 | 3,33 | 13,54 | 94,09 | 108 | 0,48 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Бутерброд с маслом , ТК №1 | 50/5 | 3,98 | 4,63 | 24,19 | 156,4 | 12,1 | 1,01 | 0,08 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 15,31 | 14,82 | 90,85 | 554,9 | 137 | 5,04 | 0,33 | 0,3 | 0,5 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 200 | 0,56 | 0 | 30,03 | 116,7 | 8,8 | 0,35 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Итого за прием |  | 0,56 | 0 | 30,03 | 116,7 | 8,8 | 0,35 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с изюмом,  ТК № 18 | 60 | 0,79 | 0,74 | 9,3 | 45,16 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Рассольник домашний, ТК № 37 | 250 | 2,21 | 4,74 | 13,51 | 105,8 | 26,96 | 0,9 | 0,08 | 0,1 | 10 |
| Гуляш,ТК № 65 | 60/50 | 17,15 | 17 | 3,18 | 234,2 | 11,55 | 2,4 | 0,05 | 0,1 | 0,9 |
| Картофельное пюре, ТК №24\* | 150 | 3,06 | 4,63 | 20,13 | 135,7 | 35,62 | 1,04 | 0,12 | 0,1 | 10 |
| Кисель из яблок , ТК № 212 | 200 | 0,14 | 0,12 | 27,6 | 108,5 | 8,48 | 0,7 | 0,01 | 0 | 1,4 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 28,09 | 27,9 | 85,52 | 706,2 | 96,28 | 6,69 | 0,53 | 0,5 | 28 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Вареники ленивые со сметанным соусом, ТК № 34\* | 180/50 | 27,23 | 14,74 | 28,61 | 354,7 | 210,9 | 0,97 | 0,07 | 0,3 | 0,3 |
| Чай с молоком и сахаром , ТК 47\* | 200 | 1,47 | 1,57 | 11,24 | 62,69 | 53,06 | 0,07 | 0,01 | 0,1 | 0,3 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 59,5 | 5,75 | 0,5 | 0,04 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 31,46 | 16,61 | 56,07 | 496,3 | 285,9 | 1,96 | 0,16 | 0,5 | 3,5 |
| Итого за день |  | 75,43 | 59,34 | 262,5 | 1874 | 528 | 14,03 | 1,05 | 1,3 | 32 |

ТК № - номер технологической карты взят со сборника технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Фирма «Партнер», 2010

ТК № \* - номер технологической карты взят с дополнения к сборнику технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Фирма «Партнер», 2011

ВТОРОЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой "Артек", ТК № 45 | 200 | 7,99 | 9,1 | 27,85 | 224,4 | 255,5 | 0,54 | 0,11 | 0,3 | 1,1 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Печенье | 10 | 0,64 | 1,68 | 6,85 | 43,71 | 2,3 | 0,08 | 0,01 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 16,7 | 21,85 | 86,98 | 605,6 | 380,3 | 1,9 | 0,25 | 0,5 | 1,6 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 160 | 0,75 | 0,14 | 14,71 | 60,24 | 9,86 | 1,95 | 0,01 | 0 | 1,3 |
| Итого за прием |  | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов,ТК №9 | 60 | 0,48 | 0,64 | 1,9 | 14,93 | 12,29 | 0,32 | 0,01 | 0 | 2,3 |
| Суп из овощей с курицей , ТК № 65\* | 250 | 1,79 | 3,86 | 10,16 | 82,65 | 19,89 | 0,68 | 0,06 | 0,1 | 8,5 |
| Фрикадельки из кур, ТК №21\* | 70/5 | 9,57 | 11,55 | 5,17 | 163,2 | 24,55 | 0,82 | 0,03 | 0,1 | 0,2 |
| Капуста тушеная ТК №25 | 60 | 1,3 | 1,96 | 5,65 | 44,47 | 30,78 | 0,45 | 0,02 | 0 | 9,9 |
| Компот из свежих плодов, ТК № 206 | 200 | 0,15 | 0,14 | 17,19 | 67,28 | 6,03 | 0,8 | 0,01 | 0 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,7 | 3,45 | 0,3 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 18,44 | 24,37 | 79,95 | 611,2 | 102,6 | 5,22 | 0,26 | 0,3 | 14 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тефтели рыбные, ТК № 68 | 60/20 | 9,34 | 7,88 | 10,23 | 149,5 | 21,86 | 0,56 | 0,08 | 0,1 | 2,1 |
| Овощи припущенные, ТК № 109 | 210 | 1,77 | 5,98 | 15,06 | 118,7 | 34,45 | 0,93 | 0,05 | 0,1 | 5,4 |
| Чай с сахаром, ТК № 46\* | 200 | 0,11 | 0,03 | 9,1 | 35,25 | 0,26 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 17,65 | 18,36 | 81,47 | 558,3 | 89,2 | 5,02 | 0,23 | 0,2 | 19 |
| Итого за день |  | 58,44 | 64,66 | 255,7 | 1826 | 793,8 | 12,32 | 0,8 | 1,2 | 36 |

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша манная молочная жидкая, ТК № 132 | 200 | 8,12 | 10,74 | 33,8 | 263,6 | 211,6 | 0,49 | 0,1 | 0,3 | 0,9 |
| Чай с молоком с сахаром, ТК № 47\* | 150 | 1,11 | 1,17 | 6,16 | 38,39 | 39,61 | 0,05 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Бутерброд с маслом и сыром, ТК № 2 | 30/5/10 | 6,71 | 9,56 | 13,24 | 167 | 165,2 | 0,64 | 0,04 | 0,1 | 0,1 |
| Итого за прием |  | 20,62 | 23,73 | 79,02 | 611,1 | 490,8 | 1,95 | 0,21 | 0,5 | 1,5 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты свежие яблоко | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 51,22 | 19,2 | 2,64 | 0,04 | 0 | 12 |
| Итого за прием |  | 0,56 | 0,35 | 29,67 | 118,2 | 35,2 | 0,7 | 0,03 | 0 | 1,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов, ТК № 6 | 60 | 1,33 | 2,83 | 2,61 | 40,74 | 19,72 | 0,41 | 0,01 | 0 | 4,2 |
| Борщ с капустой и картофелем, ТК № 36 | 250 | 1,7 | 4,37 | 11,1 | 89,08 | 31,19 | 0,9 | 0,04 | 0,1 | 7,5 |
| Жаркое по-домашнему, ТК №68 | 150 | 15,76 | 15,91 | 13,53 | 261,1 | 11,27 | 0,83 | 0,08 | 0,1 | 6,3 |
| Напиток из плодов шиповника, ТК № 55 | 200 | 0,64 | 0,25 | 26,95 | 107,5 | 11,09 | 0,57 | 0,01 | 0,1 | 80 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 24,3 | 24,16 | 80,54 | 632,9 | 95,37 | 5,06 | 0,27 | 0,2 | 98 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рыба в омлете, ТК № 12\* | 80/50 | 21,85 | 13,99 | 4,4 | 231,1 | 45,06 | 1,24 | 0,13 | 0,2 | 0,3 |
| Чай , ТК 45\* | 150 | 0,09 | 0,02 | 4,56 | 17,88 | 0,13 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 59,5 | 5,75 | 0,5 | 0,04 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 28,45 | 28 | 39,67 | 521,9 | 179,5 | 2,77 | 0,26 | 0,4 | 2 |
| Итого за день |  | 73,94 | 76,24 | 228,9 | 1884 | 800,9 | 10,48 | 0,77 | 1,2 | 103 |

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой , ТК 45 | 150 | 5,67 | 6,54 | 16,44 | 146,1 | 193,2 | 0,37 | 0,08 | 0,2 | 150 |
| Сыр | 8 | 2,1 | 2,13 | 0 | 27,57 | 80 | 0,06 | 0 | 0 | 0,1 |
| Хлеь пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Итого за прием |  | 14,76 | 12,52 | 50,25 | 371,4 | 393,3 | 1,78 | 0,19 | 0,4 | 7,5 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кефир, ТК № 43\* | 200 | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| Итого за прием |  | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокачанной капусты и свеклы, ТК № 2\* | 60 | 1,29 | 0,9 | 4,78 | 31,42 | 30,66 | 0,49 | 0,01 | 0 | 5,1 |
| Рассольник ленинградский,  ТК № 35 | 250 | 2,24 | 4,76 | 15,27 | 113,7 | 18,98 | 0,84 | 0,08 | 0,1 | 6,6 |
| Плов из говядины , ТК № 18\* | 150,00 | 14,25 | 15,38 | 28,3 | 310,7 | 8,9 | 0,64 | 0,04 | 0 | 1,4 |
| Компот из смеси сухофруктов, ТК № 205 | 180 | 0,83 | 0,04 | 23,95 | 94,83 | 22,78 | 0,48 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 30 | 29,21 | 101 | 788,1 | 116,2 | 6,28 | 0,31 | 0,3 | 13 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ватрушка французская, ТК 100\* | 120 | 13,43 | 14,1 | 53,14 | 390,5 | 53,98 | 0,84 | 0,07 | 0,1 | 0,1 |
| Молоко кипяченое ТК 44 | 200 | 0,11 | 0,03 | 9,1 | 35,25 | 0,26 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| Конфеты шоколадные помадные | 15 | 0,23 | 1,08 | 12,27 | 57,25 | 2,7 | 0,24 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 18,35 | 15,82 | 109,8 | 645,3 | 132,3 | 2,68 | 0,19 | 0,2 | 73 |
| Итого за день |  | 68,75 | 57,64 | 268,4 | 1856 | 863,6 | 10,92 | 0,75 | 1,2 | 95 |

ПЯТЫЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой рисовой, ТК № 45\* | 250 | 8,17 | 10,05 | 24,04 | 217,4 | 279,1 | 0,37 | 0,08 | 0,3 | 1,4 |
| Какао с молоком , ТК № 51\* | 3,16 | 3,33 | 13,54 | 94,09 | 108 | 0,48 | 0,03 | 0,1 | 0,5 | 3,16 |
| Вафли | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 119 | 11,5 | 1 | 0,08 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 14,93 | 13,63 | 62,58 | 430,1 | 396,5 | 1,48 | 0,19 | 0,5 | 1,9 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты банан | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 63,63 | 5,6 | 0,42 | 0,03 | 0 | 7 |
| Итого за прием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат « Школьный», ТК №20 | 60 | 0,92 | 4,45 | 3,84 | 58,43 | 16,39 | 0,56 | 0,02 | 0 | 2,6 |
| Свекольник, ТК № 11\* | 250 | 2,35 | 5,63 | 15,11 | 119,2 | 38,72 | 1,34 | 0,06 | 0,1 | 7 |
| Бефстроганов из отварного мяса, ТК № 62 | 50/50 | 15,08 | 14,52 | 3,51 | 205 | 10,02 | 2,15 | 0,04 | 0,1 | 0,2 |
| Пюре гороховое, ТК № 29\* | 120 | 11,7 | 4,11 | 26,48 | 191,7 | 62,53 | 3,68 | 0,34 | 0,1 | 0 |
| Компот из смеси с/ф ТК № 205 | 200 | 0,92 | 0,05 | 26,61 | 105,4 | 25,31 | 0,54 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 32,43 | 24,85 | 64,87 | 614,5 | 128,8 | 9,13 | 0,53 | 0,3 | 7,2 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рагу овощное № 112\* | 150 | 2,54 | 7,49 | 14,91 | 136,7 | 34,59 | 1,09 | 0,08 | 0,1 | 11 |
| Чай с сахаром, ТК № 46\* | 200 | 0,1 | 0,02 | 8,67 | 33,57 | 0,25 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 59,5 | 5,75 | 0,5 | 0,04 | 0 | 0 |
| Пряник | 40 | 2,22 | 1,65 | 27,3 | 127,5 | 3,87 | 0,28 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 17,6 | 13,54 | 61,72 | 437,2 | 107,3 | 4,92 | 0,25 | 0,2 | 27 |
| Итого за день |  | 70,42 | 58,18 | 197,7 | 1592 | 843,8 | 15,71 | 1,03 | 1,2 | 37 |

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макаронные изделия с тертым сыром, ТК № 32\* | 140/5/15 | 8,62 | 7,29 | 31,37 | 228,4 | 133 | 0,78 | 0,06 | 0,1 | 0 |
| Кофейный напиток на молоке № 50\* | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Бутерброд с маслом , ТК № 1\* | 50/5 | 3,98 | 4,63 | 24,19 | 156,4 | 12,1 | 1,01 | 0,08 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 16,46 | 15,29 | 75,44 | 506,3 | 266,9 | 2,63 | 0,2 | 0,3 | 1,7 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 200 | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| Итого за прием |  | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем, ТК № 33 | 250 | 1,88 | 5,22 | 8,64 | 88,59 | 36,79 | 0,72 | 0,05 | 0,1 | 12 |
| Гулящ К № 65\* | 60/50 | 17,15 | 17 | 3,18 | 234,2 | 11,55 | 2,4 | 0,05 | 0,1 | 0,9 |
| Картофель отварной с маслом, ТК № 23\* | 150/5 | 3 | 3,03 | 21,48 | 126,9 | 13,73 | 1,21 | 0,1 | 0,1 | 1,3 |
| Огурцы свежие нарезка | 20 | 0,16 | 0,02 | 0,5 | 2,73 | 4,6 | 0,12 | 0,01 | 0 | 2 |
| Компот из смеси сухофруктов, ТК № 205 | 200 | 0,92 | 0,05 | 26,61 | 105,4 | 25,31 | 0,54 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,7 | 3,45 | 0,3 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 24,83 | 31,49 | 86,99 | 727,1 | 124,5 | 5,58 | 0,29 | 0,2 | 19 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сырники с морковью со сметанным соусом, ТК № 36\* | 180/50 | 27,8 | 10,53 | 34,94 | 344 | 131,5 | 0,88 | 0,06 | 0,2 | 0,3 |
| Чай с молоком и сахаром,  ТК № 47\* | 200 | 1,47 | 1,57 | 11,24 | 62,69 | 53,06 | 0,07 | 0,01 | 0,1 | 0,3 |
| Конфеты шоколадные помадные | 15 | 0,23 | 1,08 | 12,27 | 57,25 | 2,7 | 0,24 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 32,43 | 13,47 | 103 | 652 | 203 | 2,14 | 0,15 | 0,4 | 1 |
| Итого за день |  | 79,36 | 60,34 | 272,7 | 1936 | 816,1 | 10,52 | 0,7 | 1,1 | 22 |

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша молочная "Дружба", ТК № 134 | 205 | 8,3 | 11,15 | 36,43 | 278,8 | 206,3 | 0,87 | 0,12 | 0,2 | 0,4 |
| Чай с молоком и сахаром ,ТК № 47 | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Бутерброд с маслом, ТК №1\* | 50/5 | 3,98 | 4,63 | 24,19 | 156,4 | 12,1 | 1,01 | 0,08 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 18,36 | 20,86 | 117 | 720 | 333,7 | 2,69 | 0,28 | 0,4 | 7,9 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукт груша | 120 | 0,48 | 0,36 | 12,36 | 52,31 | 22,8 | 2,76 | 0,02 | 0 | 6 |
| Итого за прием |  | 0,94 | 0,18 | 18,38 | 75,3 | 12,32 | 2,44 | 0,01 | 0 | 1,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь с сахаром ТК № 62 | 60 | 0,7 | 0,05 | 6,34 | 27,4 | 13,76 | 0,36 | 0,02 | 0 | 1,2 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, ТК № 38 | 250 | 2,71 | 2,58 | 18,86 | 110,7 | 13,69 | 0,86 | 0,08 | 0,1 | 6,6 |
| Плов из говядины ТК № 18 | 200 | 20,9 | 22,72 | 34,64 | 429,5 | 25,44 | 2,19 | 0,09 | 0,2 | 1,5 |
| Кисель из яблок, ТК № 52\* | 200 | 0,14 | 0,12 | 27,6 | 108,5 | 8,48 | 0,7 | 0,01 | 0 | 1,4 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 23,98 | 24,16 | 92,55 | 680,9 | 144,9 | 6,64 | 0,29 | 0,3 | 38 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рыба, тушенная в томате с овощами, ТК № 54 | 80/40 | 17,81 | 8,09 | 3,7 | 158,2 | 19,57 | 0,68 | 0,1 | 0,1 | 0,9 |
| Ватрушка створогом, ТК №41\* | 80 | 10,23 | 3,44 | 31,64 | 199,9 | 38,25 | 0,7 | 0,07 | 0,1 | 0,1 |
| Чай с лимоном и сахаром, ТК № 49\* | 200/10  /7 | 0,17 | 0,03 | 9,29 | 36,27 | 2,73 | 0,06 | 0 | 0 | 1,1 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 30,72 | 12,51 | 61,42 | 479,5 | 88,55 | 2,45 | 0,23 | 0,2 | 11 |
| Итого за день |  | 74 | 57,72 | 289,4 | 1956 | 579,5 | 14,22 | 0,81 | 0,9 | 59 |

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша рисовая молочная жидкая, ТК № 30\* | 200 | 6,99 | 10,52 | 33,48 | 255,9 | 201,8 | 0,48 | 0,07 | 0,2 | 0,4 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Бутерброд с сыром | 50/15 | 7,96 | 4,71 | 23,08 | 168,6 | 170,2 | 1,07 | 0,08 | 0,1 | 0,1 |
| Итого за прием |  | 13,76 | 14,1 | 72,03 | 468,6 | 319,2 | 1,59 | 0,18 | 0,4 | 0,9 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кипяченое молоко , ТК № 44\* | 200 | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| Итого за прием |  | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов №9\* | 60 | 0,48 | 0,64 | 1,9 | 14,93 | 12,29 | 0,32 | 0,01 | 0 | 2,3 |
| Суп- лапша домашняя с курицей, ТК № 8\* | 250/15 | 6,16 | 7,05 | 13,17 | 141,6 | 15,11 | 0,7 | 0,04 | 0,1 | 0,7 |
| Картофельное пюре , ТК № 24\* | 100 | 2,04 | 3,09 | 13,42 | 90,48 | 23,75 | 0,69 | 0,08 | 0,1 | 7 |
| Котлеты рубленые из птицы, ТК №22\* г. | 80 | 16,11 | 19,84 | 11,05 | 288,2 | 19,73 | 1,66 | 0,07 | 0,1 | 0,6 |
| Компот из смеси сухофруктов, ТК № 205 | 200 | 0,92 | 0,05 | 26,61 | 105,4 | 25,31 | 0,54 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 78,2 | 15,75 | 1,76 | 0,08 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 30,38 | 42,68 | 82,30 | 830,83 | 177,98 | 5,90 | 0,29 | 0,34 | 5,13 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Омлет натуральный, ТК № 33\* | 130 | 10,89 | 16,14 | 1,84 | 195,8 | 65,63 | 1,6 | 0,03 | 0,3 | 0 |
| Блины, ТК № 38\* | 75/5 | 4,01 | 6,07 | 25,03 | 172,8 | 9,29 | 0,46 | 0,05 | 0 | 0 |
| Чай с молоком и сахаром, ТК № 47\* | 200 | 1,47 | 1,57 | 11,24 | 62,69 | 53,06 | 0,07 | 0,01 | 0,1 | 0,3 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Фрукты свежие груши | 120 | 0,48 | 0,36 | 12,36 | 52,31 | 22,8 | 2,76 | 0,02 | 0 | 6 |
| Итого за прием |  | 20,35 | 26,24 | 65,96 | 579,5 | 164,9 | 5,76 | 0,21 | 0,4 | 8,2 |
| Итого за день |  | 70,13 | 83,11 | 227,6 | 1930 | 883,9 | 13,42 | 0,74 | 1,44 | 14,83 |

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой овсяной, ТК № 45 | 200 | 7,13 | 8,58 | 17,65 | 174,7 | 229,2 | 0,6 | 0,1 | 0,3 | 1,1 |
| Чай с молоком ,ТК № 47\* | 200 | 2,82 | 3,08 | 14,4 | 93,69 | 105,9 | 0,11 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Бутерброд с маслом и сыром, ТК № 2 | 50/5/10 | 9,68 | 9,91 | 30,82 | 253,9 | 173,3 | 1,34 | 0,08 | 0,1 | 0,1 |
| Итого за прием |  | 17,84 | 16,15 | 56,19 | 439,1 | 496,6 | 1,82 | 0,22 | 0,5 | 1,7 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 150 | 0,71 | 0,13 | 13,79 | 56,48 | 9,24 | 1,83 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| Итого за прием |  | 0,71 | 0,13 | 13,79 | 56,48 | 9,24 | 1,83 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат "Пестрый", ТК № 21 | 60 | 0,6 | 0,55 | 5,96 | 30,06 | 14,2 | 0,75 | 0,01 | 0 | 1 |
| Суп картофельный, ТК № 7\* | 250 | 4,82 | 4,4 | 18,5 | 133,8 | 15,36 | 1,02 | 0,11 | 0,1 | 9,6 |
| Сосиски, сардельки отварные, ТК № 95 | 66 | 6,22 | 13,07 | 0,48 | 144,4 | 14,23 | 1 | 0,01 | 0,1 | 0 |
| Макаронные изделия отварные, ТК № 147 | 150/5 | 5,63 | 4,37 | 34,45 | 202,8 | 9,62 | 0,76 | 0,07 | 0 | 0 |
| Компот из свежих плодов № 631, сб. шк. 2004 г | 200 | 0,15 | 0,14 | 17,19 | 67,28 | 6,03 | 0,8 | 0,01 | 0 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 31,96 | 22,71 | 97,78 | 726,9 | 75,1 | 10,78 | 0,65 | 2 | 27 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щанежка наливная | 70 | 4,38 | 3,79 | 25,66 | 156,1 | 8,83 | 0,48 | 0,04 | 0 | 0 |
| Чай с лимоном и сахаром, ТК № 49\* | 200/10  /7 | 0,17 | 0,03 | 9,29 | 36,27 | 2,73 | 0,06 | 0 | 0 | 1,1 |
| Мармелад желейный | 30 | 0,03 | 0 | 23,82 | 91,08 | 1,2 | 0,12 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 27,78 | 32,54 | 87,89 | 751,7 | 256,2 | 3,59 | 0,22 | 0,4 | 22 |
| Итого за день |  | 78,29 | 71,53 | 255,7 | 1974 | 837,2 | 18,02 | 1,1 | 2,9 | 52 |

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой пшенной, ТК № 45 | 200 | 7,04 | 8,28 | 18,43 | 174,9 | 225,3 | 0,47 | 0,1 | 0,3 | 1,1 |
| Какао с молоком, ТК № 51\* | 200 | 3,16 | 3,33 | 13,54 | 94,09 | 108 | 0,48 | 0,03 | 0,1 | 0,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 13,09 | 15,47 | 51,36 | 393,2 | 351,2 | 2,02 | 0,19 | 0,4 | 2,9 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок виноградный | 200 | 0,56 | 0,35 | 29,67 | 118,2 | 35,2 | 0,7 | 0,03 | 0 | 1,6 |
| Итого за прием |  | 5,64 | 0,09 | 7,28 | 51,02 | 221,8 | 0,17 | 0,06 | 0,3 | 0,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с бобовыми и гренками, ТК № 9\* | 250/20 | 7,81 | 4,36 | 30,57 | 194,9 | 32,11 | 2,25 | 0,21 | 0,1 | 4,7 |
| Суфле рыбное, ТК № 59 | 75/4 | 14,03 | 11,32 | 2,92 | 169,7 | 38,17 | 0,56 | 0,07 | 0,1 | 0,1 |
| Рагу овощное, ТК № 112 | 150 | 2,54 | 7,49 | 14,91 | 136,7 | 34,59 | 1,09 | 0,08 | 0,1 | 11 |
| Компот из свежих плодов, ТК № 205 | 200 | 0,15 | 0,14 | 17,19 | 67,28 | 6,03 | 0,8 | 0,01 | 0 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 86,89 | 17,5 | 1,95 | 0,09 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 28,6 | 23,82 | 91,71 | 693,5 | 147,7 | 6,39 | 0,46 | 0,3 | 15 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая | 205 | 6,28 | 5,95 | 32,62 | 210,6 | 10,61 | 3,32 | 0,19 | 0,1 | 0 |
| Чай с сахаром, ТК № 46\* | 200 | 0,11 | 0,03 | 9,1 | 35,25 | 0,26 | 0,03 | 0 | 0 | 0 |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 131,1 | 6,9 | 0,24 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 14,25 | 26,73 | 74,02 | 588,1 | 59,65 | 5,72 | 0,19 | 0,2 | 18 |
| Итого за день |  | 61,59 | 66,11 | 224,4 | 1726 | 780,3 | 14,31 | 0,9 | 1,2 | 36 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,

Дошкольные организации. 3-7 лет. СанПиН 2.4.1.2660-10

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **Факт.**  **за 10дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение, % от нормы** |
| Пищевая ценность | | | | | | | | | | | | | | |
| Белки, г | 54 | 75,43 | 58,44 | 73,94 | 68,75 | 70,42 | 79,36 | 74,00 | 70,13 | 78,29 | 61,59 | 710,35 | 71,04 | 131 |
| в т.ч.жив., г | 35,1 | 51,18 | 35,29 | 39,07 | 43,41 | 43,21 | 40,67 | 50,43 | 50,31 | 49,60 | 38,82 | 441,98 | 44,20 | 126 |
| Жиры, г | 60 | 59,34 | 64,66 | 76,24 | 57,64 | 58,18 | 60,34 | 57,72 | 83,11 | 71,53 | 66,11 | 654,87 | 65,49 | 109 |
| в т.ч. раст., г |  | 0,10 |  | 12,01 | 0,02 | 0,11 | 11,29 | 0,53 | 0,02 | 0,04 | 3,37 | 27,49 | 2,75 |  |
| Углеводы, г | 261 | 262,48 | 255,69 | 228,89 | 268,39 | 197,72 | 272,69 | 289,36 | 227,6 | 255,65 | 224,37 | 2482,84 | 248,28 | 95 |
| Витамин В1, мг |  | 1,05 | 0,80 | 0,77 | 0,75 | 1,03 | 0,70 | 0,81 | 0,74 | 1,10 | 0,90 | 8,61 | 0,86 |  |
| Витамин В2, мг |  | 1,34 | 1,18 | 1,15 | 1,17 | 1,21 | 1,14 | 0,93 | 1,44 | 2,94 | 1,24 | 13,67 | 1,37 |  |
| Витамин С, мг |  | 32,16 | 35,91 | 102,98 | 94,53 | 37,42 | 22,14 | 58,53 | 14,83 | 52,11 | 36,33 | 486,03 | 48,60 |  |
| Витамин A (рет.экв), мг |  | 1716,6 | 2298,48 | 3558,95 | 1695,07 | 773,17 | 1879,66 | 1001,21 | 2885,6 | 10756,99 | 1983,2 | 28548,95 | 2854,90 |  |
| Витамин E (ток.экв), мг |  | 7,36 | 5,18 | 5,65 | 9,79 | 5,53 | 8,36 | 10,44 | 9,21 | 10,20 | 12,75 | 84,46 | 8,45 |  |
| Ca, мг |  | 527,96 | 793,82 | 800,88 | 863,55 | 843,79 | 816,12 | 579,48 | 883,90 | 837,17 | 780,28 | 7668,76 | 766,88 |  |
| P, мг |  | 1113,0 | 1010,55 | 1004,85 | 1138,84 | 1198,66 | 1006,19 | 952,11 | 1125,5 | 1282,5 | 1064,5 | 10896,70 | 1089,7 |  |
| Mg, мг |  | 328,46 | 257,99 | 254,11 | 282,04 | 289,49 | 287,09 | 273,01 | 261,65 | 260,44 | 279,37 | 2773,65 | 277,37 |  |
| Fe, мг |  | 14,03 | 12,32 | 10,48 | 10,92 | 15,71 | 10,52 | 14,22 | 13,42 | 18,02 | 14,31 | 133,96 | 13,40 |  |
| Zn, мг |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| I, мг |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Калорийность, ккал | 1800 | 1874,0 | 1826,11 | 1884,05 | 1855,88 | 1591,57 | 1936,44 | 1955,74 | 1930,0 | 1974,2 | 1725,7 | 18553,69 | 1855,4 | 103 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА,

Дошкольные организации. 3-7 лет. СанПиН 2.4.1.2660-10

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продукта** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **Факт. за 10 дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение, отклонение в г** |
| Молоко, кефир | 427,50 | 172,50 | 539,20 | 378,50 | 400,00 | 609,47 | 350,00 | 276,30 | 614,82 | 396,30 | 536,15 | 4273,23 | 427,32 | -0,18 |
| Творог | 38,00 | 140,40 |  |  | 37,71 |  | 126,00 | 25,07 |  | 46,00 |  | 375,18 | 37,52 | -0,48 |
| Сметана | 10,50 | 17,40 | 18,70 | 4,69 | 4,90 | 22,50 | 17,50 |  |  | 21,50 |  | 107,19 | 10,72 | 0,22 |
| Сыр | 5,70 |  |  | 10,00 | 16,25 |  | 14,12 |  |  | 15,00 |  | 55,37 | 5,54 | -0,16 |
| Мясо | 52,00 | 94,80 |  | 79,00 |  | 78,13 | 74,26 | 77,27 |  | 118,80 |  | 522,25 | 52,23 | 0,23 |
| Птица | 23,00 |  | 51,80 |  | 97,33 |  |  |  | 81,29 |  |  | 230,43 | 23,04 | 0,04 |
| Рыба | 35,00 |  | 39,60 | 94,86 |  | 52,80 |  | 97,33 |  |  | 67,82 | 352,41 | 35,24 | 0,24 |
| Колбасные изделия | 6,60 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 66,00 |  |  | 0,00 |
| Яйцо куриное | 23,00 | 10,80 | 3,08 | 44,50 | 10,29 |  | 7,20 | 12,29 | 105,63 | 18,10 | 15,78 | 227,67 | 22,77 | -0,23 |
| Картофель | 133,00 | 202,53 | 50,00 | 98,76 | 123,93 | 129,00 | 194,33 | 75,00 | 32,40 | 135,00 | 285,00 | 1325,95 | 132,59 | -0,41 |
| Овощи, зелень | 247,00 | 173,72 | 445,38 | 280,02 | 198,75 | 157,50 | 270,50 | 317,68 | 201,53 | 268,70 | 155,60 | 2469,38 | 246,94 | -0,06 |
| Фрукты свежие | 95,00 |  | 181,76 |  | 179,10 | 136,36 |  | 136,06 | 133,33 | 23,00 | 161,53 | 951,16 | 95,12 | 0,12 |
| Фрукты (плоды) сухие | 10,50 | 7,20 |  | 20,00 | 27,00 |  | 20,00 |  | 20,00 |  | 20,00 | 114,20 | 11,42 | 0,92 |
| Соки фруктовые | 95,00 | 200,0 |  | 200,0 |  |  | 200,0 | 200,0 |  | 150,0 |  | 950,00 | 95,00 | 0,00 |
| Напитки витамин. | 47,50 | 150,0 |  |  |  | 180,0 |  |  |  | 150,0 |  | 480,00 | 48,00 | 0,50 |
| Хлеб ржаной | 47,50 | 50,00 | 40,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 40,00 | 50,00 | 45,00 | 40,00 | 60,20 | 475,20 | 47,52 | 0,02 |
| Хлеб пшеничный | 95,00 | 95,00 | 104,60 | 95,00 | 98,75 | 97,40 | 95,00 | 90,00 | 92,12 | 96,90 | 82,20 | 946,97 | 94,70 | -0,30 |
| Крупы, бобовые | 41,00 | 50,67 | 48,00 | 30,67 | 51,57 | 75,00 | 20,00 | 41,97 | 31,00 | 35,00 | 32,00 | 415,87 | 41,59 | 0,59 |
| Макаронные изделия | 11,00 |  |  |  |  |  | 49,41 | 10,00 |  | 54,25 |  | 113,66 | 11,37 | 0,37 |
| Мука пшеничная | 27,50 | 26,55 | 49,87 | 9,46 | 42,86 | 4,35 | 12,80 | 44,91 | 58,87 | 26,85 | 5,16 | 281,68 | 28,17 | 0,67 |
| Мука картофельная | 2,90 | 9,00 |  |  |  |  |  | 9,00 |  | 9,00 |  | 27,00 | 2,70 | -0,20 |
| Масло сливочное | 25,00 | 15,04 | 36,95 | 28,77 | 6,90 | 20,70 | 20,51 | 24,88 | 38,20 | 34,87 | 20,40 | 247,21 | 24,72 | -0,28 |
| Масло растительное | 10,50 | 4,90 | 5,55 | 15,00 | 11,74 | 1,75 | 18,90 | 11,05 | 8,75 | 8,92 | 19,00 | 105,56 | 10,56 | 0,06 |
| Кондитерские изделия | 19,00 | 30,0 | 30,0 |  | 15,0 |  | 15,0 | 40,0 |  | 30,0 | 30,0 | 190,00 | 19,00 | 0,00 |
| Чай, включая фиточай | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 0,54 | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 0,57 | 5,67 | 0,57 | 0,00 |
| Какао-порошок | 0,57 | 1,90 |  |  |  |  | 1,90 |  |  |  | 1,90 | 5,70 | 0,57 | 0,00 |
| Кофейный напиток | 1,14 |  | 1,60 | 1,60 | 1,60 | 1,60 |  | 1,60 | 1,60 | 1,60 |  | 11,20 | 1,12 | -0,02 |
| Дрожжи | 0,48 |  | 0,93 |  |  |  |  | 1,18 | 1,50 |  |  | 3,61 | 0,36 | -0,12 |
| Сахар | 45,00 | 38,11 | 47,51 | 49,50 | 66,54 | 25,62 | 57,22 | 60,36 | 47,33 | 16,88 | 44,41 | 453,50 | 45,35 | 0,35 |
| Соль  поваренная | 5,70 | 6,35 | 5,61 | 5,29 | 5,36 | 5,09 | 5,09 | 5,76 | 7,29 | 5,87 | 5,27 | 56,98 | 5,70 | 0,00 |

Комментарии к разработке десятидневного меню.

Все организации обязаны работать согласно действующему сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания «Хлебпродинформ» 1996г., составители Ананина В.А. и др., в котором прописан рекомендательный подход к нормам выхода готовой продукции, гарниров, соусов, что вошло в основу составления 10-дневного меню для детских садов.

Для выполнения суточных норм рыбные блюда были включены в уплотненный полдник.

* Каши и супы молочные приготовлены только на молоке.
* Закладки чая, какао, кофейного напитка пересчитаны по суточным нормам.
* В бутербродах могут меняться соотношения хлеба, сыра, масла в зависимости от выполнения норм.
* В методические указания включены технологические карты согласно меню, технико-технологические карты будут в дополнении к сборнику.

Супы рассчитаны с включением сметаны в выход супа, т.е. 150г супа вместе со сметаной и прописано следующим образом: выход 150 (147/3).

Выход каш, бутербродов, гарниров прописывается двумя цифрами, например, 154 (150/4). Если при подаче гарнира предусмотрен полив маслом, то выход указывается через дробь, например, 100/5.

***В зависимости от выполнения норм можно менять соотношение: в бутербродах - хлеба, сыра, масла, повидла, в супах - сметаны, при подаче блюд – масла сливочного.***