Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 138

_____ Брюхова

"12" июня 2021 г.

Утверждаю:

И.о директора МУП "Комбинат питания г.Иркутска"

_____ М.С.Черемных

"12" июня 2021 г.

Основное меню приготавливаемых блюд (5 приёмов пищи с уплотненным полдником)

Возрастная категория от 1 года до 3 лет

(с 12-ти часовым пребыванием)

День 1:
Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г.ТК №181**	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/145/5	150,00	179,30	4,17	7,13	23,12
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/160	160,00	0,025	0,04	0,01	0,00
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с повидлом с маслом сливочным	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04
			350,00	*292,78*	*6,01*	*10,00*	*43,16*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/100	100,00	54,00	2,90	2,50	4,20
			100,00	*54,00*	*2,90*	*2,50*	*4,20*
	Обед						
Сб.Москва 2016г.ТК №23*	Салат из картофеля с солеными огурцами	1/30	30,00	25,98	0,41	1,56	2,57
Сб.Москва 2016г. ТК №63,* ТТК №1006	Борщ с картофелем с куриными фрикадельками со сметаной	1/130/12,5/12	154,5	97,22	3,5	4,93	8,54
ТТК №510,п/ф МУП КП	Биточки "Нежные"с маслом сливочным	1/70/5	75,00	121,00	13,20	3,20	9,70
Сб.Москва 2016 г.ТК №218*	Макаронные изделия отварные	1/110	110,0	113,74	4,22	0,61	22,84
Сб.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	84,75	0,33	0,02	20,83
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,66	1,32	0,24	6,68
			539,50	*477,35*	*22,98*	*10,56*	*71,16*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2004г. ТК №576*****	Огурец свежий	1/30	30,00	3,30	0,21	0,03	0,57
Сб.Москва 2016г.ТК №229*	Омлет натуральный	130/5	135,0	263,78	11,90	22,93	2,28
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80
			445,00	*464,88*	*14,88*	*23,66*	*47,09*
	Ужин						
Сб.Москва 2016г. ТК №7*	Бутерброд: батон с сыром порциями	1/25/10	35,00	99,50	4,48	2,21	12,53
Сб.Москва 2016г. ТК № 411*	Чай с сахаром	1/180	180,00	40,00	0,06	0,02	9,99
			215,00	*139,50*	*4,54*	*2,23*	*22,52*
				1428,51	*51,31*	*48,95*	*188,13*

День 2:

Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г. ТК №182**	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	1/145/5	150,00	221,59	5,33	8,75	30,17
Сб. Москва 2016г.ТК №416*	Какао с молоком натуральным	1/165	165,00	98,08	3,36	2,93	14,50
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	119,00	2,14	6,61	12,79
			350,00	*438,67*	*10,83*	*18,29*	*57,46*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г. ТК №419*	Молоко кипячёное	1/100	100,00	53,00	3,00	2,50	4,00
			100,00	*53,00*	*3,00*	*2,50*	*4,00*
	Обед						
ТТК№020	Салат из отварной моркови с яблоком	1/30	30,00	38,61	0,39	2,58	3,23
Сб.Москва 2012г. ТК №81,ТК №115,*** п/ф"МУП КП" ТТК №1005	Суп картофельный с бобовыми мясными фрикадельками и гренками	1/130/12,5/10	152,50	129,93	4,08	3,68	17,04
ТТК №2062 п/ф МУП КП	Шницель рыбный (горбуша) натуральный с маслом сливочным	1/70/5	75,00	166,88	12,64	9,43	7,70
Сб.Москва 2016г.ТК №339*	Пюре картофельное	1/110	110,00	100,65	2,25	3,52	15,44
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,00	34,66	1,32	0,24	6,68
			537,50	*550,53*	*20,68*	*19,45*	*70,04*
	Уплотненный полдник						
ТТК №907, п/ф МУП КП	Сырники из творога с повидлом	2/60/20	140,0	237,20	19,03	2,40	35,44
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/150	150,00	33,99	1,82	1,62	3,02
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (апельсин)	1/80	80,0	34,40	0,72	0,16	6,48
			400,00	*376,59*	*23,94*	*4,48*	*59,43*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Хлебобулочные изделия (баранка)	1/50	50,00	155,50	5,20	0,65	32,10
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
			200,00	*155,52*	*5,23*	*0,65*	*32,10*
				1574,31	*63,68*	*45,37*	*223,03*

День 3:

Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г.ТК №182**	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным	1/145/5	150,00	198,41	3,5	7,31	29,59
Сб.Москва 2016г. ТК №412*	Чай с лимоном	1/165	165,00	36,44	0,11	0,02	9,10
Сб.Москва 2016г. ТК №7*	Бутерброд:батон с сыром порциями	1/25/10	35,00	99,50	4,48	2,21	12,53
			350,00	*334,35*	*8,09*	*9,54*	*51,22*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (снежок)	1/100	100,00	79,00	2,70	2,50	10,80
			100,00	*79,00*	*2,70*	*2,50*	*10,80*
	Обед						
Сб.Москва 2016г. ТК №16*	Салат "Летний "	1/30	30,00	23,25	0,37	1,56	1,93
Сб.Москва 2016г. ТК №82*	Рассольник Ленинградский со сметаной на мясном бульоне	1/140/12	152,00	82,02	1,48	4,06	9,83
Сб.Москва 2016г.ТК №290*	Мясо(говядина) тушёное с овощами в соусе	1/160	160,00	214,59	15,25	12,50	9,73
Сб.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из плодов или ягод сушёных (изюм)	1/150	150,00	84,75	0,33	0,02	20,83
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			512,00	*439,27*	*18,75*	*18,38*	*49,00*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2017г.ТК №70*	Овощи натуральные соленые(огурец)	1/30	30,00	3,00	0,24	0,03	0,21
Сб.Москва 2016г.ТК №220*	Макароны отварные с сыром с маслом	1/125/20/5	150,00	218,00	9,29	10,01	22,71
Сб.Москва 2016г.ТК №413*	Чай с молоком и сахаром	1/150	150,00	77,00	2,65	2,33	11,31
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (груша)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,30	10,30
			460,00	*416,00*	*14,95*	*12,97*	*59,02*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Кондитерские изделия (печенье овсяное)	1/30	30,00	135,84	1,68	4,44	42,29
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/180	180,00	0,03	0,04	0,00	0,00
			210,00	*135,87*	*1,72*	*4,44*	*42,29*
				1404,49	*46,21*	*47,83*	*212,33*

День 4:
Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г. ТК №182**	Каша жидкая молочная ячневая с маслом сливочным	1/145/5	150,00	221,59	4,98	7,49	33,53
Сб.Москва 2016г. ТК №414*	Кофейный напиток	1/160	160,00	74,67	2,50	2,13	11,34
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с повидлом и маслом сливочный	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04
			350,00	*409,71*	*9,28*	*12,48*	*64,91*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г. ТК №420*	Кисломолочный напиток (биойогурт)	1/100	100,00	90,00	4,00	1,50	14,30
			100,00	*90,00*	*4,00*	*1,50*	*14,30*
	Обед						
ТТК №2096	Салат "Ералаш"	1/30	30,00	65,47	1,87	1,72	10,70
Сб.Москва 2012г. ТК №87***	Суп картофельный с рыбными консервами	1/150	150,0	100,35	5,16	5,04	8,60
ТТК №490, пф МУП КП	Котлета куриная "Петушок" с маслом сливочным	1/70/5	75,0	138,70	9,50	8,85	5,16
Сб.Москва 2016г. ТК №143*	Капуста тушёная	1/110	110,0	86,90	2,18	4,08	10,44
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			535,00	*505,88*	*20,03*	*19,93*	*61,53*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2016г. ТК №423*	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/130/5	135,00	224,56	13,89	8,19	23,74
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00
			415,00	*391,58*	*17,79*	*8,99*	*59,23*
	Ужин						
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	119,00	2,14	6,61	12,79
Сб.Москва 2016г. ТК № 411*	Чай с сахаром	1/180	180,00	40,00	0,06	0,02	9,99
			215,00	*159,00*	*2,20*	*6,63*	*22,78*
				1556,17	*53,30*	*49,53*	*222,75*

День 5:

Неделя: первая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №100*	Суп молочный с макаронными изделиями	1/150	150,00	108,90	4,31	3,91	14,13
Сб.Москва 2016г. ТК № 411*	Чай с сахаром	1/165	165,0	30,80	0,04	0,01	7,69
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	119,00	2,14	6,61	12,79
			350,00	*258,70*	*6,49*	*10,53*	*34,61*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/100	100,00	54,00	2,90	2,50	4,20
			100,00	*54,00*	*2,90*	*2,50*	*4,20*
	Обед						
Сб.Москва 2004г. ТК №576*****	Помидор свежий	1/30	30,00	7,20	0,33	0,06	1,14
Сб.Москва 2016г.ТК №73*	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,0	61,86	1,27	3,94	5,29
Сб.Москва 2017г.ТК №244**	Плов из отварной говядины	1/160	160,00	316,80	16,32	15,29	26,00
ТТК №2097-20	Напиток из свежезамороженной ягоды (вишня)	1/150	150,00	66,71	0,11	0,03	16,37
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			512,00	*487,23*	*19,35*	*19,56*	*55,48*
	Уплотненный полдник						
ТТК №2054 п/ф МУП КП	Пудинг из творога со сгущённым молоком	1/110/20	130,00	358,00	17,32	14,23	29,35
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/150	150,00	33,99	1,82	1,62	3,02
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10
Промышленный выпуск	Булочка воздушная	1/50	50,00	131,00	3,88	2,36	23,55
			460,00	*636,99*	*26,29*	*18,71*	*78,51*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Кондитерские изделия (пряник глазированный)	1/50	50,00	182,95	2,95	2,35	47,50
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
				182,97	*2,98*	*2,35*	*47,50*
				1695,62	*61,52*	*61,83*	*207,41*

День 6:

Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г. ТК №182**	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	1/145/5	150,00	221,59	5,33	8,75	30,17
Сб.Москва 2016г.ТК №412*	Чай с лимоном	1/155	155,00	29,97	0,07	0,01	7,34
Сб.Москва 2016г. ТК №3*	Бутерброд:батон с маслом и сыром	1/25/10/10	45,00	139,00	4,73	6,88	14,56
			350,00	*390,56*	*10,13*	*15,64*	*52,07*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (снежок)	1/100	100,00	79,00	2,70	2,50	10,80
			100,00	*79,00*	*2,70*	*2,50*	*10,80*
	Обед						
ТТК №552	Салат" Мозайка"	1/30	30,00	34,93	0,45	2,56	2,52
Сб.Москва 2016г.ТК №88,* ТТК №1005	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	1/140/12,5	152,50	83,32	1,56	2,40	10,75
ТТК №526 п/ф МУП КП	Колобки мясные (тефтели) с маслом сливочным	1/70/5	75,00	138,30	10,08	8,88	4,28
Сб.Москва 2004г.ТК №224 *****	Рагу из овощей	1/110	110,00	242,00	11,14	9,50	26,50
Сб.Москва 2016г.ТК №394*	Компот из плодов или ягод сушёных (курага)	1/150	150,00	84,75	0,33	0,02	20,83
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			537,50	*617,96*	*24,88*	*23,60*	*71,56*
	Уплотненный полдник						
ТТК №2009,п/ф МУП КП	Котлета рыбная "Мечта" (минтай) с маслом сливочным	1/70/5	75,00	121,50	11,8	6,20	3,78
Сб.Москва 2016г.ТК №339*	Пюре картофельное	1/110	110,0	100,65	2,25	3,52	15,44
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (яблоко)	1/80	80,0	37,60	0,32	0,32	7,84
			445,00	*410,55*	*16,74*	*10,34*	*61,50*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Хлебобулочные изделия (баранка)	1/50	50,00	155,50	5,20	0,65	32,10
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
			200,00	*155,52*	*5,23*	*0,65*	*32,10*
				1653,59	*59,68*	*52,73*	*228,03*

День 7:

Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г.№84******	Каша "Дружба" с маслом сливочным	1/145/5	150,00	176,42	4,79	6,10	25,68
Сб.Москва 2016г.ТК №416*	Какао с молоком натуральным	1/160	160,00	94,93	3,36	2,90	13,82
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с повидлом и маслом сливочным	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04
			350,00	*384,80*	*9,95*	*11,86*	*59,54*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г. ТК №419*	Молоко кипяченое	1/100	100,00	53,00	3,00	2,50	4,00
			100,00	*53,00*	*3,00*	*2,50*	*4,00*
	Обед						
Сб.Москва 2016г.ТК №46*	Винегрет овощной	1/30	30,00	28,44	0,41	1,85	2,53
Сб.Москва 2017г.ТК №99**	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,00	67,74	0,94	3,99	5,66
Сб.Москва 2016г. ТК №293**	Гуляш из отварной говядины	1/70	70,00	110,25	9,00	7,24	2,31
Сб.Москва 2016 г.ТК №218*	Макаронные изделия отварные	1/110	110,0	113,74	4,22	0,61	22,84
Сб.Москва 2016г. ТК №394*	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,0	84,75	0,33	0,02	20,83
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			532,00	*439,58*	*16,22*	*13,95*	*60,85*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2017г.ТК №7**	Горячий бутерброд с маслом и сыром	1/50	50,00	157,00	5,58	8,32	14,84
Сб.Москва 2016г.ТК №229*	Омлет натуральный	1/130/5	135,0	263,78	11,90	22,93	2,28
ТТК № 2097	Напиток из свежезамороженной ягоды горячий (облепиха)	1/150	150,00	70,67	0,16	0,71	17,1
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00
			435,00	*587,45*	*19,14*	*32,46*	*55,22*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Хлебобулочные изделия (сушка)	1/30	30,00	101,7	3,21	0,36	21,36
Сб.Москва 2016г. ТК № 411*	Чай с сахаром	1/180	180,00	40,00	0,06	0,02	9,99
			210,00	*141,70*	*3,27*	*0,38*	*31,35*
				1606,53	*51,58*	*61,15*	*210,96*

День 8:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г. ТК №182**	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	1/145/5	150,00	221,59	5,12	7,99	32,07
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/165	165,00	37,39	2,00	1,78	3,33
Сб.Москва 2016г. ТК №7*	Бутерброд:батон с сыром поршиями	1/25/10	35,00	99,50	4,48	2,21	12,53
			350,00	*358,48*	*11,60*	*11,98*	*47,93*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г. ТК №420*	Кисломолочный напиток (биойогурт)	1/100	100,00	90,00	4,00	1,50	14,30
			100,00	*90,00*	*4,00*	*1,50*	*14,30*
	Обед						
ТТК №2	Маринад овощной	1/30	30,00	25,51	0,33	1,84	1,80
Сб.Москва 2004г. ТК №111*****	Борщ сибирский на мясном бульоне со сметаной	1/140/12	152,00	78,08	2,43	3,58	9,41
Сб.Москва 2016 г.ТК №292*	Жаркое по-домашнему из отварной свинины	1/160	160,00	192,94	19,58	5,02	17,41
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			512,00	*410,99*	*23,66*	*10,68*	*53,25*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2016г. ТК №426*	Вареники с творогом с маслом сливочным	1/130/5	135,00	197,76	14,46	3,71	26,60
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80
			415,00	*315,78*	*17,26*	*4,41*	*50,89*
	Ужин						
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	119,00	2,14	6,61	12,79
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/180	180,00	0,03	0,04	0,00	0,00
			215,00	*119,03*	*2,18*	*6,61*	*12,79*
				1294,28	*58,70*	*35,18*	*181,16*

День 9:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Москва 2017г.ТК №182**	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным	1/145/5	150,00	198,41	3,5	7,31	29,59
Сб.Москва 2016г. ТК №414*	Кофейный напиток	1/165	165,00	77,00	2,58	2,20	11,69
Сб.Москва 2016г.ТК №1*	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/25/10	35,00	119,00	2,14	6,61	12,79
			350,00	*394,41*	*8,22*	*16,12*	*54,07*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (ряженка)	1/100	100,00	54,00	2,90	2,50	4,20
			100,00	*54,00*	*2,90*	*2,50*	*4,20*
	Обед						
Сб.Москва 2004г. ТК №25*****	Салат "Степной"	1/30	30,00	28,26	0,59	1,58	2,93
Сб.Москва 2016 г.ТК №91^,ТТК1006	Суп картофельный с клёцками и куриными фрикадельками	1/130/12,5/12,5	155,0	74,14	1,23	2,58	8,34
ТТК №522-1	Котлета по-хлыновски с маслом сливочным	1/70/5	75,0	207,2	5,60	18,20	5,32
Сб.Пермь 2001г.№107******	Пюре из гороха	1/110	110,0	170,28	12,65	0,88	27,94
Сб.Москва 2016г. ТК №417*	Напиток из плодов шиповника	1/150	150,00	61,00	0,51	0,21	14,23
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			540,00	*575,54*	*21,90*	*23,69*	*65,44*
	Уплотненный полдник						
Сб.Москва 2016г. ТК №308*	Запеканка картофельная с мясом	1/130/5	135,0	199,97	10,24	8,01	21,69
Сб.Москва 2016г. ТК №411*	Чай с сахаром	1/150	150,00	28,00	0,04	0,01	6,99
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386^	Плоды свежие (груша)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,30	10,30
Промышленный выпуск	Булочка Сладкая	1/40	40,0	125,00	2,39	4,15	19,02
			455,00	*470,97*	*15,44*	*12,77*	*72,49*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Батон	1/25	25,00	59,00	3,75	1,45	25,70
Промышленный выпуск	Мармелад	1/30	30,00	96,00	0,00	0,00	43,80
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/150	150,00	0,02	0,03	0,00	0,00
			180,00	*96,02*	*0,03*	*0,00*	*43,80*
				1590,94	*48,49*	*55,08*	*240,00*

День 10:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. ТК 91******	Каша молочная жидкая кукурузная с маслом сливочным	1/145/5	150,00	178,48	5,44	5,90	25,81
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/160	160,00	36,26	1,94	1,73	3,23
Сб.Москва 2016г. ТК №2*	Бутерброд: батон с повидлом с маслом сливочным	1/25/10/5	40,00	113,45	1,80	2,86	20,04
			350,00	*328,19*	*9,18*	*10,49*	*49,08*
	2-й Завтрак						
Сб.Москва 2016г.ТК №420*	Кисломолочный напиток (снежок)	1/100	100,00	79,00	2,70	2,50	10,80
			100,00	*79,00*	*2,70*	*2,50*	*10,80*
	Обед						
Сб.Москва 2016г.ТК №57*	Икра кабачковая	1/30	30,00	23,50	0,36	1,41	2,31
Сб.Москва 2016г.ТК №82*,ТТК1005	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками со сметаной	1/130/12,5/12	154,50	101,85	1,44	4,67	10,32
ТТК №2068	Рыба запечённая "Золотая рыбка" (горбуша)	1/70	70,0	219,80	15,44	17,68	0,34
Сб.Москва 2016г.ТК №339*	Пюре картофельное	1/110	110,0	100,65	2,25	3,52	15,44
ТТК №2097	Напиток из свежезамороженной ягоды (смородина)	1/150	150,0	50,81	0,13	0,05	12,22
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/20	20,0	34,66	1,32	0,24	6,68
			534,50	*531,27*	*20,94*	*27,57*	*47,31*
	Уплотненный полдник						
ТТК №517,п/ф МУП КП	Тефтели куриные "Лунтик"	1/70	70,00	124,00	12,66	8,16	5,37
Сб.Москва 2016г. ТК №367*	Соус томатный с овощами	1/20	20,00	23,98	0,29	1,42	2,52
Сб.Москва 2017г.ТК №302 **	Каша гречневая рассыпчатая	1/110	110,00	178,75	6,31	4,47	28,34
Сб.Москва 2016г. ТК №418*	Сок фруктовый	1/150	150,00	79,80	0,00	0,00	19,95
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	71,00	2,37	0,30	14,49
Сб.Москва 2016г. ТК №386*	Плоды свежие (апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10
			480,00	*520,53*	*22,53*	*14,55*	*78,77*
	Ужин						
Промышленный выпуск	Кондитерское изделия (печенье сахарное)	1/30	30,00	125,10	2,25	2,94	42,32
Сб.Москва 2004г. ТК №684*****	Чай без сахара	1/180	180,00	0,03	0,04	0,00	0,00
			210,00	*125,13*	*2,29*	*2,94*	*42,32*
				1584,12	*57,64*	*58,05*	*228,28*

		Энергетическая ценность Ккал	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
20%	Норма завтраки	280,00	8,40	9,40	40,60
	Средняя за 10 дней завтрак	*359,06*	*8,98*	*12,69*	*51,41*
5%	Норма 2-й завтрак	70,00	2,1	2,35	10,15
	Средняя за 10 дней 2-й завтрак	*68,50*	*3,08*	*2,30*	*8,16*
35%	Норма обед	490,00	14,70	16,45	71,05
	Средняя за 10 дней обед	*503,56*	*20,94*	*18,74*	*60,76*
30%	Норма уплотненных полдников	420,00	12,60	14,10	60,90
	Средняя за 10 дней Уплотненный полдников	*459,13*	*16,98*	*14,33*	*62,22*
10%	Норма ужина	140,00	4,2	4,70	20,30
	Средняя за 10 дней ужинов	*141,03*	*2,97*	*2,69*	*32,96*
	Итого за 10 дней норма	1400,00	42,00	47,00	203,00
	Итого за 10 дней факт	*1531,28*	*52,95*	*50,75*	*215,50*

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

** Сборник рецептур рецептур Москва 2017 г.

***Организация питания в дошкольных образовательных учреждений, Москва 2012г.

****Химический состав и калорийность российких продуктов питания.Справочник.Москва 2012 г. ,Тутельян В.А.

***** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва 2004 г.

******Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь 2001г.

Исполнитель: А.И.Наумова , Т.В.Гилёва