

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № _____

г. _____

День 1:

Полдень: перерыв

Примерное недельное меню для воспитанников
младших возрастных групп с 3 до 7 лет
(с 12-ти часовым пребыванием)
Весна-лето



№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Кал	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I						
С6.Москва 2016г.-ТК №181**	Каши жидкие молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/165/5	170,00	209,17	5,08	8,93	26,98	0,09	0,97	48,33	0,14	111,48	98,50	16,92	0,39	0,01						
					1/190	190,00	0,03	0,05	0,01	0,00	0,02	0,00	0,00	2,63	1,96	1,12	0,20	0,00				
С6.Москва 2016г.-ТК №410*	Чай без сахара	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00						
					2-й завтрак	400,00	322,65	6,93	11,80	47,02	0,13	1,06	62,87	0,16	122,04	121,84	26,26	1,22	0,01			
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	23,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
					Обед	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00			
С6.Москва 2016г.-ТК №23*	Салат из картошки с солжанами огурами	1/50	50,00	43,30	0,68	2,60	4,28	0,03	6,00	0,00	0,03	10,67	21,33	10,95	0,37	0,01						
					Борщ с картофелем с куриными фаршемешками со сметаной	1/160/12,5/12	184,5	114,05	5,5	5,24	6,16	0,05	6,53	0,00	0,06	46,57	66,77	22,53	7,66	0,02		
ТТК №310,д/ф МУП КП	Компота "Нежана" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	121,00	13,20	3,20	9,70	0,15	0,10	21,00	0,15	12,68	1,00	1,90	2,25	0,02						
					Малярное масло отщипанное	1/100	100,00	103,40	3,84	0,55	20,76	0,06	0,00	23,50	0,02	4,98	31,67	15,12	0,81	0,01		
С6.Москва 2017г.-ТК №349**	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180,00	118,32	0,60	0,08	28,81	0,01	0,65	0,00	0,024	29,23	21,10	4,10	0,62	0,00						
					Хлеб ржаной	1/30	30,00	32,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00		
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	20,00	47,33	1,58	0,20	9,66	0,33	0,00	30,00	0,00	3,10	17,40	6,60	0,40	0,00						
					Пшеника	639,50	552,07	18,08	12,03	79,73	0,35	13,28	83,50	0,30	114,63	189,27	68,70	12,88	0,06			
Промышленный выпуск	Молоко кипяченое	1/210	210,00	126,00	6,09	6,72	9,87	0,08	2,73	42,00	0,32	252,00	189,00	29,40	0,21	0,00						
					Кондитерское изделие (пирожник газированный)	1/40	40,00	146,36	2,36	1,88	30,00	0,03	0,00	5,00	0,03	4,40	20,00	3,60	0,32	0,00		
Промышленный выпуск	Ужин		250,00	272,36	8,45	8,60	39,87	0,11	2,73	47,00	0,35	256,40	209,00	33,00	0,53	0,00						
					Оружей смеси	1/30	30,00	29,80	0,86	1,85	2,40	0,03	2,79	0,00	0,01	5,60	17,33	5,86	0,20	0,01		
С6.Москва 2016г.-ТК №229*	Омлет натуральной	1/125/5	130,0	240,11	11,50	20,58	2,31	0,07	0,22	292,12	0,48	96,06	212,00	15,90	2,35	0,02						
					Чай с сахаром	1/160	160,00	31,85	0,04	0,01	7,96	0,00	0,02	0,00	0,00	9,10	1,82	1,02	0,21	0,00		
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
					Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,67	1,32	0,24	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00		
Промышленный выпуск	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,02	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00						
					450,00	419,76	15,17	23,14	36,96	0,18	13,03	322,12	0,53	133,66	268,25	41,68	5,56	0,03				
****				1656,84	42,04	58,57	216,63	0,82	32,60	634,54	1,39	909,13	778,36	179,64	20,69	0,10						

№ Рецензир	Наименование товара	Выход	Объемы применов пищи	Калл	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
					Б	ЖК	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Мg	Fe	I						
СБ Москва 2016г- ТК №174**	Каша ячменная молочная с маслом сливочным	1/170/5	175,00	254,22	6,50	9,76	34,85	0,11	0,85	48,71	0,14	144,04	214,68	32,41	0,84	0,01						
СБ Москва 2016г- ТК №414*	Кофейный напиток	1/190	190,00	83,13	3,00	2,53	13,46	0,03	0,97	15,00	0,12	119,83	72,00	11,20	0,10	0,00						
СБ Москва 2016г- ТК №2*	Бургер/брат батон с помидом	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00						
	2-я Завтрак		405,00	450,80	11,30	15,15	68,35	0,18	1,89	78,25	0,28	271,80	308,06	51,83	1,57	0,01						
	Промышленный выпуск	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	43,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
	Обед		100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	43,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
ТТК №2096	Салат "Бранди"	1/50	50,00	109,12	3,12	2,87	17,83	0,07	4,00	0,00	0,05	11,10	34,50	25,00	0,80	0,01						
СБ Москва 2012г- ТК №67***	Суп картофельный с рыбными консервами	1/180	180,00	120,42	6,20	6,05	10,32	0,07	6,56	10,80	0,11	32,62	127,10	34,09	0,91	0,02						
ТТК №490, п/ф МУП КИ	Котлета куриная "Геркулес" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	98,00	12,50	0,12	6,20	0,05	0,00	8,20	0,04	8,28	90,88	17,15	0,97	0,03						
СБ Москва 2016г- ТК №143*	Калюста грушевая	1/100	100,00	79,06	1,98	3,71	9,53	0,04	16,38	0,00	0,03	55,80	40,40	19,71	0,64	0,01						
ТТК № 2097	Напиток на свежескороженной ягодах горной (скорожина)	1/180	180,00	79,38	0,16	0,07	17,57	0,00	4,27	0,00	0,00	5,86	4,75	4,13	0,08	0,00						
	Промышленный выпуск	1/20	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00						
	Промышленный выпуск	1/20	20,00	47,33	1,58	0,20	9,66	0,33	0,00	30,00	0,00	3,10	17,40	6,60	0,40	0,00						
	Половник		635,00	537,98	23,96	12,82	61,45	0,23	31,21	79,00	0,23	113,66	297,63	100,08	3,40	0,07						
	Промышленный выпуск	1/200	200,00	136,00	7,50	3,00	28,60	0,05	0,03	80,00	0,00	210,00	161,25	34,38	0,19	0,00						
	Промышленный выпуск	1/50	50,00	124,08	4,16	0,52	25,68	0,09	0,00	10,00	0,03	11,20	55,50	17,60	1,04	0,010						
	Ужин		250,00	260,08	11,66	3,52	54,28	0,14	0,03	90,00	0,03	221,20	216,75	51,98	1,23	0,01						
СБ Москва 2016г- ТК №423*	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/135/5	140,00	232,88	14,40	8,51	24,62	0,08	0,27	28,68	0,11	16,67	87,55	25,40	0,67	0,01						
СБ Москва 2016г- ТК №410*	Чай без сахара	1/180	180,00	0,03	0,04	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	2,34	1,06	0,19	0,00	0,00						
	Промышленный выпуск	1/50	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
	Промышленный выпуск	1/20	20,00	34,67	1,32	0,24	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00						
****	Фрукт(банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	0,04	10,00	0,00	0,05	8,00	28,00	42,00	0,60	0,00						
			450,00	399,91	18,31	9,31	60,11	0,20	10,27	88,68	0,18	33,91	142,71	77,49	1,87	0,01						
				1738,77	58,64	43,80	257,24	0,79	45,90	454,98	0,77	804,27	805,15	291,38	5,3	0,10						

№ Рецензур	Наименование блюда	Выход	Объемы применен пищи	Калораж	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Мg	Fe	I
СБ Москва 2016г-ТК №100*	Суп молочный с макаронными изделиями	1/175	175,00	127,05	5,03	4,55	16,48	0,07	0,79	26,78	0,14	141,42	120,73	21,23	0,44	0,01
СБ Москва 2016 г.ТК № 411*	Чай с сахаром	1/190	190,00	52,21	0,06	0,01	12,95	0,00	0,02	0,00	0,00	9,56	2,42	1,21	0,24	0,00
СБ Москва 2016г-ТК №1*	Брускет: батон с маслом сливочным	1/251/10	35,00	136,41	2,36	7,50	14,90	0,03	0,00	40,00	0,02	8,40	22,50	6,00	4,20	0,35
СБ Москва 2016г-ТК №227*	Яйца вареные	1/50	50,00	78,75	6,35	5,75	0,35	0,04	0,00	123,00	0,23	27,50	96,00	6,00	1,25	0,00
	2-й завтрак		450,00	394,42	13,80	17,81	44,68	0,14	0,81	191,78	0,39	186,88	241,65	32,64	2,28	0,01
Промышленный выпуск	Сок апельсиновый	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00
	Обед		550,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00
СБ Москва 2004г-ТК №576****	Помидор ешечный	1/50	50,00	10,70	0,55	1,00	1,90	0,03	8,75	0,00	0,02	7,00	13,00	10,00	0,45	0,00
СБ Москва 2016г-ТК №73*	Шпа на сметане капуста с картофелем на мясном бульоне со сметаной	1/170/12	182,0	67,29	1,38	23,28	5,89	0,04	11,77	0,00	0,09	37,69	37,03	15,25	0,51	0,02
СБ Москва 2017г-ТК №24**	Пилов из отварной говядины	1/160	160,00	316,80	16,32	15,28	26,00	0,04	0,28	0,00	0,07	23,14	166,06	34,13	2,29	0,02
ТТК МСН-20	Кисель из яблоко-ягодного экстракта	1/200	200,00	105,20	0,09	0,04	26,15	0,00	1,83	0,00	0,00	16,00	2,93	2,13	0,13	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,67	1,32	0,24	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00
	Подливка		612,00	534,76	19,66	39,84	66,62	0,15	22,63	60,00	0,20	90,83	250,62	70,91	4,16	0,04
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/200	200,00	101,80	5,80	5,00	8,40	0,04	0,25	40,00	0,00	252,00	184,00	28,00	0,20	0,00
Промышленный выпуск	Булочки воздушные	1/50	50,00	131,00	3,88	2,36	23,55	0,07	1,65	20,00	0,04	54,80	14,50	11,00	0,37	0,01
	Ужины		250,00	232,80	9,68	7,36	31,95	0,11	1,90	60,00	0,04	306,80	198,50	39,00	0,57	0,01
ТТК №2054 тфр МУП КП	Булинг на творога со студеным молоком	1/120/20	140,00	386,05	18,12	14,20	46,42	0,11	0,42	83,42	0,38	254,02	281,13	37,78	1,14	0,01
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/180	180,00	78,79	0,17	0,06	17,96	0,08	1,40	0,00	0,24	6,10	5,70	4,92	0,20	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00
****	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10	0,04	30,00	0,00	0,03	34,00	23,00	13,00	0,30	0,00
			450,00	578,84	21,56	14,76	86,97	0,28	31,82	143,42	0,67	301,02	335,93	65,60	2,24	0,01
			1830,82	58,11	82,77	243,27	0,72	59,66	574,25	1,05	1049,23	966,70	198,15	6,45	0,07	

№ рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы примесей пищи	Калораж	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I						
С6.Деревь- 2001г.-№884****	Каша "Пшеница" с маслом сливочным	1/170/5	175,00	216,66	5,58	7,11	30,65	0,82	0,79	45,66	0,12	111,15	130,60	31,01	0,58	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №416*	Каша с молоком натуральным	1/190	190,00	112,94	3,80	3,22	16,12	0,05	1,50	22,45	0,17	140,14	114,70	19,58	0,46	0,00						
С6.Москва 2016г.-ТК №2	Брунфельд батон с повидлом	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00						
	2-й завтрак		405,00	443,05	11,18	13,19	66,81	0,91	2,36	82,65	0,31	259,22	266,68	58,81	1,67	0,01						
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
	Обед		100,00	90,00	2,7	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
С6.Москва 2016г.-ТК №46*	Винегрет овощной	1/50	50,00	47,40	0,68	3,08	4,22	0,20	5,17	0,00	0,02	11,60	22,50	10,37	0,43	0,01						
С6.Москва 2017г.-ТК №99**	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	1/180/12	192,00	124,89	0,63	0,09	30,41	0,01	0,68	0,00	0,03	30,86	22,27	16,60	0,66	0,02						
С6.Москва 2016г.-ТК №293*	Гуляш из отбивной говядины	1/80	80,00	176,80	11,65	13,43	2,31	0,02	0,73	0,00	0,08	17,45	123,43	17,62	2,44	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №335*	Макаронные изделия отварные	1/100	100,00	112,31	3,68	3,00	14,98	0,03	0,00	14,00	0,01	3,23	24,78	14,08	0,74	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №394*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180,00	118,32	0,60	0,08	28,81	0,01	0,65	0,00	0,02	29,23	21,10	4,10	0,62	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00						
	Поддоник		662,00	702,72	21,59	20,34	105,24	0,37	7,23	74,00	0,20	109,77	287,58	86,77	6,66	0,05						
Промышленный выпуск	Кислое молоко (биойогурт)	1/175	175,0	119,00	6,56	2,63	25,03	0,04	0,03	70,00	0,00	183,75	141,09	30,08	0,17	0,00						
Промышленный выпуск	Булочка слоеная "Свердловская"	1/75	75,00	131,00	3,90	2,36	26,15	0,06	1,65	21,00	0,03	43,84	11,60	8,80	0,30	0,02						
	Ужин		250,00	250,00	10,46	4,99	51,18	0,10	1,68	91,00	0,03	227,59	152,69	38,88	0,47	0,02						
С6.Москва 2017г.-ТК №7**	Гричный брунфельд с маслом и сыром	1/50	50,00	157,00	5,58	8,32	14,84	0,04	0,06	63,00	0,07	139,44	96,30	9,45	0,49	0,00						
С6.Москва 2016г.-ТК №229*	Омлет натуральный	1/125/5	130,00	240,11	11,50	20,58	2,31	0,07	0,22	292,12	0,48	96,06	212,00	15,90	2,35	0,01						
ТТК № 2097	Напиток из свежесколькоженной ягоды малины (близкока)	1/180	180,00	70,67	0,16	0,71	17,1	0,00	21,12	0,00	0,01	17,78	13,80	10,10	0,53	0,00						
****	Фрукт (банан)	1/90	90,00	109,67	1,35	0,45	18,90	0,04	9,00	0,00	0,50	7,20	25,20	37,80	0,54	0,00						
			450,00	577,45	18,59	30,06	53,15	0,15	30,40	355,12	1,06	260,48	347,30	73,25	3,91	0,01						
				2063,22	55,23	71,58	289,43	1,08	44,17	721,82	1,35	1020,76	894,25	217,71	9,91	0,09						

№ Рецензур	Наименование блюда	Выход	Объемы порций пищи	Калл	Пищевые вещества (г)						Витамини (мг)						Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I						
СБ.Москва 2017г.- ТК №173**	Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным	1/170/5	175,00	209,17	5,09	8,93	26,99	0,09	0,97	48,33	0,14	111,48	98,50	16,92	0,39	0,01						
СБ.Москва 2016г.- ТК № 413*	Чай с молоком и сахаром	1/190	190,00	97,33	3,36	2,95	14,32	0,05	1,31	22,80	0,17	141,87	104,63	17,10	0,36	0,00						
СБ.Москва 2016г.- ТК №7*	Брунчбол-бонн с сыром	1/25/15	40,00	113,00	7,23	5,88	25,70	0,03	0,11	39,00	0,01	155,00	106,00	11,30	0,41	0,00						
	2-й завтрак		405,00	419,70	15,68	17,76	67,01	0,17	2,59	110,13	0,32	408,35	309,13	45,32	1,16	0,01						
Промышленный выпуск	Сок виноградный	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
	Обед		100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
ТТК №2	Маринад овощной	1/50	50,0	42,52	0,55	3,07	3,00	0,20	0,95	0,00	0,03	4,33	26,40	0,00	0,00	0,01						
СБ.Москва 2004г.- ТК №111****	Борщ свекольный на мясном бульоне со сметаной	1/170/12	182,0	93,67	2,92	4,30	11,30	0,06	4,50	0,00	0,04	47,21	66,86	23,16	1,16	0,02						
СБ.Москва 2016 г.-ТК №292*	Жаркое по-домашнему из открытой говядины	1/160	160,00	192,94	19,57	5,01	17,41	0,16	6,83	15,06	0,25	22,60	234,57	47,25	2,88	0,01						
ТТК № 2097	Напиток на свежесороченной основе горный (сладкий)	1/180	180,00	50,16	0,12	0,04	12,36	0,00	1,58	0,00	0,00	3,80	3,17	1,43	0,07	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00						
	Полдник		632,00	450,29	25,53	12,72	58,56	0,47	13,86	75,06	0,34	84,84	357,10	81,74	4,71	0,04						
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/175	175,00	89,10	4,75	4,38	7,96	0,03	0,22	40,00	0,00	220,50	161,00	24,50	0,18	0,00						
Промышленный выпуск	Булочка сладкая "Сладкая"	1/75	75,00	131,00	3,90	2,36	26,15	0,06	0,00	19,00	0,04	16,00	44,00	6,00	0,60	0,02						
	Ужин		250,00	220,10	8,65	6,74	34,11	0,09	0,22	59,00	0,04	236,50	205,00	30,50	0,78	0,02						
СБ.Москва 2016г.- ТК №426*	Вареники с творогом с мясом свиным	1/135/5	140,00	279,16	16,38	9,41	32,21	0,13	0,08	61,51	0,22	92,76	153,55	29,50	0,82	0,01						
СБ.Москва 2016г.- ТК №410*	Чай без сахара	1/180	180,00	0,03	0,04	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	1,86	1,27	0,20	0,00	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,67	1,32	0,24	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00						
****	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,02	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00						
			450,00	397,19	19,19	10,11	56,50	0,23	10,08	121,51	0,26	117,52	191,92	48,60	3,62	0,01						
			1577,28	62,46	50,33	302,74	1,01	29,25	484,75	0,71	1010,91	1003,12	166,16	7,47	0,08							

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы прикорм пищи	Калы	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I
С6 Москва 2017г-ТК №182**	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	1/170/5	175,00	261,33	5,4	9,65	38,17	0,06	0,85	48,71	0,01	116,15	140,00	32,41	0,54	0,01
ТТК №821	Чай с молоком без сахара	1/190	190,00	83,17	0,18	0,06	18,96	0,09	0,14	0,00	0,03	6,43	0,00	5,19	0,21	0,00
С6 Москва 2016г-ТК №1*	Брунфельд, батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	136,41	2,36	7,50	14,90	0,03	0,00	40,00	0,02	8,40	22,50	4,20	0,35	0,00
С6 Москва 2016г-ТК №227*	Яйца вареные	1/50	50,00	78,75	6,35	5,75	0,35	0,04	0,00	125,00	0,23	27,50	96,00	6,00	1,25	0,00
	2-й завтрак		450,00	559,66	14,26	22,96	72,38	0,22	0,99	213,71	0,29	158,48	258,50	47,80	2,35	0,01
Промышленный выпуск	Сок натуральный	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00
	Обед		100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00
С6 Москва 2004г- ТК №25*****	Салат "Сезонный"	1/50	50,00	47,1	0,98	2,63	4,89	0,04	7,83	0,00	0,01	13,18	11,67	6,22	0,26	0,01
С6 Москва 2016 г-ТК №91* -ТТК1006	Суп картофельный с капустой и грибами фаршированными	1/160/12,5/2,5	185,0	88,74	4,26	3,78	9,28	0,05	3,91	6,95	0,04	23,33	58,14	17,16	0,69	0,02
ТТК №622-1	Котлета по-хмельному с маслом сливочным	1/70/5	75,00	207,2	5,60	18,20	5,32	0,03	13,12	18,90	0,10	76,93	14,88	1,27	0,02	0,02
С6 Парль 2001г- №107*****	Пюре из гороха	1/100	100,0	154,80	11,50	0,80	25,40	0,50	0,00	0,00	0,07	42,00	106,00	42,00	2,80	0,01
ТТК №5н-20	Каша из пшенице-ночного экстракта	1/180	180,00	81,00	0,00	0,00	19,80	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00
	Полдник		650,00	649,84	24,71	25,71	79,18	0,67	25,53	85,85	0,24	162,34	216,79	76,55	4,37	0,06
Промышленный выпуск	Кислоколомный напиток (сезонк)	1/200	200,00	104,88	5,80	5,00	8,00	0,04	1,40	40,00	0,17	145,33	113,33	17,33	0,13	0,00
Промышленный выпуск	Кандитовское изделие (печенье сахарное)	1/50	50,00	208,50	3,75	4,90	37,20	0,04	0,00	25,00	0,03	14,50	45,00	10,00	1,05	0,00
	Ужин		250,00	313,38	9,55	9,90	45,20	0,08	1,40	65,00	0,20	159,83	158,33	27,33	1,18	0,00
С6 Москва 2016г- ТК №308*	Запеканка картофельная с мясом	1/145/5	150,00	204,23	11,13	8,24	25,53	0,10	22,32	17,54	0,13	22,75	129,88	37,00	1,73	0,01
С6 Москва 2016г- ТК №411*	Чай с сахаром	1/170	170,00	51,38	0,06	0,01	12,75	0,00	0,02	0,00	0,00	9,41	2,38	1,19	0,24	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,92	0,34	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00
****	Фрукт(ябло)	1/100	100,00	42,30	0,65	0,32	6,56	0,02	22,00	0,00	0,32	32,40	27,54	20,25	0,65	0,00
			450,00	364,68	14,21	8,87	59,33	0,17	44,34	77,54	0,47	71,46	185,90	68,34	3,22	0,01
			1977,56	56,14	70,44	260,14	1,20	74,76	561,15	0,84	715,81	689,52	150,02	8,32	0,08	

№ рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приготовл. пищи	Калории	Пищевые вещества (г)						Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)					
					Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	I						
С6.Москва 2017г.- ТК №174**	Каша молочная вязкая крутозерчан с маслом сливочным	1/170/5	175,00	278,33	6,38	11,47	32,08	0,07	0,80	45,66	0,12	115,40	128,00	26,34	1,41	0,01						
С6.Москва 2016г.- ТК №414*	Кофейный напиток	1/190	190,00	83,13	3,00	2,53	13,46	0,03	0,97	15,00	0,12	119,83	72,00	11,20	0,10	0,00						
С6.Москва 2016г.- ТК №2*	Бурбурфот: батон с повидлом	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04	0,04	0,07	14,54	0,02	7,93	21,38	8,22	0,63	0,00						
	2-й завтрак		405,00	474,91	11,18	16,86	65,58	0,14	1,84	75,20	0,26	243,16	221,38	45,76	2,14	0,01						
Промышленный выпуск	Сек. напуганный	1/100	100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
	Обед		100,00	90,00	2,70	3,00	13,05	0,05	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00						
С6.Москва 2016г.-ТК №57*	Икра кабачковая	1/40	40,00	27,84	0,36	1,52	2,37	0,00	2,21	0,00	0,00	7,25	9,12	5,28	0,24	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №82*,1ТК1005	Рисовые Лениградские с мясным фаршем(кисломол. сметаной)	1/160/12,5/12	184,5	119,48	1,67	5,78	12,24	0,08	4,74	0,00	0,08	30,46	54,28	21,92	1,15	0,01						
ТТК №2068	Рыба дачечная "Золотая рыбка" (сдобуша)	1/70	70,00	219,80	15,44	17,68	0,34	0,04	3,29	63,84	0,11	40,32	87,85	3,78	1,05	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №39*	Пирог карповый	1/100	100,00	148,00	2,00	5,88	21,72	0,08	14,48	32,25	0,07	26,87	56,12	17,67	0,66	0,01						
С6.Москва 2016г.-ТК №394*	Колотг из смеси сухихфруктов	1/180	180,00	118,32	0,60	0,08	28,81	0,01	0,65	0,00	0,02	29,23	21,10	4,10	0,62	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	52,00	1,98	0,36	10,02	0,05	0,00	30,00	0,02	10,50	47,40	14,10	1,17	0,00						
	Подливка		634,50	704,44	22,44	31,24	79,97	0,26	25,37	156,09	0,30	141,03	254,57	62,65	4,32	0,04						
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток (оболгурт)	1/200	200,00	136,00	7,50	3,00	28,60	0,05	0,03	80,00	0,00	210,00	161,25	34,38	0,19	0,00						
Промышленный выпуск	Вулочка воздушная	1/50	50,00	131,00	3,88	2,36	23,55	0,07	1,65	20,00	0,04	54,80	14,50	11,00	0,37	0,01						
	Ужин		250,00	267,00	11,38	5,36	52,15	0,12	1,68	100,00	0,04	264,80	175,75	45,58	0,56	0,01						
ТТК №517,д/ф МУП КП "Горские курорты "Луганск"		1/70	70,00	124,00	12,66	8,16	0,00	0,02	0,00	12,00	0,08	23,40	85,80	12,00	1,08	0,01						
С6.Москва 2016г.- ТК №367*	Сыр томяный с овсянкой	1/20	20,00	23,98	0,29	1,42	2,52	0,00	0,47	8,32	0,00	4,72	7,35	3,70	0,13	0,01						
С6.Москва 2017г.-ТК №302**	Каша гречневая рассыпчатая	1/100	100,00	162,50	5,73	4,06	25,76	0,14	0,00	0,00	0,08	9,88	135,95	9,55	2,43	0,01						
С6.Москва 2016г.- ТК №412*	Чай с лимоном	1/160	160,00	29,93	0,06	0,00	7,33	0,00	1,46	0,00	0,00	9,71	2,47	1,33	0,21	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49	0,05	0,00	30,00	0,02	6,90	26,10	9,90	0,60	0,00						
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,67	1,32	0,24	6,68	0,04	0,00	30,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	0,00						
****	Фрукт (апельсин)	1/90	90,00	38,70	0,80	0,18	7,29	0,04	27,00	0,00	0,03	30,60	20,70	11,70	0,27	0,00						
			490,00	450,11	21,91	14,12	57,39	0,25	28,93	80,32	0,21	85,21	278,37	48,18	4,72	0,03						
			1986,68	601,17	60,58	268,14	0,82	60,32	530,66	0,86	894,90	780,07	161,97	8,94	0,09							

	Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)					Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	В1	С	А	В2	Са	Р	Мg	Fe	I			
20%	Норма завтрака	360,00	10,80	12,00	52,20	0,180	10,00	100,00	0,20	180,00	160,00	40,00	2,00	0,02		
	<i>Средняя за 10 дней завтрак</i>	385,16	10,84	12,99	56,48	0,195	10,52	131,46	0,250	205,22	192,63	41,70	2,53	0,02		
5%	Норма 2-й завтрак	90,00	2,7	3,00	13,05	0,045	2,50	25,00	0,050	45,00	40,00	10,00	0,50	0,005		
	<i>Средняя за 10 дней 2-й завтрак</i>	90,00	2,70	3,00	13,05	0,045	2,50	25,00	0,05	45,00	40,00	10,00	0,50	0,00		
35%	Норма обеда	630,00	18,9	21,00	91,35	0,315	17,50	175,00	0,35	315,00	280,00	70,00	3,50	0,035		
	<i>Средняя за 10 дней обед</i>	640,80	18,91	21,50	92,16	0,331	20,02	176,29	0,35	323,37	282,30	71,93	3,74	0,05		
15%	Норма полдника	270,00	8,10	9,00	39,15	0,135	7,50	75,00	0,15	135,00	120,00	30,00	1,50	0,015		
	<i>Средняя за 10 дней полдник</i>	275,82	8,22	9,52	39,20	0,136	7,39	76,00	0,154	135,01	120,45	31,38	1,50	0,010		
25%	Норма ужина	450,00	13,50	15,00	65,25	0,225	12,50	125,00	0,25	225,00	200,00	50,00	2,50	0,025		
	<i>Средняя за 10 дней ужин</i>	453,95	13,69	15,57	65,40	0,231	12,87	125,74	0,250	225,33	200,98	50,29	2,50	0,020		
	Итого за 10 дней норма	1800,00	54,00	60,00	261,00	0,90	50,00	500,00	1,00	900,00	800,00	200,00	10,00	0,1		
	<i>Итого за 10 дней факт</i>	1845,73	54,36	62,57	266,29	0,938	53,30	534,49	1,055	933,93	836,36	205,3	10,77	0,97		

*Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Москва 2016 г.

** Сборник рецептов Москва 2017 г.

*** Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, Москва 2012 год

**** Химический состав и калорийность российских продуктов питания, Спирюнович, Москва 2012 год, Гусляни В.А.

***** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях, Москва 2004 год

***** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, Пермь, 2001