

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

(Изменение № 1, Вариант 2)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы, **в части организации питания детей в возрасте 1,5 – 3 года.**

(Изменение №1, Вариант 2)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ккал	Витамины				Минеральные вещества				B2, мг	I, мкг	№ ТК
		г	г	г	г		В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг			
День 1 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшеничная молочная с курагой	130	7,41	5,74	39,22	238,14	0,21	0,55	17,55	0,38	100,00	171,84	51,10	1,76	0,11	8,13	120218
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,65	12,24	58,21	397,57	0,24	0,69	69,55	0,82	308,08	301,83	60,70	2,23	0,18	8,13	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,55	3,19	2,92	42,58	0,03	2,12	0,00	1,56	11,42	23,33	16,07	0,30	0,03	2,12	100301
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	180	2,80	3,94	11,19	91,44	0,10	4,68	0,00	1,72	59,87	77,94	21,34	0,97	0,05	3,47	110329-1
3	Котлеты рубленные из мяса (говядина)	60	9,01	8,97	7,50	146,76	0,04	0,00	0,00	1,22	8,98	91,94	11,29	1,33	0,07	2,94	120523
4	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,24	20,30	83,83	598,99	0,29	10,40	9,90	5,77	156,95	305,51	69,49	6,58	0,20	11,37	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230117
	Итого:		7,90	7,54	40,33	260,74	0,10	1,07	17,13	1,55	212,37	184,57	29,76	0,63	0,26	15,50	
Ужин																	
1	Биточки рубленные куриные	70	11,65	10,74	9,41	180,92	0,05	0,90	33,95	0,91	29,62	102,81	12,50	0,96	0,09	3,99	120611
2	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
3	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	130	2,96	3,80	23,91	141,73	0,18	14,65	11,70	0,19	23,64	85,96	33,77	1,34	0,12	7,68	130105
4	Компот из плодов свежих (лимон)	180	0,11	0,01	7,57	30,85	0,01	5,04	0,00	0,03	5,26	2,77	1,51	0,10	0,00	0,00	160213
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,32	19,14	53,83	456,84	0,27	20,67	68,15	1,58	181,21	222,24	52,50	2,71	0,24	13,11	
Ужин 2																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		0,39	0,05	27,45	111,86	0,02	0,00	0,05	0,05	13,80	16,33	5,74	0,62	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		60,30	59,67	271,75	1865,19	0,93	212,81	164,79	10,06	912,42	1064,49	243,18	13,56	0,93	50,10	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	9
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,23	24,49	47,24	498,32	0,15	0,92	34,06	1,75	259,52	390,88	41,60	3,67	0,71	36,54	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103

	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Винегрет	45	0,72	4,58	4,09	60,50	0,03	3,74	0,00	2,04	17,18	21,30	9,33	0,40	0,02	2,15	100501
2	Суп-пюре из цветной капусты	170	1,86	2,65	8,64	65,87	0,07	19,00	11,90	0,20	59,92	41,18	14,35	0,70	0,06	2,47	110403
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рагу из мяса птицы	160	13,52	12,44	18,32	239,29	0,15	11,49	33,60	1,66	29,90	145,41	36,22	1,79	0,15	8,03	120609
5	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,57	21,06	70,01	551,87	0,32	81,03	45,54	4,97	175,31	297,21	73,61	4,37	0,28	14,65	
Полдник																	
1	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	21
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		27,62	11,53	23,09	306,59	0,12	1,55	89,00	0,52	348,99	380,24	47,18	0,80	0,54	14,06	
Ужин																	
1	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
2	Картофель отварной	130	2,96	3,80	23,91	141,73	0,18	14,65	11,70	0,19	23,64	85,96	33,77	1,34	0,12	7,68	130105-1
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		20,73	8,53	65,03	419,81	0,32	19,08	19,96	3,08	336,78	557,35	71,70	4,81	0,21	131,64	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		5,54	5,76	23,41	167,66	0,04	1,08	27,00	0,00	222,80	166,20	26,40	0,46	0,24	16,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		98,20	71,87	249,78	2038,75	0,99	113,66	215,56	10,72	1351,40	1819,89	302,49	14,71	2,03	213,09	
День 3 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		9,97	17,08	62,82	444,90	2,25	1,07	64,56	0,77	250,60	222,65	46,85	2,41	0,26	24,39	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	45	7,27	5,88	0,00	82,00	0,01	0,00	8,55	1,46	64,13	248,00	17,10	0,47	0,06	34,20	100602
2	Рассольник домашний с мясом	180	8,86	8,31	9,73	149,18	0,09	10,09	12,80	0,27	62,23	102,40	24,93	1,52	0,10	6,27	110207
3	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
6	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		40,78	28,47	60,66	661,95	0,59	53,06	4835,26	3,47	551,90	872,14	100,32	19,14	2,49	64,36	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225

2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		7,93	9,39	36,49	262,16	0,08	1,36	36,26	0,11	282,29	243,24	43,33	0,45	0,34	20,98	
Ужин																	
1	Шницель рубленый куриный	70	15,69	15,21	5,62	222,10	0,05	1,20	45,68	0,97	28,18	130,80	13,74	1,21	0,14	7,25	120615
2	Овощи запеченные	130	3,02	0,00	26,86	119,52	0,00	0,08	0,00	0,00	6,08	4,91	1,09	0,24	0,00	0,00	130111
3	Напиток смородина	180	0,11	0,04	7,98	32,75	0,00	10,80	0,00	0,08	4,10	3,56	3,35	0,16	0,00	0,11	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,02	16,45	60,46	477,96	0,10	12,08	45,68	1,72	47,76	172,87	23,38	2,09	0,16	7,35	
Ужин2																	
1	Кисель абрикосовый	180	0,47	0,03	13,67	56,83	0,01	0,36	0,00	0,50	18,03	16,61	9,45	1,01	0,02	0,00	160219
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,88	1,97	27,04	137,42	0,04	0,42	5,19	0,81	37,28	47,63	14,47	1,33	0,05	1,83	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		83,98	73,76	257,27	2028,80	3,09	77,99	4986,95	7,08	1185,85	1569,54	237,36	27,61	3,32	120,91	
День 4 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	130	3,55	7,82	17,48	154,44	0,05	0,40	29,45	0,13	84,97	93,10	20,16	0,39	0,10	7,01	120222
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,70	13,80	40,59	337,37	0,11	1,13	66,60	0,58	274,50	317,19	60,90	1,72	0,35	14,30	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	45	0,32	5,43	0,99	54,14	0,01	3,96	0,00	2,42	9,52	16,82	5,57	0,24	0,02	1,19	100507
2	Суп из овощей на курином бульоне	180	3,60	6,00	8,68	103,10	0,06	12,82	25,20	0,19	121,80	44,37	17,29	0,64	0,06	4,30	110326
3	Птица, тушенная с сметанным соусе	60	9,36	10,81	2,15	143,34	0,04	2,36	42,84	0,11	47,17	78,96	11,51	0,78	0,08	3,53	120653
4	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
5	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,34	26,28	62,41	567,54	0,22	20,76	77,94	3,85	246,73	243,11	50,76	3,21	0,18	12,09	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Соус клюквенный	5	0,00	0,00	2,14	8,60	0,00	0,09	0,00	0,01	0,26	0,18	0,09	0,01	0,00	0,00	140208
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,24	30,17	224,04	0,05	0,63	32,13	1,54	212,03	179,40	28,00	0,57	0,23	2,00	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	70	11,17	8,93	8,75	159,99	0,05	0,00	0,00	0,51	10,13	113,66	13,90	1,64	0,08	3,68	120540
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,52	17,00	61,16	467,71	0,21	13,65	0,00	4,42	55,55	221,35	54,60	5,57	0,19	8,50	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		1,22	1,15	23,84	110,60	0,01	0,22	5,40	0,00	51,89	40,35	6,24	0,34	0,05	3,24	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

	Итого за день		61,73	65,78	228,47	1752,77	0,63	41,38	182,07	10,79	859,71	1017,40	212,50	13,71	1,04	41,12	
День 5 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,51	17,74	47,49	395,66	0,16	0,55	74,21	1,24	167,90	262,30	49,51	1,52	0,25	6,90	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	45	0,56	2,46	3,92	40,09	0,03	11,31	0,00	1,02	13,06	13,35	7,67	0,36	0,02	0,23	100518 100502
2	Суп с клецками	180	3,77	4,35	17,58	124,55	0,07	3,10	10,81	0,43	17,04	54,71	14,22	0,77	0,08	4,23	110332-1
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	160	13,55	6,72	20,57	196,92	0,16	8,02	11,04	2,87	272,89	398,02	41,25	1,12	0,15	100,58	120409
4	Напиток из citrusовых	180	0,11	0,02	7,81	31,85	0,01	4,93	0,00	0,03	4,99	2,50	1,46	0,07	0,00	0,00	160234
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		22,23	14,59	76,28	525,32	0,33	27,35	21,85	5,04	412,67	585,37	77,20	3,79	0,27	109,04	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,42	31,15	264,17	0,12	1,20	41,52	0,65	229,74	232,80	32,35	1,23	0,39	20,36	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
3	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,55	14,79	45,35	384,74	0,23	67,22	37,84	2,72	52,78	198,70	53,60	2,97	0,22	9,64	
Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (лимон)	180	0,11	0,01	7,57	30,85	0,01	5,04	0,00	0,03	5,26	2,77	1,51	0,10	0,00	0,00	160213
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		0,26	0,01	22,52	91,23	0,01	5,04	0,00	0,03	10,26	5,17	2,71	0,38	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		64,49	58,05	243,80	1755,61	0,89	111,36	175,42	10,07	881,35	1312,34	257,37	10,48	1,18	145,94	
	Итого за 5 дней		73,74	65,82	250,21	1888,22	1,30	111,44	1144,96	9,75	1038,14	1356,73	250,58	16,02	1,70	114,23	
День 6 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	9
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,13	24,09	48,87	500,86	2,30	0,81	31,36	1,75	255,74	395,96	53,48	5,09	0,69	42,12	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,55	3,19	2,92	42,58	0,03	2,12	0,00	1,56	11,42	23,33	16,07	0,30	0,03	2,12	100301
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	180	3,58	2,15	6,00	57,64	0,04	14,07	9,00	0,14	99,15	32,43	14,95	0,52	0,04	2,95	110111
3	Азу из мяса отварного	60	9,99	9,64	2,63	137,24	0,04	1,54	0,00	1,06	9,34	99,34	13,33	1,46	0,08	3,74	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,64	3,93	20,94	137,72	0,16	0,00	9,90	0,33	8,73	109,99	73,32	5,88	0,08	2,16	130309

5	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		21,93	19,78	63,19	518,52	0,33	17,72	18,96	3,65	192,15	345,81	129,81	9,35	0,25	12,96	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		7,93	9,39	36,49	262,16	0,08	1,36	36,26	0,11	282,29	243,24	43,33	0,45	0,34	20,98	
Ужин																	
1	Печень по-строгановски	70	10,45	7,24	2,92	118,58	0,17	17,82	2515,98	0,61	254,14	198,86	12,54	7,89	1,16	8,62	120536
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	130	2,93	4,48	23,88	147,58	0,18	14,65	0,00	1,86	26,76	86,03	33,98	1,36	0,12	7,33	130106
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,48	13,10	64,98	447,71	0,41	36,07	2515,98	3,33	302,90	331,09	58,92	12,25	1,31	15,94	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	6
	Итого:		5,42	5,78	25,74	176,63	0,04	1,08	27,00	0,00	218,52	163,98	25,56	0,25	0,23	34,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		75,79	72,34	247,38	1943,69	3,19	117,04	2629,55	9,04	1285,59	1503,08	324,11	27,70	2,85	128,20	
День 7 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	130	4,97	5,10	22,68	156,49	0,09	0,39	19,50	0,50	90,93	127,92	24,79	1,23	0,11	6,14	120250
2	Чай с лимоном	180	0,03	0,00	7,30	29,37	0,00	1,44	0,00	0,01	4,77	5,98	0,43	0,04	0,00	0,00	160106
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
4	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,17	10,90	41,73	317,73	0,14	2,15	70,50	1,00	282,41	314,70	42,82	1,82	0,29	6,14	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из сборных овощей	45	0,62	4,54	2,13	51,86	0,02	8,21	0,00	2,07	47,61	16,19	9,54	0,27	0,02	1,46	100509
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	5,23	4,02	13,49	111,07	0,16	4,86	0,00	1,75	25,00	71,72	25,96	1,31	0,06	3,10	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
5	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
6	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,38	16,83	81,22	569,83	0,36	15,92	26,18	5,94	331,59	476,64	72,26	3,79	0,16	82,71	
Полдник																	
1	Каша пшениная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		10,91	8,50	31,17	244,78	0,14	0,75	45,21	0,12	255,93	255,83	53,68	1,06	0,27	6,07	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,90	100503
2	Плов мясной	180	19,62	21,10	35,43	410,15	0,10	4,08	24,84	0,71	21,21	242,04	48,10	3,07	0,17	8,11	120550
3	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,51	21,78	52,57	492,39	0,14	6,84	24,84	1,11	34,99	267,43	56,03	3,78	0,19	9,27	
Ужин2																	

1	Напиток абрикосовый	180	0,00	0,00	18,57	74,28	0,00	0,52	0,00	0,17	2,75	3,89	1,94	0,10	0,00	0,00	160233
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		0,14	0,00	33,52	134,66	0,00	0,52	0,00	0,17	7,75	6,29	3,14	0,38	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		69,51	58,41	250,02	1803,79	0,81	36,17	166,73	8,53	928,67	1331,88	236,94	13,02	0,94	106,19	
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		10,56	18,62	48,12	402,32	0,16	0,78	61,36	1,15	185,34	244,39	64,65	2,19	0,22	14,19	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	45	0,74	4,54	4,33	61,12	0,01	11,55	0,00	2,04	72,68	14,35	7,78	0,27	0,02	1,36	100201
2	Борщ с капустой и картофелем	180	1,48	2,73	7,30	59,70	0,04	10,71	5,40	0,93	80,92	38,40	17,34	0,80	0,04	4,12	110101
3	Биточки рубленные куриные	60	9,98	9,21	8,06	155,07	0,05	0,77	29,10	0,78	25,39	88,12	10,72	0,82	0,08	3,42	120611
4	Капуста цветная отварная с маслом	120	3,24	3,36	5,42	64,84	0,13	89,88	10,80	0,29	34,92	66,39	21,89	1,81	0,13	0,32	130208
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,26	20,83	61,50	510,53	0,29	116,52	45,30	4,74	281,21	286,67	72,53	7,08	0,30	11,22	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		8,63	9,87	29,49	241,35	0,09	1,44	49,50	0,21	265,73	230,90	37,99	0,94	0,36	19,64	
Ужин																	
1	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
2	Картофель отварной	130	2,76	5,90	22,09	152,51	0,16	13,52	19,50	0,20	23,45	80,14	31,24	1,25	0,11	7,35	130103
3	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	9
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,20	11,23	71,84	473,26	0,30	23,51	30,04	2,41	347,53	576,17	69,12	2,73	0,20	135,58	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		1,22	1,15	23,84	110,60	0,01	0,22	5,40	0,00	51,89	40,35	6,24	0,34	0,05	3,24	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		61,27	62,01	245,09	1783,57	0,88	147,47	191,60	8,92	1150,70	1394,49	262,53	15,58	1,17	184,87	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	130	4,64	6,15	14,54	132,03	0,08	0,56	23,79	0,15	117,76	128,65	41,78	2,40	0,15	9,44	120221
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,56	21,50	43,61	418,15	0,13	0,70	105,79	1,03	331,75	277,34	53,98	3,13	0,24	10,34	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103

	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	45	0,43	6,82	1,53	69,22	0,02	9,47	0,00	3,23	6,06	10,71	7,68	0,35	0,02	0,79	100506
2	Суп из овощей на мясном бульоне	180	2,36	5,22	12,02	104,53	0,10	15,97	9,00	1,75	131,55	60,30	23,44	0,82	0,08	4,72	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	15,65	15,07	28,30	311,40	0,22	16,00	14,40	0,48	35,84	217,03	49,62	3,18	0,22	13,36	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		21,41	27,95	72,74	628,15	0,39	42,79	23,40	6,07	234,48	360,69	89,69	5,29	0,33	20,86	
Полдник																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		19,86	20,90	18,23	340,47	0,13	1,17	30,86	0,71	304,07	400,30	42,38	3,02	0,78	40,32	
Ужин																	
1	Капуста, тушеная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
2	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,94	20,13	39,37	414,39	0,16	32,25	0,05	4,58	175,34	229,03	51,74	3,75	0,19	8,76	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
	Итого:		7,86	7,40	31,22	222,99	0,07	1,35	28,20	0,72	234,76	193,63	30,52	0,63	0,26	17,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		82,13	98,38	226,17	2118,65	0,93	88,26	188,31	13,50	1288,39	1488,99	310,31	16,43	1,85	97,89	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,09	11,64	48,84	352,52	0,09	1,36	62,46	0,55	313,94	325,82	50,05	0,88	0,39	17,20	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	45	0,79	3,30	6,03	56,96	0,05	4,39	0,00	1,44	8,58	23,68	9,83	0,37	0,03	2,12	100544
2	Рассольник домашний	180	1,82	2,87	11,00	77,11	0,08	11,36	5,40	0,93	77,73	50,00	20,51	0,76	0,06	4,41	110203
3	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		29,29	18,72	82,20	614,39	0,56	52,22	4811,52	4,67	481,17	548,22	71,22	20,12	2,34	23,91	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,24	31,33	228,64	0,05	0,62	32,13	1,55	212,37	180,07	28,26	0,63	0,23	2,00	
Ужин																	
1	Птица, тушеная с сметанном соусе	70	10,92	12,61	2,51	167,23	0,05	2,76	49,98	0,13	55,03	92,12	13,43	0,92	0,09	4,12	120653

2	Свекла тушеная	130	2,29	4,33	12,15	96,68	0,03	13,46	18,20	0,19	93,60	62,69	30,20	1,91	0,06	10,21	130209
3	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,45	18,19	41,29	394,68	0,12	17,47	68,18	1,03	160,21	189,80	49,96	3,60	0,17	14,58	
Ужин2																	
1	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		2,83	1,76	21,18	111,86	0,04	1,68	4,14	0,38	21,85	34,87	7,64	0,39	0,04	2,05	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		72,00	57,95	232,93	1741,29	0,89	253,35	4978,43	8,48	1229,54	1312,78	232,13	26,41	3,21	61,73	
	Итого за 5 дней		72,14	69,82	240,32	1878,20	1,34	128,46	1620,52	9,70	1136,58	1384,64	271,80	19,79	2,00	115,78	
День 11 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшенная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,65	17,33	56,31	427,79	0,20	0,78	57,36	0,91	183,37	250,62	64,52	2,30	0,21	14,26	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из моркови и свежих огурцов	45	0,87	3,36	5,72	56,58	0,04	3,54	0,00	1,50	11,32	29,53	13,27	0,41	0,03	2,05	100307-1
2	Уха ростовская	180	5,00	4,00	10,22	96,92	0,10	11,03	2,25	1,98	93,48	156,31	24,11	0,84	0,07	37,08	110316
3	Голубцы ленивые	160	10,78	13,44	16,07	228,35	0,07	35,31	8,00	2,83	275,29	136,55	35,26	1,97	0,12	7,00	120542
4	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,83	21,67	62,71	525,20	0,28	49,88	10,30	6,89	443,60	403,13	84,77	4,42	0,24	48,12	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,42	31,15	264,17	0,12	1,20	41,52	0,65	229,74	232,80	32,35	1,23	0,39	20,36	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	70	11,17	8,93	8,75	159,99	0,05	0,00	0,00	0,51	10,13	113,66	13,90	1,64	0,08	3,68	120540
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Напиток яблочный	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,67	16,87	49,61	416,95	0,20	11,31	0,00	4,27	45,13	210,14	48,53	3,35	0,17	8,75	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
	Итого:		3,20	3,88	22,97	139,62	0,04	0,22	14,40	0,32	51,88	55,69	8,22	0,31	0,06	3,80	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		63,20	70,47	233,05	1819,23	0,86	68,39	123,59	13,43	972,71	1168,38	250,40	13,90	1,11	96,30	
День 12 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Творог для детского питания	50	10,50	2,00	1,50	66,00	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	21
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103

4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	9
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		32,63	26,09	50,37	566,86	2,32	1,06	56,36	1,85	337,74	505,96	64,98	5,29	0,82	42,12	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	45	0,32	5,43	0,99	54,14	0,01	3,96	0,00	2,42	9,52	16,82	5,57	0,24	0,02	1,19	100507
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	180	3,38	3,63	7,25	75,23	0,04	10,71	14,40	0,17	69,65	37,95	17,18	0,80	0,05	4,32	110109
3	Азу из мяса отварного	60	9,99	9,64	2,63	137,24	0,04	1,54	0,00	1,06	9,34	99,34	13,33	1,46	0,08	3,74	120532
4	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,19	24,76	64,54	561,72	0,28	29,89	32,04	4,49	199,67	312,30	76,94	6,83	0,28	18,60	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		8,33	9,12	38,79	270,60	0,09	1,29	34,50	0,21	271,73	230,90	39,49	0,94	0,33	19,64	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Капуста, тушенная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	180	0,24	0,05	9,38	38,98	0,01	16,20	0,00	0,05	9,40	6,21	3,51	0,10	0,01	0,54	160212
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	6
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,95	20,15	53,53	471,24	0,16	48,45	0,00	4,58	176,65	221,49	51,07	3,58	0,19	27,30	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		2,86	2,24	26,90	139,23	0,05	46,85	5,66	0,64	24,97	38,22	8,46	0,74	0,06	1,61	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		84,47	82,86	255,13	2104,15	2,94	137,54	128,57	12,17	1018,76	1336,87	282,95	17,98	1,73	109,28	
День 13 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,51	17,74	47,49	395,66	0,16	0,55	74,21	1,24	167,90	262,30	49,51	1,52	0,25	6,90	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	45	0,74	4,54	4,33	61,12	0,01	11,55	0,00	2,04	72,68	14,35	7,78	0,27	0,02	1,36	100201
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	170	4,94	3,80	12,74	104,90	0,15	4,59	0,00	1,66	23,61	67,74	24,52	1,24	0,05	2,92	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
5	Рис отварной	110	2,72	3,11	30,06	159,08	0,03	0,00	9,90	0,19	4,49	58,58	19,31	0,40	0,02	0,84	130301
6	Напиток вишневый	180	0,09	0,02	6,54	26,70	0,00	1,62	0,00	0,03	4,16	3,24	2,81	0,07	0,00	0,22	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103

	Итого:		26,22	16,06	81,95	577,24	0,34	18,59	18,16	6,71	454,14	647,92	89,40	3,48	0,17	131,30	
Полдник																	
1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		9,55	7,24	31,33	228,64	0,05	0,62	32,13	1,55	212,37	180,07	28,26	0,63	0,23	2,00	
Ужин																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным	70	8,59	7,89	8,14	137,95	0,04	0,66	30,95	0,25	46,28	86,55	10,48	0,70	0,08	3,58	120619
2	Капуста тушеная	130	2,78	5,36	8,35	92,76	0,06	41,86	0,00	2,52	252,85	55,60	28,57	1,02	0,07	4,86	130201
3	Кисель абрикосовый	180	0,47	0,03	13,67	56,83	0,01	0,36	0,00	0,50	18,03	16,61	9,45	1,01	0,02	0,00	160219
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,04	14,48	50,17	391,14	0,15	42,88	30,95	3,95	326,56	192,36	53,70	3,21	0,18	8,44	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		5,54	5,76	23,41	167,66	0,04	1,08	27,00	0,00	222,80	166,20	26,40	0,46	0,24	16,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		68,25	61,68	244,15	1804,74	0,77	73,71	182,45	13,64	1399,76	1459,84	256,27	11,50	1,08	166,83	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
2	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,33	10,48	49,14	336,19	0,10	0,82	52,46	1,06	268,83	223,75	29,79	0,95	0,21	11,43	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	45	7,27	5,88	0,00	82,00	0,01	0,00	8,55	1,46	64,13	248,00	17,10	0,47	0,06	34,20	100602
2	Суп из овощей на мясном бульоне	180	2,36	5,22	12,02	104,53	0,10	15,97	9,00	1,75	131,55	60,30	23,44	0,82	0,08	4,72	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	15,65	15,07	28,30	311,40	0,22	16,00	14,40	0,48	35,84	217,03	49,62	3,18	0,22	13,36	120534
4	Сок фруктовый в ассортименте ДПП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		29,10	27,17	76,70	667,73	0,39	35,57	31,95	4,39	298,81	604,73	104,96	7,86	0,38	54,28	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,73	5,34	21,19	147,71	0,03	0,46	21,26	0,11	96,29	100,74	20,83	0,30	0,11	7,48	120225
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		8,23	10,14	27,19	232,91	0,08	1,51	51,26	0,11	276,29	243,24	41,83	0,45	0,37	20,98	
Ужин																	
1	Тефтели рубленные из говядины	70	8,75	12,59	6,59	174,70	0,05	2,35	9,14	1,91	28,42	106,01	14,71	1,40	0,08	4,65	120519
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Напиток яблочный	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,25	20,54	47,45	431,66	0,20	13,66	9,14	5,67	63,43	202,48	49,34	3,11	0,17	9,73	
Ужин2																	
1	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203

2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,51	1,98	24,58	126,17	0,04	9,06	5,19	0,37	27,51	38,85	7,81	0,46	0,04	1,92	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		65,82	70,60	235,37	1840,18	0,82	65,62	149,99	12,00	953,87	1329,05	245,74	15,12	1,21	99,33	
День 15 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,51	3,46	15,90	108,76	0,02	0,65	16,20	0,00	130,95	98,28	15,12	0,14	0,14	9,72	160104
3	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	21
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		43,37	25,51	41,82	570,38	0,19	1,42	82,06	1,59	422,42	609,68	63,20	3,89	0,98	36,54	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат Мозаика	45	1,29	3,32	4,57	53,30	0,04	3,16	0,00	1,30	16,63	30,81	11,35	0,42	0,05	2,82	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	180	3,58	2,15	6,00	57,64	0,04	14,07	9,00	0,14	99,15	32,43	14,95	0,52	0,04	2,95	110111
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	60	9,97	9,47	5,12	145,62	0,05	0,11	2,71	0,85	35,18	118,37	13,63	1,46	0,14	6,84	120537
4	Свекла тушеная	120	2,11	3,99	11,21	89,24	0,03	12,42	16,80	0,18	86,40	57,87	27,88	1,76	0,06	9,42	130209
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		20,12	19,81	57,60	489,14	0,22	29,76	28,57	3,04	300,86	320,22	79,94	5,37	0,31	24,03	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	130	4,13	5,07	23,49	156,15	0,05	0,39	19,50	0,21	85,73	88,40	16,99	0,79	0,11	6,14	120247
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		8,33	9,12	38,79	270,60	0,09	1,29	34,50	0,21	271,73	230,90	39,49	0,94	0,33	19,64	
Ужин																	
1	Кнели рыбные отварные	70	9,60	3,69	5,92	95,31	0,06	0,62	16,45	0,59	201,33	281,20	19,17	0,44	0,08	76,31	120406
2	Пюре картофельное	130	2,90	5,47	18,73	135,76	0,13	10,93	19,11	0,16	47,52	85,35	28,24	1,02	0,12	7,97	130101
3	Сок фруктовый в ассортименте ДПП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,61	10,54	62,83	412,60	0,26	15,15	35,56	1,61	270,85	412,75	59,81	4,46	0,23	84,28	
Ужин 2																	
1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		0,19	0,02	27,64	111,51	0,00	1,35	0,00	0,09	11,33	8,24	2,55	0,36	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		89,42	65,40	236,79	1893,44	0,78	228,96	180,70	6,84	1317,19	1615,79	269,99	15,82	1,90	166,49	
	Итого за 5 дней		74,23	70,20	240,90	1892,34	1,23	114,84	153,06	11,62	1132,46	1381,98	261,07	14,86	1,41	127,65	
День 16 (Понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	130	5,06	4,75	24,87	162,43	0,14	0,30	15,21	0,12	69,93	117,83	32,68	0,91	0,08	6,07	120201
2	Чай с лимоном	180	0,03	0,00	7,30	29,37	0,00	1,44	0,00	0,01	4,77	5,98	0,43	0,04	0,00	0,00	160106
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		8,37	14,20	52,25	370,28	0,19	1,74	45,21	0,91	85,31	159,31	38,31	1,45	0,10	6,97	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102

	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с сахаром	45	0,53	3,19	4,17	47,52	0,02	2,05	0,00	1,55	11,10	22,59	15,56	0,29	0,03	2,05	100302
2	Рассольник Ленинградский	180	1,85	2,89	12,43	83,12	0,08	6,68	5,40	0,95	50,91	55,08	19,15	0,71	0,06	3,87	110201
3	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	60	6,40	7,28	7,22	119,97	0,03	0,06	3,33	1,11	18,77	71,00	9,13	0,90	0,06	2,90	120535
4	Изделия макаронные отварные	110	4,06	3,20	25,85	148,41	0,06	0,00	9,90	0,58	9,38	32,91	5,98	0,61	0,02	0,85	130401
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		16,65	17,55	86,06	568,82	0,26	12,39	18,63	4,90	157,45	260,97	64,62	5,89	0,19	11,66	
Полдник																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	130	4,97	5,10	22,68	156,49	0,09	0,39	19,50	0,50	90,93	127,92	24,79	1,23	0,11	6,14	120250
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		10,82	8,85	28,98	238,84	0,09	0,84	49,50	0,50	276,93	265,92	45,79	1,38	0,31	6,14	
Ужин																	
1	Печень тушеная (говяжья)	70	17,80	4,37	0,01	110,56	0,30	32,80	4773,72	0,90	200,19	348,32	17,97	14,92	2,18	13,10	120515
2	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,49	4,65	24,75	162,76	0,19	0,00	11,70	0,39	10,32	129,99	86,65	6,94	0,09	2,55	130309
4	Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,11	0,11	8,04	33,57	0,01	2,70	0,00	0,05	4,48	2,97	2,43	0,61	0,01	0,54	160209
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		26,00	13,70	45,73	410,23	0,52	35,57	4807,92	1,80	337,69	511,98	111,77	22,79	2,30	17,63	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		7,85	7,87	21,75	189,19	0,07	1,13	32,63	0,33	232,53	191,51	29,41	0,47	0,27	17,81	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,59	62,37	242,87	1815,16	1,17	111,67	4953,89	8,63	1123,91	1412,70	302,90	32,29	3,20	62,22	
День 17 (Вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	130	3,55	7,82	17,48	154,44	0,05	0,40	29,45	0,13	84,97	93,10	20,16	0,39	0,10	7,01	120222
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,13	16,68	46,75	397,62	2,28	1,26	93,95	0,62	398,84	377,25	64,76	2,48	0,39	22,31	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из капусты, сладкого перца и растительного масла	45	0,66	3,19	1,80	38,58	0,01	14,81	0,00	1,44	61,78	13,86	6,42	0,25	0,02	1,27	100202-1
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	180	3,38	3,63	7,25	75,23	0,04	10,71	14,40	0,17	69,65	37,95	17,18	0,80	0,05	4,32	110109
3	Бефстроганов из мяса отварного	60	9,84	9,63	2,29	135,18	0,04	0,21	8,98	0,25	50,27	109,73	14,23	1,38	0,10	5,16	120548
4	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	120	2,73	3,51	22,07	130,82	0,16	13,52	10,80	0,17	21,82	79,35	31,17	1,23	0,11	7,09	130105
5	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,79	20,83	64,12	523,15	0,31	39,25	34,24	2,61	267,03	321,63	81,14	4,87	0,29	19,84	
Полдник																	

1	Оладьи	50	3,70	3,49	21,73	133,09	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230117
	Итого:		7,90	7,54	40,33	260,74	0,10	1,07	17,13	1,55	212,37	184,57	29,76	0,63	0,26	15,50	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	70	11,17	8,93	8,75	159,99	0,05	0,00	0,00	0,51	10,13	113,66	13,90	1,64	0,08	3,68	120540
2	Капуста тушеная	130	2,78	5,36	8,35	92,76	0,06	41,86	0,00	2,52	252,85	55,60	28,57	1,02	0,07	4,86	130201
3	Напиток смородина	180	0,11	0,04	7,98	32,75	0,00	10,80	0,00	0,08	4,10	3,56	3,35	0,16	0,00	0,11	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,25	15,53	45,09	389,09	0,15	52,66	0,00	3,78	276,48	206,42	51,02	3,30	0,17	8,65	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		1,22	1,15	23,84	110,60	0,01	0,22	5,40	0,00	51,89	40,35	6,24	0,34	0,05	3,24	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		61,69	62,13	229,92	1725,61	2,88	104,45	150,71	8,75	1222,61	1141,23	241,92	13,82	1,18	71,53	
День 18 (Среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	130	3,98	6,04	16,67	136,95	0,10	0,30	19,21	0,36	71,91	111,60	32,81	0,79	0,09	6,00	120224
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,99	35,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,39	5,19	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		11,90	21,39	45,74	423,07	0,15	0,44	101,21	1,24	285,90	260,30	45,01	1,52	0,17	6,90	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Винегрет	45	0,72	4,58	4,09	60,50	0,03	3,74	0,00	2,04	17,18	21,30	9,33	0,40	0,02	2,15	100501
2	Суп с лапшой	180	1,82	5,72	11,17	103,42	0,03	1,08	2,45	2,64	10,94	24,18	6,39	0,44	0,02	0,79	110320
3	Рагу из мяса птицы	160	13,52	12,44	18,32	239,29	0,15	11,49	33,60	1,66	29,90	145,41	36,22	1,79	0,15	8,03	120609
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	180	0,05	0,02	12,69	51,13	0,00	1,35	0,00	0,09	6,33	5,84	1,35	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		19,03	23,58	64,47	546,21	0,26	17,66	36,05	6,94	119,06	263,54	60,89	3,56	0,21	12,97	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	130	6,96	5,62	25,15	178,97	0,08	0,15	11,52	0,65	49,74	90,30	11,35	1,08	0,13	6,86	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,50	4,80	6,00	85,20	0,05	1,05	30,00	0,00	180,00	142,50	21,00	0,15	0,26	13,50	2301031
	Итого:		11,46	10,42	31,15	264,17	0,12	1,20	41,52	0,65	229,74	232,80	32,35	1,23	0,39	20,36	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
2	Картофель отварной	130	2,76	5,90	22,09	152,51	0,16	13,52	19,50	0,20	23,45	80,14	31,24	1,25	0,11	7,35	130103
3	Напиток фруктовый	180	0,00	0,00	7,19	28,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,22	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	160117
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,27	10,90	57,15	387,77	0,27	14,75	35,78	1,61	220,45	387,51	54,95	2,25	0,18	82,43	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	180	0,41	0,14	13,61	57,31	0,02	46,80	0,04	0,31	10,24	10,51	4,25	0,45	0,03	0,00	160238
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	5
	Итого:		0,55	0,14	28,56	117,69	0,02	46,80	0,04	0,31	15,24	12,91	5,45	0,73	0,03	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

	Итого за день		58,60	66,72	237,37	1784,41	0,84	85,84	214,60	11,16	889,39	1173,05	210,65	11,59	1,01	123,66	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,66	16,85	2,93	226,02	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301
2	Какао на молоке	180	3,30	3,13	11,37	86,88	0,02	0,49	12,15	0,01	102,83	97,29	26,64	0,89	0,11	7,29	160101
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	9
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,03	24,16	42,71	476,44	0,15	0,76	30,01	1,76	231,40	389,89	53,12	4,43	0,69	34,11	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	45	0,65	4,54	2,50	53,40	0,01	9,18	0,00	2,05	57,28	14,57	8,18	0,25	0,02	1,34	100504
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	5,23	4,02	13,49	111,07	0,16	4,86	0,00	1,75	25,00	71,72	25,96	1,31	0,06	3,10	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
5	Рис отварной	110	2,72	3,11	30,06	159,08	0,03	0,00	9,90	0,19	4,49	58,58	19,31	0,40	0,02	0,84	130301
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	0,02	0,00	1
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		30,17	14,43	107,88	682,08	0,40	18,63	18,44	6,22	512,75	739,71	103,60	6,82	0,20	137,42	
Полдник																	
1	Каша рассыпчатая пшениная с фруктами	130	4,86	3,05	35,46	188,77	0,18	2,22	5,87	0,36	25,20	105,42	44,86	1,87	0,03	2,32	120246
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	4,20	4,05	15,30	114,45	0,05	0,90	15,00	0,00	186,00	142,50	22,50	0,15	0,23	13,50	230116
	Итого:		9,06	7,10	50,76	303,22	0,22	3,12	20,87	0,36	211,20	247,92	67,36	2,02	0,26	15,82	
Ужин																	
1	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519
2	Капуста, тушенная с мясом	180	15,16	18,82	5,73	252,89	0,08	24,75	0,00	3,64	152,93	173,70	36,00	2,66	0,15	8,16	120517-1
3	Компот из плодов свежих	180	0,05	0,05	6,63	27,17	0,00	1,26	0,00	0,03	2,18	1,39	1,13	0,29	0,00	0,25	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,65	20,10	33,11	387,89	0,14	29,01	0,00	4,37	171,41	221,29	46,54	3,61	0,18	9,32	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	180	5,40	5,76	8,46	107,28	0,04	1,08	27,00	0,00	217,80	163,80	25,20	0,18	0,23	16,20	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	6
	Итого:		5,42	5,78	25,74	176,63	0,04	1,08	27,00	0,00	218,52	163,98	25,56	0,25	0,23	34,20	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		86,83	72,07	281,20	2120,76	0,98	62,60	96,32	13,11	1353,28	1790,79	338,18	17,73	1,61	230,86	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	130	4,64	6,15	14,54	132,03	0,08	0,56	23,79	0,15	117,76	128,65	41,78	2,40	0,15	9,44	120221
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,41	3,06	17,53	111,30	2,18	0,54	13,50	0,00	127,17	103,36	27,00	1,56	0,12	15,30	160103
3	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	0,00	35,83	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	20
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,22	15,01	43,82	375,21	2,30	1,42	88,29	0,64	431,63	412,81	86,38	4,50	0,44	24,74	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	45	0,56	2,46	3,92	40,09	0,03	11,31	0,00	1,02	13,06	13,35	7,67	0,36	0,02	0,23	100518 100502
2	Щи из капусты свежей с мясом	180	8,95	6,87	5,33	118,94	0,06	12,51	8,00	0,25	91,30	87,18	20,13	1,31	0,09	4,79	110111-1

3	Суфле из печени	60	9,95	4,50	7,16	108,93	0,16	14,96	2162,70	1,35	116,37	187,69	12,50	6,96	1,03	8,25	120538
4	Соус сметанный	30	1,00	3,98	2,94	51,54	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106
5	Пюре картофельное	120	2,68	5,05	17,29	125,31	0,12	10,09	17,64	0,15	43,86	78,79	26,06	0,95	0,11	7,36	130101
6	Компот из плодов сухих	180	0,25	0,05	12,50	51,48	0,02	0,00	0,05	0,05	8,80	13,93	4,54	0,34	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		26,31	23,74	67,33	588,17	0,43	48,94	2210,90	3,45	446,09	461,63	80,61	10,85	1,29	24,07	
Полдник																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	130	4,73	5,17	20,26	146,54	0,05	0,53	21,06	0,33	112,53	98,20	16,05	0,31	0,13	8,19	120205
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	150	5,85	3,75	6,30	82,35	0,00	0,45	30,00	0,00	186,00	138,00	21,00	0,15	0,20	0,00	230102
	Итого:		10,58	8,92	26,56	228,89	0,05	0,98	51,06	0,33	298,53	236,20	37,05	0,46	0,32	8,19	
Ужин																	
1	Котлеты мясные рубленные, запеченные с соусом молочным	70	7,47	8,49	8,42	139,96	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535
2	Рагу из овощей	130	2,25	6,70	14,23	126,19	0,10	10,05	0,00	3,06	23,42	61,49	28,30	0,94	0,08	4,83	130203
3	Кисель из смородины	180	0,10	0,04	11,22	45,58	0,00	9,00	0,00	0,06	8,25	7,82	2,79	0,13	0,00	0,09	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,02	16,42	53,87	415,33	0,19	19,12	3,89	5,10	62,97	185,74	46,94	2,60	0,16	8,30	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	180	1,08	1,15	8,88	50,23	0,01	0,22	5,40	0,00	46,89	37,95	5,04	0,06	0,05	3,24	160108
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		3,82	2,89	23,53	135,39	0,04	0,27	9,54	0,35	64,58	69,58	9,87	0,38	0,08	5,08	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		70,35	67,38	224,90	1787,39	3,04	80,73	2363,68	10,06	1319,81	1376,96	269,86	20,99	2,31	72,37	
	Итого за 5 дней		69,61	66,13	243,25	1846,67	1,78	89,06	1555,84	10,34	1181,80	1367,27	271,33	19,11	1,86	112,13	
	Итого за 20 дней		72,43	67,99	243,67	1876,36	1,42	110,95	1118,59	10,35	1122,09	1372,66	263,70	17,45	1,74	117,45	

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы, **в части организации питания детей в возрасте 3 – 7 лет.**

(Изменение № 1, Вариант 2)

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 3 - 7 лет

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины				Минеральные вещества				B2, мг	I, мкг	№ ТК
		г	г	г	г	ккал	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг			
День 1 (понедельник)																	
1	Каша пшениная молочная с курагой	180	10,25	7,95	54,30	329,73	0,29	0,76	24,30	0,52	138,46	237,93	70,76	2,43	0,16	11,26	120218
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		16,49	14,45	74,29	493,15	0,32	0,90	76,30	0,96	346,92	368,50	80,36	2,90	0,22	11,26	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	65	0,79	4,61	4,22	61,50	0,04	3,06	0,00	2,25	16,50	33,70	23,22	0,43	0,04	3,06	100301
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	200	3,12	4,38	12,43	101,60	0,11	5,20	0,00	1,91	66,52	86,60	23,71	1,08	0,06	3,85	110329-1
3	Котлеты рубленные из мяса (говядина)	70	10,51	10,46	8,75	171,22	0,05	0,00	0,00	1,42	10,48	107,26	13,17	1,55	0,08	3,43	120523
4	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,14	24,25	94,34	688,18	0,33	12,26	11,70	6,98	173,29	347,25	82,77	7,43	0,23	13,34	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Биточки рубленные куриные	80	13,31	12,28	10,75	206,76	0,06	1,03	38,80	1,04	33,85	117,49	14,29	1,10	0,10	4,56	120611
2	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
3	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105
4	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	8,41	34,28	0,01	5,60	0,00	0,03	5,84	3,08	1,68	0,11	0,00	0,00	160213
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		21,39	23,18	70,67	576,90	0,33	23,63	82,30	2,12	233,70	271,89	62,95	3,33	0,29	15,34	
Ужин 2																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,56	0,93	21,48	96,59	0,02	0,02	3,66	0,08	24,34	26,56	7,55	0,46	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		73,52	74,56	314,15	2221,68	1,16	218,28	213,37	12,91	1076,08	1286,01	295,24	15,83	1,17	61,32	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		25,27	26,60	59,20	577,27	0,18	1,01	36,92	2,13	286,64	435,79	47,21	4,12	0,77	39,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Винегрет	65	1,04	6,62	5,91	87,39	0,04	5,41	0,00	2,95	24,82	30,77	13,48	0,58	0,03	3,10	100501
2	Суп-пюре из цветной капусты	190	2,08	2,96	9,66	73,62	0,07	21,23	13,30	0,22	66,97	46,02	16,04	0,79	0,06	2,76	110403
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
5	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		22,85	24,98	76,65	622,79	0,37	91,57	51,14	6,15	194,88	330,87	84,45	4,91	0,32	16,89	
Полдник																	
1	Творог для детского питания	100	21,00	4,00	3,00	132,00	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		28,34	12,49	23,93	321,47	0,15	1,94	95,00	0,52	384,99	414,14	53,18	0,83	0,57	16,76	
Ужин																	
1	Рыба (филе) запеченная	80	15,62	3,83	3,36	110,34	0,09	0,94	9,44	2,33	332,74	485,93	29,18	0,54	0,07	141,67	120408
2	Картофель отварной	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105-1
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,24	9,61	71,15	464,07	0,36	21,85	22,94	3,42	383,41	632,72	81,34	5,36	0,24	150,53	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		6,14	6,40	24,35	179,58	0,04	1,20	30,00	0,00	247,00	184,40	29,20	0,48	0,26	18,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		107,33	80,58	276,28	2259,68	1,13	127,56	236,00	12,62	1504,91	2025,92	337,38	16,29	2,21	241,60	
День 3 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	28,05	202,90	0,06	0,73	29,16	0,45	155,82	135,97	22,22	0,43	0,17	11,34	120205
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,17	19,41	72,56	513,63	2,51	1,33	74,16	0,89	308,02	271,91	56,02	2,70	0,32	29,24	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	65	10,50	8,50	0,00	118,45	0,01	0,00	12,35	2,11	92,63	358,22	24,70	0,68	0,08	49,40	100602
2	Рассольник домашний с мясом	200	9,25	8,73	10,94	159,37	0,10	11,35	14,40	0,29	69,62	107,91	27,19	1,61	0,11	6,78	110207
3	Печень тушеная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
6	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		47,97	34,72	68,57	778,60	0,68	61,55	5534,54	4,35	667,66	1063,50	120,47	21,86	2,87	84,26	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		11,32	10,66	32,02	269,26	0,04	1,07	60,53	0,13	334,31	281,84	49,24	0,53	0,36	8,63	
Ужин																	
1	Шницель рубленый куриный	80	17,93	17,38	6,42	253,83	0,06	1,37	52,21	1,10	32,21	149,49	15,71	1,38	0,16	8,28	120615
2	Овощи запеченные	150	3,49	0,00	30,99	137,90	0,00	0,09	0,00	0,00	7,01	5,66	1,26	0,28	0,00	0,00	130111
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	8,87	36,38	0,00	12,00	0,00	0,08	4,56	3,96	3,72	0,18	0,00	0,12	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		24,73	18,63	66,28	531,71	0,11	13,46	52,21	1,87	53,18	192,71	25,89	2,32	0,18	8,40	
Ужин2																	
1	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	15,19	63,15	0,01	0,40	0,00	0,55	20,03	18,45	10,50	1,12	0,02	0,00	160219
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,94	1,97	28,56	143,74	0,04	0,46	5,19	0,86	39,29	49,48	15,52	1,44	0,06	1,83	

1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		99,53	85,79	277,78	2281,34	3,41	87,88	5726,62	8,30	1418,45	1870,43	276,14	31,04	3,81	134,36	
День 4 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша "Дружба"	180	4,91	10,82	24,20	213,85	0,07	0,55	40,77	0,17	117,65	128,90	27,92	0,53	0,14	9,71	120222
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,68	19,40	50,33	450,67	0,15	1,59	104,27	0,73	400,61	473,80	83,12	2,17	0,54	17,81	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	65	0,46	7,85	1,43	78,20	0,02	5,72	0,00	3,49	13,75	24,30	8,04	0,35	0,02	1,72	100507
2	Суп из овощей на курином бульоне	200	4,00	6,66	9,65	114,56	0,07	14,24	28,00	0,21	135,34	49,31	19,21	0,71	0,07	4,78	110326
3	Птица, тушенная с сметанным соусе	70	10,92	12,61	2,51	167,23	0,05	2,76	49,98	0,13	55,03	92,12	13,43	0,92	0,09	4,12	120653
4	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
5	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		24,50	31,97	77,80	696,96	0,27	24,52	89,68	5,25	324,52	325,02	63,47	4,25	0,22	15,86	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Соус клюквенный	10	0,01	0,00	4,29	17,19	0,00	0,18	0,00	0,01	0,52	0,36	0,18	0,02	0,00	0,00	140208
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,14	11,35	46,25	331,65	0,14	1,58	39,41	2,47	257,75	237,32	36,43	0,86	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,20	10,00	182,84	0,06	0,00	0,00	0,58	11,57	129,90	15,89	1,87	0,10	4,20	120540
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		19,56	19,33	66,62	518,64	0,24	15,60	0,00	4,99	62,00	248,45	61,74	6,23	0,22	9,77	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		1,49	2,15	17,46	95,19	0,01	0,26	9,60	0,02	66,67	53,25	8,11	0,15	0,07	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		75,77	84,50	268,76	2138,62	0,84	48,54	242,96	13,86	1130,55	1353,83	264,88	15,96	1,44	67,43	
День 5 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		13,03	20,06	54,91	452,33	0,20	0,66	81,60	1,38	195,93	305,80	62,13	1,83	0,28	9,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	65	0,81	3,56	5,66	57,91	0,04	16,33	0,00	1,47	18,86	19,28	11,08	0,52	0,03	0,33	100518 100502
2	Суп с клецками	200	4,19	4,83	19,53	138,38	0,08	3,44	12,01	0,48	18,93	60,79	15,81	0,85	0,09	4,70	110332-1
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	180	15,24	7,55	23,14	221,53	0,18	9,02	12,42	3,22	307,00	447,77	46,41	1,26	0,16	113,16	120409
4	Напиток из цитрусовых	200	0,12	0,02	8,68	35,39	0,01	5,48	0,00	0,03	5,54	2,78	1,62	0,08	0,00	0,00	160234
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102

6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		26,20	17,61	93,41	636,93	0,40	34,27	24,43	6,24	459,74	664,21	90,11	4,42	0,31	122,19	
Подзник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Рагу из мяса птицы	220	18,59	17,11	25,18	329,03	0,21	15,80	46,20	2,28	41,12	199,94	49,80	2,46	0,21	11,05	120609
3	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,57	18,52	61,45	502,73	0,29	75,30	46,24	3,51	66,10	253,02	65,72	3,70	0,27	11,65	
Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	8,41	34,28	0,01	5,60	0,00	0,03	5,84	3,08	1,68	0,11	0,00	0,00	160213
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,41	0,89	16,00	73,66	0,01	5,62	3,60	0,05	20,40	14,16	4,19	0,19	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		76,97	69,82	282,62	2066,73	1,10	127,46	205,17	12,33	1023,55	1545,79	304,26	12,17	1,37	167,16	
	Итого за 5 дней		86,62	79,05	283,92	2193,61	1,53	121,94	1324,82	12,00	1230,71	1616,40	295,58	18,26	2,00	134,37	
День 6 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,56	25,56	51,02	528,30	2,55	0,89	33,92	1,79	277,74	424,63	57,81	5,46	0,74	45,61	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102
	Итого:		0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	65	0,79	4,61	4,22	61,50	0,04	3,06	0,00	2,25	16,50	33,70	23,22	0,43	0,04	3,06	100301
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	200	3,98	2,39	6,66	64,05	0,05	15,64	10,00	0,16	110,17	36,03	16,61	0,58	0,05	3,28	110111
3	Азу из мяса отварного	70	11,66	11,25	3,07	160,12	0,05	1,79	0,00	1,23	10,89	115,89	15,55	1,70	0,09	4,36	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,49	4,65	24,75	162,76	0,19	0,00	11,70	0,39	10,32	129,99	86,65	6,94	0,09	2,55	130309
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	60	4,80	1,80	30,00	155,40	0,07	0,00	0,00	1,02	14,10	50,40	7,80	0,72	0,02	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		28,31	24,97	90,79	701,08	0,42	20,48	21,76	5,28	221,76	431,48	159,87	11,37	0,31	15,25	
Подзник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:	330	11,32	10,66	32,02	269,26	0,04	1,07	60,53	0,13	334,31	281,84	49,24	0,53	0,36	8,63	
Ужин																	
1	Печень по-строгановски	80	11,94	8,27	3,34	135,52	0,19	20,36	2875,40	0,69	290,44	227,27	14,33	9,02	1,33	9,85	120536
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	130	2,93	4,48	23,88	147,58	0,18	14,65	0,00	1,86	26,76	86,03	33,98	1,36	0,12	7,33	130106
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	60	4,80	1,80	30,00	155,40	0,07	0,00	0,00	1,02	14,10	50,40	7,80	0,72	0,02	0,00	200102
	Итого:		20,67	14,75	77,42	525,11	0,45	39,01	2875,40	3,77	345,30	377,70	64,11	13,90	1,48	17,17	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
	Итого:		6,02	6,42	26,68	188,55	0,04	1,20	30,00	0,00	242,72	182,18	28,36	0,27	0,26	36,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		90,77	82,55	286,02	2250,10	3,54	122,65	3021,61	11,17	1455,83	1720,83	372,39	31,83	3,18	124,65	
День 7 (вторник)																	

Завтрак 1																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	180	6,88	7,06	31,41	216,68	0,13	0,54	27,00	0,69	125,91	177,12	34,32	1,71	0,16	8,51	120250
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	8,11	32,63	0,00	1,60	0,00	0,01	5,31	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
4	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		17,40	15,81	51,27	417,02	0,18	2,53	104,00	1,24	417,91	418,57	55,90	2,39	0,36	8,51	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
	Итого:		0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из сборных овощей	65	0,90	6,56	3,08	74,91	0,02	11,86	0,00	3,00	68,76	23,38	13,79	0,39	0,03	2,11	100509
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,31	3,80	7,87	102,89	0,06	1,23	16,28	0,73	187,39	273,77	18,51	0,50	0,05	75,09	120403
5	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
6	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		24,69	19,65	88,34	629,00	0,39	20,02	27,98	7,07	356,30	494,16	79,35	4,10	0,18	83,71	
Полдник																	
1	Каша пшенная молочная	150	5,84	5,48	28,69	187,42	0,16	0,34	17,55	0,14	80,69	135,96	37,71	1,05	0,09	7,01	120201
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:		11,06	11,24	35,89	288,94	0,22	1,60	53,55	0,14	296,69	306,96	62,91	1,23	0,40	23,21	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	0,01	0,90	100503
2	Плов мясной	220	23,98	25,79	43,31	501,29	0,13	4,98	30,36	0,87	25,92	295,83	58,78	3,75	0,21	9,92	120550
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		27,48	27,08	71,18	638,35	0,18	7,88	30,36	1,61	44,64	338,17	69,44	4,73	0,23	11,10	
Ужин2																	
1	Напиток абрикосовый	200	0,00	0,00	20,63	82,54	0,00	0,58	0,00	0,19	3,06	4,32	2,16	0,11	0,00	0,00	160233
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,29	0,87	28,22	121,92	0,00	0,60	3,60	0,21	17,62	15,40	4,67	0,20	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		81,32	75,05	284,71	2139,62	1,00	42,63	219,49	10,47	1149,17	1584,25	281,27	14,85	1,21	128,51	
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,46	21,29	55,80	464,64	0,20	0,95	70,10	1,29	224,42	298,13	80,23	2,59	0,27	17,31	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	65	1,07	6,55	6,26	88,29	0,02	16,69	0,00	2,94	104,98	20,73	11,23	0,39	0,03	1,96	100201
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,64	3,03	8,12	66,33	0,04	11,90	6,00	1,03	89,91	42,67	19,27	0,89	0,05	4,58	110101
3	Биточки рубленые куриные	70	11,65	10,74	9,41	180,92	0,05	0,90	33,95	0,91	29,62	102,81	12,50	0,96	0,09	3,99	120611
4	Капуста цветная отварная с маслом	150	4,05	4,19	6,78	81,05	0,16	112,35	13,50	0,37	43,65	82,99	27,37	2,27	0,17	0,41	130208
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		23,92	26,15	78,96	646,85	0,37	145,84	53,45	6,31	341,56	346,80	88,57	8,40	0,37	12,94	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247

2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		9,99	11,61	33,94	280,25	0,13	1,89	58,50	0,25	314,92	278,40	46,60	1,09	0,41	23,29	
Ужин																	
1	Рыба (филе) припущенная	80	15,64	0,59	0,13	68,38	0,09	1,14	9,76	0,88	343,57	498,99	29,59	0,51	0,07	146,45	120405
2	Картофель отварной	150	3,18	6,81	25,49	175,98	0,19	15,60	22,50	0,23	27,06	92,47	36,05	1,44	0,13	8,48	130103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		23,59	12,22	76,50	510,34	0,34	26,74	34,26	2,56	395,00	651,75	77,94	3,00	0,23	155,02	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	0,14	0,00	14,95	60,38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	
	Итого:		1,34	1,28	24,82	116,18	0,01	0,24	6,00	0,00	57,11	44,57	6,80	0,34	0,06	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		71,70	72,85	280,33	2063,77	1,06	180,66	222,31	10,81	1352,01	1635,64	312,14	17,73	1,36	213,15	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	180	6,42	8,51	20,13	182,81	0,11	0,78	32,94	0,20	163,05	178,13	57,84	3,33	0,21	13,08	120221
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		14,34	23,86	50,20	472,92	0,16	0,92	114,94	1,08	377,42	327,40	70,04	4,06	0,29	13,98	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	65	0,62	9,85	2,21	99,99	0,03	13,68	0,00	4,67	8,76	15,47	11,10	0,51	0,02	1,14	100506
2	Суп из овощей на мясном бульоне	200	2,63	5,80	13,36	116,15	0,11	17,74	10,00	1,94	146,17	67,00	26,05	0,92	0,09	5,24	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	17,60	16,95	31,84	350,33	0,25	18,00	16,20	0,54	40,32	244,16	55,82	3,58	0,25	15,03	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	60	4,80	1,80	30,00	155,40	0,07	0,00	0,00	1,02	14,10	50,40	7,80	0,72	0,02	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		28,35	34,86	107,91	858,80	0,51	50,92	26,20	8,63	316,37	483,53	112,26	7,05	0,39	25,41	
Полдник																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		23,73	22,48	10,68	339,91	0,09	0,83	52,92	0,75	349,14	440,59	46,41	3,25	0,83	28,61	
Ужин																	
1	Капуста, тушеная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
2	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	60	4,80	1,80	30,00	155,40	0,07	0,00	0,00	1,02	14,10	50,40	7,80	0,72	0,02	0,00	200102
	Итого:		23,94	24,92	52,03	528,11	0,20	37,75	0,06	5,74	215,00	285,98	62,84	4,61	0,23	10,58	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Ватрушка с повидлом	40	2,46	1,64	22,76	115,71	0,04	0,27	1,20	0,72	16,96	29,83	5,32	0,45	0,03	1,40	190301-1 190217
	Итого:		8,46	8,04	32,16	234,91	0,08	1,47	31,20	0,72	258,96	211,83	33,32	0,65	0,29	19,40	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		100,31	114,66	273,98	2529,15	1,08	101,88	225,32	17,32	1524,89	1777,32	366,88	20,22	2,08	97,97	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	180	5,16	7,39	29,35	204,53	0,04	0,64	29,43	0,16	133,33	139,48	28,85	0,42	0,15	10,35	120225
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104

3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		19,16	16,33	60,51	465,67	0,13	1,86	97,43	0,70	447,53	485,48	71,25	1,21	0,59	21,15	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	65	1,14	4,77	8,70	82,28	0,07	6,34	0,00	2,08	12,40	34,21	14,21	0,53	0,05	3,06	100544
2	Рассольник домашний	200	2,02	3,19	12,22	85,68	0,09	12,62	6,00	1,03	86,36	55,56	22,79	0,85	0,07	4,90	110203
3	Печень тушеная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	Итого:		33,55	23,05	93,80	716,89	0,65	60,55	5503,38	5,71	564,66	626,08	83,03	22,91	2,69	27,84	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
	Итого:	265	11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39	
Ужин																	
1	Птица, тушеная с сметанном соусе	80	12,48	14,41	2,87	191,12	0,05	3,15	57,12	0,15	62,89	105,28	15,35	1,05	0,10	4,71	120653
2	Свекла тушеная	150	2,64	4,99	14,02	111,55	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,37	20,66	44,25	436,46	0,13	20,08	78,12	1,08	182,71	212,76	56,65	4,06	0,19	16,77	
Ужин2																	
1	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		2,84	1,76	21,91	114,83	0,04	1,86	4,14	0,39	22,31	35,23	7,95	0,40	0,04	2,08	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		85,86	73,55	273,83	2100,71	1,11	265,81	5722,49	10,64	1515,04	1631,35	280,48	30,28	3,91	89,23	
	Итого за 5 дней		85,99	83,73	279,77	2216,67	1,56	142,73	1882,24	12,08	1399,39	1669,88	322,63	22,98	2,35	130,70	
День 11 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшениная молочная	180	7,01	6,57	34,43	224,90	0,19	0,41	21,06	0,16	96,83	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		12,36	18,90	57,14	448,12	0,24	0,95	64,56	0,62	216,99	289,95	77,45	2,51	0,25	17,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
	Итого:		0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Салат из моркови и свежих огурцов	65	1,26	4,85	8,26	81,73	0,06	5,12	0,00	2,16	16,36	42,66	19,17	0,60	0,05	2,95	100307-1
2	Уха ростовская	200	5,56	4,45	11,36	107,69	0,11	12,25	2,50	2,21	103,87	173,68	26,79	0,94	0,08	41,20	110316
3	Голубцы ленивые	180	12,13	15,12	18,08	256,89	0,08	39,73	9,00	3,18	309,70	153,62	39,66	2,21	0,14	7,87	120542
4	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		25,07	26,11	87,99	687,24	0,36	57,09	11,56	8,65	549,11	519,04	105,86	5,84	0,29	56,02	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	

Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,20	10,00	182,84	0,06	0,00	0,00	0,58	11,57	129,90	15,89	1,87	0,10	4,20	120540
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,62	19,18	53,78	462,24	0,22	13,00	0,00	4,81	50,42	235,99	55,00	3,76	0,20	10,05	
Ужин 2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Булочка Домашняя	30	2,12	2,73	14,09	89,39	0,03	0,00	9,00	0,32	4,99	17,74	3,18	0,25	0,01	0,56	190113 190217
	Итого:		3,32	4,01	23,96	145,20	0,04	0,24	15,00	0,32	57,09	59,91	8,78	0,31	0,06	4,16	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		73,01	80,75	269,03	2094,88	1,04	77,89	140,42	15,55	1166,00	1401,48	299,19	16,14	1,28	112,76	
День 12 (вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Творог для детского питания	50	10,50	2,00	1,50	66,00	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		34,06	27,56	52,52	594,30	2,57	1,14	58,92	1,89	359,74	534,63	69,31	5,66	0,87	45,61	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
	Итого:		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	65	0,46	7,85	1,43	78,20	0,02	5,72	0,00	3,49	13,75	24,30	8,04	0,35	0,02	1,72	100507
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	8,06	83,58	0,04	11,90	16,00	0,19	77,39	42,17	19,09	0,89	0,05	4,80	110109
3	Азу из мяса отварного	70	11,66	11,25	3,07	160,12	0,05	1,79	0,00	1,23	10,89	115,89	15,55	1,70	0,09	4,36	120532
4	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
5	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		26,06	31,28	90,76	748,86	0,37	36,02	38,05	6,33	280,26	428,45	98,47	8,64	0,35	24,07	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
	Итого:		11,79	10,35	34,66	278,99	0,05	0,99	58,50	0,25	322,12	267,60	44,80	1,09	0,36	7,09	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520
2	Капуста, тушеная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0,27	0,06	10,42	43,31	0,01	18,00	0,00	0,06	10,44	6,90	3,90	0,11	0,01	0,60	160212
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		22,35	24,33	55,84	531,77	0,18	55,75	0,00	5,40	211,68	260,78	59,46	4,18	0,22	29,18	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217
	Итого:		2,91	2,26	28,41	145,59	0,05	52,05	5,67	0,67	26,11	39,39	8,93	0,79	0,06	1,61	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		98,67	96,29	283,19	2394,01	3,26	155,94	161,14	14,94	1207,91	1558,85	322,97	20,96	1,91	107,55	
День 13 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110

4	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			17,28	22,31	56,66	496,58	0,22	0,91	106,60	1,48	277,93	415,80	73,63	2,03	0,41	9,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
Итого:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	65	1,07	6,55	6,26	88,29	0,02	16,69	0,00	2,94	104,98	20,73	11,23	0,39	0,03	1,96	100201
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,67	3,35	2,94	96,55	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96	120408
5	Рис отварной	130	3,22	3,67	35,52	188,00	0,04	0,00	11,70	0,22	5,30	69,23	22,82	0,47	0,02	0,99	130301
6	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	7,27	29,66	0,00	1,80	0,00	0,04	4,62	3,60	3,12	0,08	0,00	0,24	160204
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
Итого:			28,96	19,31	99,77	688,70	0,39	24,44	19,96	8,03	540,49	723,28	104,56	4,45	0,19	134,42	
Полдник																	
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,04	4,86	18,36	137,34	0,05	1,08	18,00	0,00	223,20	171,00	27,00	0,18	0,27	16,20	230116
Итого:			10,95	10,44	56,42	363,48	0,14	1,30	21,41	2,47	265,03	237,80	38,40	0,90	0,33	19,39	
Ужин																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным	80	9,81	9,02	9,31	157,66	0,05	0,76	35,37	0,29	52,89	98,92	11,98	0,80	0,09	4,09	120619
2	Капуста тушеная	150	3,21	6,18	9,64	107,03	0,06	48,30	0,00	2,90	291,75	64,15	32,96	1,18	0,08	5,61	130201
3	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	15,19	63,15	0,01	0,40	0,00	0,55	20,03	18,45	10,50	1,12	0,02	0,00	160219
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			16,74	16,43	54,14	431,43	0,17	49,46	35,37	4,42	374,07	215,12	60,64	3,58	0,20	9,70	
Ужин 2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
Итого:			6,29	7,27	16,99	158,58	0,04	1,22	33,60	0,02	256,56	193,08	30,51	0,28	0,27	18,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			80,63	76,18	293,77	2183,18	0,99	87,33	216,94	16,62	1730,08	1796,08	316,75	13,44	1,43	192,72	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	28,05	202,90	0,06	0,73	29,16	0,45	155,82	135,97	22,22	0,43	0,17	11,34	120205
2	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			15,60	15,54	57,92	433,96	0,12	1,11	87,16	1,23	417,32	319,74	40,02	1,17	0,30	14,94	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
Итого:			0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	65	10,50	8,50	0,00	118,45	0,01	0,00	12,35	2,11	92,63	358,22	24,70	0,68	0,08	49,40	100602
2	Суп из овощей на мясном бульоне	200	2,63	5,80	13,36	116,15	0,11	17,74	10,00	1,94	146,17	67,00	26,05	0,92	0,09	5,24	110305-1
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	180	17,60	16,95	31,84	350,33	0,25	18,00	16,20	0,54	40,32	244,16	55,82	3,58	0,25	15,03	120534
4	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
Итого:			37,57	33,09	101,80	855,24	0,48	39,74	38,55	5,83	402,51	816,98	129,76	9,70	0,46	73,67	
Полдник																	
1	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,30	6,16	24,46	170,44	0,04	0,53	24,53	0,13	111,11	116,24	24,04	0,35	0,13	8,63	120225
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103
Итого:			9,52	11,92	31,66	271,96	0,09	1,79	60,53	0,13	327,11	287,24	49,24	0,53	0,43	24,83	
Ужин																	

1	Тефтели рубленные из говядины	80	10,00	14,39	7,53	199,66	0,05	2,69	10,44	2,19	32,49	121,15	16,81	1,60	0,09	5,32	120519
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160217
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		15,86	23,37	51,32	479,05	0,22	15,68	10,44	6,42	71,33	227,24	55,92	3,49	0,20	11,16	
Ужин2																	
1	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
2	Булочка с изюмом	30	2,41	1,94	13,37	80,59	0,03	0,06	5,19	0,31	19,26	31,03	5,02	0,32	0,04	1,83	190104 190217
	Итого:		2,52	1,98	25,83	131,24	0,04	10,06	5,19	0,38	28,43	39,72	8,12	0,47	0,04	1,93	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		81,46	86,20	278,82	2216,95	0,97	73,39	201,86	14,39	1265,70	1706,90	295,07	17,65	1,46	127,53	
День 15 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	17,66	120,84	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00	
4	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	Итого:		32,17	30,50	52,70	613,97	0,20	1,51	86,92	1,99	445,94	638,99	67,61	4,28	1,04	39,41	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	210105
	Итого:		0,80	0,40	8,10	39,20	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80	0,04	2,00	
Обед																	
1	Салат Мозаика	65	1,87	4,79	6,59	76,99	0,06	4,56	0,01	1,88	24,02	44,51	16,39	0,61	0,07	4,07	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясом с мелкошинкованными овощами	200	3,98	2,39	6,66	64,05	0,05	15,64	10,00	0,16	110,17	36,03	16,61	0,58	0,05	3,28	110111
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	70	11,63	11,05	5,98	169,88	0,05	0,13	3,16	0,99	41,04	138,10	15,90	1,70	0,16	7,98	120537
4	Свекла тушеная	150	2,64	4,99	14,02	111,55	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
	Итого:		26,23	24,93	83,54	663,40	0,30	35,85	34,23	4,34	402,41	440,06	103,99	7,20	0,39	31,11	
Полдник																	
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,77	5,85	27,10	180,17	0,05	0,45	22,50	0,25	98,92	102,00	19,60	0,91	0,12	7,09	120247
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
	Итого:		9,99	11,61	33,94	280,25	0,13	1,89	58,50	0,25	314,92	278,40	46,60	1,09	0,41	23,29	
Ужин																	
1	Кнели рыбные отварные	80	10,98	4,22	6,77	108,92	0,07	0,70	18,80	0,68	230,10	321,37	21,91	0,50	0,09	87,21	120406
2	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
3	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
	Итого:		18,52	11,93	68,58	455,76	0,29	17,32	40,85	1,74	308,32	467,45	67,69	4,96	0,26	96,40	
Ужин 2																	
1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
	Итого:		0,34	0,89	21,69	96,20	0,00	1,52	3,60	0,12	21,59	17,57	4,01	0,17	0,02	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		88,05	80,26	268,56	2148,78	0,93	238,08	224,10	8,74	1533,18	1876,47	314,90	18,49	2,15	192,21	
	Итого за 5 дней		84,36	83,93	278,67	2207,56	1,44	126,53	188,89	14,05	1380,57	1667,96	309,78	17,34	1,65	146,56	
День 16 (Понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшенная молочная	180	7,01	6,57	34,43	224,90	0,19	0,41	21,06	0,16	96,83	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	8,11	32,63	0,00	1,60	0,00	0,01	5,31	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	20	0,16	16,50	0,16	149,78	0,00	0,00	60,00	0,20	2,40	3,80	0,00	0,04	0,02	1,80	140110
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102

Итого:				10,40	24,28	62,70	510,91	0,24	2,01	81,06	1,05	113,94	207,20	50,93	1,82	0,14	10,21	
Завтрак 2																		
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00	210102	
Итого:			0,90	0,20	8,10	37,80	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	0,03	2,00		
Обед																		
1	Салат из моркови с сахаром	65	0,77	4,60	6,03	68,63	0,04	2,96	0,00	2,24	16,03	32,62	22,48	0,42	0,04	2,96	100302	
2	Рассольник Ленинградский	200	2,05	3,21	13,82	92,35	0,09	7,42	6,00	1,05	56,56	61,20	21,27	0,79	0,07	4,30	110201	
3	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	70	7,47	8,49	8,42	139,96	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535	
4	Изделия макаронные отварные	130	4,79	3,78	30,55	175,40	0,07	0,00	11,70	0,69	11,09	38,89	7,07	0,72	0,02	1,00	130401	
5	Сок фруктовый в ассортименте /ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	
Итого:			20,32	21,32	105,42	694,87	0,32	14,45	21,59	6,18	224,27	346,34	82,08	7,26	0,23	15,64		
Полдник																		
1	Каша молочная пшеничная жидкая	150	5,73	5,88	26,17	180,56	0,11	0,45	22,50	0,58	104,92	147,60	28,60	1,42	0,13	7,09	120250	
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102	
Итого:			12,75	10,38	33,73	279,38	0,11	0,99	58,50	0,58	328,12	313,20	53,80	1,60	0,37	7,09		
Ужин																		
1	Печень тушеная (говяжья)	80	20,34	5,00	0,01	126,36	0,34	37,49	5455,68	1,03	228,79	398,08	20,54	17,05	2,49	14,97	120515	
2	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106	
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,49	4,65	24,75	162,76	0,19	0,00	11,70	0,39	10,32	129,99	86,65	6,94	0,09	2,55	130309	
4	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	8,93	37,30	0,01	3,00	0,00	0,06	4,98	3,30	2,70	0,68	0,01	0,60	160209	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	
Итого:			30,48	16,26	57,61	498,73	0,59	40,58	5497,38	2,31	410,82	583,51	117,91	25,26	2,62	20,04		
Ужин 2																		
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	
2	Булочка Городская	30	2,45	2,11	13,29	81,91	0,03	0,05	5,63	0,33	14,73	27,71	4,21	0,29	0,03	1,61	190102 190217	
Итого:			8,45	8,51	22,69	201,11	0,07	1,25	35,63	0,33	256,73	209,71	32,21	0,49	0,29	19,61		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за день			83,31	80,95	290,25	2222,81	1,37	119,28	5694,15	10,65	1367,88	1682,96	349,93	36,74	3,69	74,59		
День 17 (Вторник)																		
Завтрак 1																		
1	Каша "Дружба"	180	4,91	10,82	24,20	213,85	0,07	0,55	40,77	0,17	117,65	128,90	27,92	0,53	0,14	9,71	120222	
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103	
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	
4	Творог для детского питания	100	8,50	4,50	3,50	88,50	0,04	0,50	50,00	0,20	164,00	220,00	23,00	0,40	0,27	0,00		
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	
Итого:			23,44	25,22	57,17	549,47	2,56	1,79	157,77	0,81	627,65	588,54	90,52	3,10	0,60	26,71		
Завтрак 2																		
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110	
Итого:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00		
Обед																		
1	Салат из капусты, сладкого перца и растительного масла	65	0,96	4,61	2,61	55,73	0,02	21,39	0,00	2,08	89,24	20,02	9,27	0,37	0,03	1,83	100202-1	
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	8,06	83,58	0,04	11,90	16,00	0,19	77,39	42,17	19,09	0,89	0,05	4,80	110109	
3	Бефстроганов из мяса отварного	70	11,49	11,23	2,68	157,71	0,04	0,25	10,48	0,29	58,65	128,02	16,60	1,61	0,11	6,02	120548	
4	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	150	3,42	4,39	27,59	163,53	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105	
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
Итого:			24,42	25,74	83,02	661,42	0,39	50,44	40,04	3,70	321,74	388,49	99,17	5,89	0,36	23,51		
Полдник																		
1	Оладьи	80	5,91	5,58	34,76	212,94	0,09	0,14	3,41	2,46	41,23	65,95	11,05	0,66	0,06	3,19	120702	
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210	
3	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	7,20	101,52	0,05	1,26	36,00	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	0,31	16,20	230103	
Итого:			11,13	11,34	45,26	327,66	0,14	1,48	39,41	2,47	257,83	237,80	36,60	0,90	0,37	19,39		
Ужин																		

1	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,20	10,00	182,84	0,06	0,00	0,00	0,58	11,57	129,90	15,89	1,87	0,10	4,20	120540
2	Капуста тушеная	150	3,21	6,18	9,64	107,03	0,06	48,30	0,00	2,90	291,75	64,15	32,96	1,18	0,08	5,61	130201
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	8,87	36,38	0,00	12,00	0,00	0,08	4,56	3,96	3,72	0,18	0,00	0,12	160207
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			19,29	17,63	48,51	429,86	0,17	60,30	0,00	4,25	317,28	231,61	57,77	3,71	0,19	9,93	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
Итого:			1,49	2,15	17,46	95,19	0,01	0,26	9,60	0,02	66,67	53,25	8,11	0,15	0,07	3,60	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			80,17	82,49	261,22	2107,99	3,31	124,26	246,82	11,45	1607,17	1510,69	301,17	15,96	1,61	85,14	
День 18 (Среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	23,09	189,63	0,14	0,41	26,60	0,50	99,56	154,53	45,43	1,10	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			13,42	23,71	53,16	479,74	0,19	0,55	108,60	1,38	313,93	303,80	57,63	1,83	0,20	9,21	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	210104
Итого:			0,40	0,30	10,30	45,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	0,03	1,00	
Обед																	
1	Винегрет	65	1,04	6,62	5,91	87,39	0,04	5,41	0,00	2,95	24,82	30,77	13,48	0,58	0,03	3,10	100501
2	Суп с лапшой	200	2,02	6,35	12,41	114,91	0,04	1,20	2,72	2,93	12,16	26,87	7,10	0,49	0,02	0,88	110320
3	Рагу из мяса птицы	180	15,21	14,00	20,61	269,20	0,17	12,92	37,80	1,86	33,64	163,59	40,75	2,01	0,17	9,04	120609
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	14,10	56,82	0,00	1,50	0,00	0,10	7,03	6,49	1,50	0,08	0,00	0,00	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			22,85	28,41	81,23	671,99	0,32	21,03	40,52	8,70	137,05	311,32	73,03	4,26	0,24	15,02	
Полдник																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	150	8,03	6,48	29,02	206,50	0,09	0,17	13,30	0,75	57,39	104,20	13,10	1,24	0,15	7,92	120213-1
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,22	5,76	6,84	100,08	0,07	1,44	36,00	0,00	216,00	176,40	27,00	0,18	0,29	16,20	230101
Итого:			13,25	12,24	35,86	306,58	0,16	1,61	49,30	0,75	273,39	280,60	40,10	1,42	0,44	24,12	
Ужин																	
1	Тефтели рыбные	80	10,64	4,34	8,99	117,58	0,07	1,40	18,60	0,84	214,16	312,88	21,16	0,57	0,06	85,81	120403
2	Картофель отварной	150	3,18	6,81	25,49	175,98	0,19	15,60	22,50	0,23	27,06	92,47	36,05	1,44	0,13	8,48	130103
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	7,99	31,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	160117
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			17,02	12,35	62,47	429,13	0,30	17,00	41,10	1,75	250,86	438,94	62,40	2,51	0,20	94,29	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	15,12	63,68	0,02	52,00	0,04	0,34	11,38	11,68	4,72	0,50	0,03	0,00	160238
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	10	0,29	0,87	7,59	39,38	0,00	0,02	3,60	0,02	14,56	11,08	2,51	0,08	0,01	0,00	
Итого:			0,74	1,03	22,71	103,06	0,02	52,02	3,64	0,37	25,94	22,76	7,23	0,58	0,04	0,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			67,68	78,04	265,72	2036,00	1,01	97,22	243,16	13,34	1020,17	1373,42	252,39	12,90	1,17	143,63	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет натуральный, запеченный	160	16,71	17,98	3,12	241,09	0,09	0,29	16,92	0,75	125,94	274,99	21,21	3,07	0,59	28,61	120301
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	12,63	96,53	0,02	0,54	13,50	0,01	114,26	108,10	29,60	0,99	0,13	8,10	160101
3	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			25,04	26,24	54,17	552,96	0,18	0,83	32,42	2,14	255,40	434,69	60,01	4,96	0,74	36,71	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103
Итого:			1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	

Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	65	0,94	6,55	3,61	77,13	0,02	13,26	0,00	2,96	82,74	21,05	11,81	0,36	0,03	1,94	100504
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) припущенная	70	13,68	0,52	0,11	59,83	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
5	Рис отварной	130	3,22	3,67	35,52	188,00	0,04	0,00	11,70	0,22	5,30	69,23	22,82	0,47	0,02	0,99	130301
6	Сок фруктовый в ассортименте ДП (см. приложение №2)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	1
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			31,35	17,25	117,23	749,56	0,42	23,38	20,24	7,28	541,81	762,22	112,99	7,35	0,22	138,34	
Полдник																	
1	Каша рассыпчатая пшеница с фруктами	150	5,61	3,52	40,92	217,82	0,20	2,57	6,77	0,41	29,08	121,64	51,76	2,16	0,04	2,68	120246
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	7,02	4,50	7,56	98,82	0,00	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,23	0,00	230102
Итого:			12,63	8,02	48,48	316,64	0,20	3,11	42,77	0,41	252,28	287,24	76,96	2,34	0,27	2,68	
Ужин																	
1	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519
2	Капуста, тушенная с мясом	220	18,53	23,00	7,00	309,08	0,10	30,25	0,00	4,45	186,92	212,30	44,00	3,25	0,19	9,98	120517-1
3	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	7,37	30,19	0,00	1,40	0,00	0,03	2,42	1,54	1,26	0,33	0,00	0,28	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
Итого:			22,03	24,28	35,11	447,11	0,16	34,65	0,00	5,18	205,64	260,04	54,66	4,23	0,22	11,16	
Ужин2																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	119,20	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Кондитерское изделие (см. приложение №5)	18	0,02	0,02	17,28	69,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
Итого:			6,02	6,42	26,68	188,55	0,04	1,20	30,00	0,00	242,72	182,18	28,36	0,27	0,26	36,00	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			98,56	82,71	302,67	2349,32	1,04	73,17	125,43	15,42	1505,84	1954,37	374,98	19,75	1,75	224,88	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	180	6,42	8,51	20,13	182,81	0,11	0,78	32,94	0,20	163,05	178,13	57,84	3,33	0,21	13,08	120221
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	123,66	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Сыр полутвердый	20	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	200,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102
4	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	0,00	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			20,70	20,66	51,35	474,19	2,58	1,77	124,94	0,74	591,05	527,77	108,94	5,70	0,54	30,08	
Завтрак 2																	
1	Фрукты, плоды в ассортименте(см. приложение №1)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	210110
Итого:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	0,02	2,00	
Обед																	
1	Икра из уваренных кабачков	65	0,81	3,56	5,66	57,91	0,04	16,33	0,00	1,47	18,86	19,28	11,08	0,52	0,03	0,33	100518 100502
2	Щи из капусты свежей с мясом	200	9,35	7,11	6,00	125,35	0,06	14,07	9,00	0,26	102,31	90,78	21,79	1,36	0,09	5,12	110111-1
3	Суфле из печени	70	11,61	5,25	8,35	127,09	0,18	17,45	2523,15	1,58	135,77	218,97	14,58	8,12	1,20	9,63	120538
4	Соус сметанный	40	1,34	5,30	3,92	68,73	0,01	0,10	30,00	0,15	157,33	18,54	2,82	0,10	0,03	1,92	140106
5	Пюре картофельное	150	3,35	6,31	21,61	156,64	0,15	12,61	22,05	0,18	54,83	98,48	32,58	1,18	0,14	9,20	130101
6	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	13,89	57,20	0,02	0,00	0,06	0,06	9,78	15,48	5,04	0,38	0,01	0,00	160209-2
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
Итого:			30,96	28,63	85,82	724,84	0,53	60,57	2584,26	4,40	583,58	578,32	100,49	13,14	1,52	30,19	
Полдник																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	150	5,46	5,97	23,37	169,08	0,05	0,61	24,30	0,38	129,85	113,31	18,52	0,36	0,14	9,45	120205
2	Кисломолочный напиток (см.приложение №4)	180	5,04	4,86	18,36	137,34	0,05	1,08	18,00	0,00	223,20	171,00	27,00	0,18	0,27	16,20	230116
Итого:			10,50	10,83	41,73	306,42	0,11	1,69	42,30	0,38	353,05	284,31	45,52	0,54	0,41	25,65	
Ужин																	
1	Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным	80	8,54	9,70	9,63	159,96	0,04	0,08	4,44	1,49	25,02	94,66	12,18	1,20	0,08	3,86	120535
2	Рагу из овощей	150	2,60	7,73	16,42	145,60	0,12	11,60	0,00	3,53	27,03	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	12,46	50,64	0,00	10,00	0,00	0,07	9,17	8,69	3,10	0,15	0,00	0,10	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102

	Итого:		14,44	18,67	58,51	459,81	0,21	21,68	4,44	5,76	70,62	207,90	53,13	2,91	0,18	9,53	
Ужин2																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	9,87	55,81	0,01	0,24	6,00	0,00	52,11	42,17	5,60	0,06	0,05	3,60	160108
2	Булочка Любимая	30	2,74	1,74	14,64	85,17	0,04	0,06	4,14	0,35	17,69	31,63	4,83	0,32	0,04	1,84	190107 190217
	Итого:		3,94	3,02	24,52	140,97	0,05	0,30	10,14	0,35	69,79	73,80	10,43	0,39	0,09	5,44	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		80,95	82,21	271,73	2150,63	3,50	96,00	2766,09	11,84	1684,09	1683,10	327,52	24,87	2,76	102,89	
	Итого за 5 дней		82,13	81,28	278,32	2173,35	2,05	101,99	1815,13	12,54	1437,03	1640,91	321,20	22,04	2,20	126,22	
	Итого за 20 дней		84,78	82,00	280,17	2197,80	1,64	123,30	1302,77	12,67	1361,93	1648,79	312,30	20,16	2,05	134,46	

**Пояснительная записка к примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.
(Изменение №1, Вариант 2).**

Сырье, используемое для приготовления изделий должно быть разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствовать требованиям действующей нормативной документации: сырье должно сопровождаться документацией, удостоверяющей его качество и безопасность, и соответствовать по показателям безопасности нормам Единых санитарно - эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно - эпидемиологическому надзору (контролю) Глава II, Раздел 1), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях". МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения». Сырье животного происхождения должно пройти ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождаться ветеринарными документами, утвержденными Государственной Ветеринарной Службой. Не должно использоваться сырье, содержащее ГМО.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – Под ред. Лапшиной В.Т. М: Хлебпродинформ, 2004 г., Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания I, II часть- Сост. Лапшина В.Т.; Марчук Ф.Л. М: Хлебпродинформ, 1996, 1997 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва Экономика 1983 г. и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях / Под ред. С.В. Маслова, 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П.- М.: ДеЛи плюс, 2013; Сборник рецептур на продукцию на продукцию диетического питания для предприятия общественного питания / Под ред М.П.Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2013.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/ Под. ред. В.Р. Кучмы – М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.; Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений Под общей редакцией проф.А.Я. Перевалова.

Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»,

Методических рекомендаций «Методические рекомендации к организации общественного питания населения», ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению.

Расчет пищевой ценности блюда был рассчитан на основании таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скурихин, В.А. Тутельян., 2008. В примерном меню соблюдены требования настоящих санитарных правил пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится

Основные требования к производственному процессу и хранению

При изготовлении кулинарной продукции для питания детей и подростков первостепенное значение имеет поточность производственных процессов на предприятиях школьного питания.

Процесс приготовления пищи складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной) и тепловой (вторичной) обработки.

При холодной обработке продукты подготавливают для дальнейшей тепловой обработки (мясо, рыба, птица, овощи, фрукты, крупы, бобовые, яйца и др.), либо для употребления в сыром виде (овощи, фрукты).

Для обработки сырых и готовых продуктов должно быть выделено отдельное технологическое оборудование, которое маркируется в соответствии с назначением.

Доски и ножи закрепляют за соответствующими рабочими местами и хранят непосредственно на этих местах или установленными на ребро в специальных кассетах.

Хранение продуктов должно осуществляться с соблюдением сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, установленных изготовителями, и правил товарного соседства. Запрещается совместное хранение сырых и готовых (термообработанных) продуктов, а также полуфабрикатов и готовых продуктов (блюд).

Для хранения овощей должны быть выделены овощные кладовые или овощехранилища. Овощи и фрукты необходимо хранить в сухих, хорошо проветриваемых помещениях в ларях или на стеллажах, отстоящих от пола на 15 см, при температуре, указанной изготовителем.

Следует строго следить за качеством поступающих пищевых продуктов, особенно овощей и фруктов, реализуемых без термической обработки. Завозить плодоовощную продукцию целесообразно небольшими партиями, чтобы избежать порчи при длительном хранении. Для приготовления блюд из сырых овощей и фруктов разрешается использовать только стандартные доброкачественные овощи и фрукты.

Сырье продовольственное (мясо, птица, рыба), а также овощи и фрукты, поступающие в замороженном виде, должны храниться в низкотемпературных холодильниках, в соответствии с указаниями изготовителя, как правило, при температуре не выше -18°C . Не допускается замораживание сырья два и более раз (замораживание после дефростации).

I. Подготовка к использованию сырья продовольственного, продуктов пищевых

Подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем.

Основным требованием при подготовке сырья является недопустимость его соприкосновения с готовой продукцией.

1. Подготовка сырья мясного

При приемке сырья его осматривают, подвергают дополнительной зачистке и влажному туалету.

Замороженное мясо бескостное (говядина, телятина, свинина мясная) в виде блоков, а также субпродукты мясные обработанные (язык, сердце, печень говяжьи), в том числе в блоках, размораживают на воздухе на специальных подносах, лотках или в специальных ваннах, в условиях свободного стока отделяемой при дефростации жидкости, после чего тщательно промывают проточной водой и немедленно начинают его дальнейшую переработку.

Мясо бескостное размороженное зачищают от грубых сухожилий, поверхностных пленок с оставлением межмышечной и соединительной ткани. При необходимости у свинины удаляют излишки шпика. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной не более 8 см, которые направляют на варку для приготовления бульона мясного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления фарша выделяют котлетное мясо (говяжье, свиное).

Субпродукты мясные, обработанные в охлажденном или размороженном состоянии зачищают, повторно промывают и направляют на приготовление горячих вторых блюд.

2. Подготовка птицы

У потрошенных тушек птицы удаляют легкие и почки, проверяют тщательность удаления внутренних органов. После этого тушки птицы (или полуфабрикаты) моют проточной теплой, а затем холодной водой до полного удаления загрязнений и остатков крови.

Тушки птицы направляют на термообработку в целом виде, если масса тушки не более 1,5 кг, или разрезают на две полутушки.

Перед термообработкой тушки птицы формируют.

3. Подготовка рыбы

Размораживание рыбы можно проводить как на воздухе на специальных подносах или лотках, так и погружением тушек рыбы в воду на 2-4 часа при температуре воды 10-12°C (рыба семейства лососевых, осетровых специальной разделки).

Филе рыбное мороженое без костей (с кожей или без нее) промышленного производства размораживают на воздухе при комнатной температуре, промывают в холодной проточной воде и обсушивают при комнатной температуре.

Хранение филе рыбного размороженного и рыбы размороженной не допускается.

4. Подготовка яиц куриных и продуктов яичных

Обработку яиц куриных диетических и столовых (в случае их использования) осуществляют в специально отведенном месте в промаркированных емкостях (ведрах, котлах и др.) в порядке, установленном санитарными правилами.

Обработанные яйца куриные выкладывают на лотки или в другую чистую промаркированную тару.

Заносить или хранить в производственных помещениях необработанные яйца куриные категорически запрещается.

Замороженный меланж, упакованный в банки или полиэтиленовые пакеты, предварительно размораживают: банки погружают в ванну с водой, температура которой должна быть не более 40°C; полиэтиленовые пакеты с меланжем укладывают в емкости и выдерживают при комнатной температуре до полного размягчения.

При использовании продуктов яичных жидких пастеризованных, расфасованных в ПЭТ, не допускается контакт горловины тары с емкостями, используемыми для приготовления блюд. После вскрытия упаковки остатки продукта допускается хранить при закрытой крышке при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$ не более 5 суток. При этом общий срок хранения продукта до вскрытия и после вскрытия упаковки не должен превышать общий срок хранения продукта, исчисляемый с даты изготовления.

5. Подготовка овощей, фруктов

Подготовку овощей проводят в соответствии с технологическими инструкциями, утвержденными в установленном порядке.

Сырье овощное должно быть нормальной технической зрелости, свежее, не пораженное сельскохозяйственными и амбарными вредителями, грибковыми заболеваниями и другими видами порчи.

Овощи промывают и очищают (при необходимости) в цехе первичной обработки овощей («коренном»), затем проводят повторную обработку в цехе вторичной обработки овощей («овощном»), после чего их хранят на лотках или в другой посуде со специальной маркировкой.

Холодная обработка овощей, идущих на приготовление сырых салатов, требует особой тщательности, так как испорченные и плохо промытые овощи могут стать причиной кишечных инфекций и глистных инвазий.

Овощи и зелень после предварительной промывки тщательно перебирают, очищают и повторно промывают проточной водой. Необходимо производить тщательную зачистку порченных и гниющих участков моркови, лука, свеклы, редьки, картофеля и других овощей, обязательно удалить 3-4 листа капусты белокочанной или краснокочанной, повторно промыть овощи в проточной питьевой воде (небольшими партиями, пользуясь дуршлагами, сетками, грохотами).

Непосредственно перед приготовлением блюд из сырых овощей (салатов, винегретов и др.) должна проводиться особо тщательная промывка подготовленных овощей в проточной питьевой воде (в «холодном» цехе).

Категорически запрещается хранение в воде очищенных овощей и зелени, предназначенных для употребления в пищу в сыром виде, без проведения термической обработки.

Фрукты, в том числе цитрусовые и бананы, дважды промывают – первоначально в производственной ванне (в «овощном» цехе), затем проточной питьевой водой (непосредственно перед употреблением, в «холодном» цехе).

Ягоды укладывают в дуршлаг и промывают сначала теплой, затем холодной проточной водой.

Сухофрукты тщательно перебирают, затем промывают теплой проточной водой.

При поступлении плодоовощной продукции низкого качества использование ее без предварительной термической обработки категорически запрещено.

Овощи и фрукты, быстрозамороженные должны храниться в холодильнике при температуре, указанной изготовителем (обычно от минус 10 до минус 18 $^{\circ}\text{C}$). Их направляют на переработку без предварительного размораживания.

6. Подготовка круп, бобовых, муки пшеничной, сахара-песка и др.

Крупы рисовую, овсяную, пшено, перловую, гречневую и др. тщательно перебирают и промывают.

Крупу манную, а также измельченные крупы просеивают.

Хлопья овсяные перебирают.

Изделия макаронные перебирают. Макароны при необходимости разламывают.

Горох, фасоль и другие бобовые перебирают, промывают холодной водой, затем замачивают в воде при соотношении гороха (фасоли) и воды 1:2.

Муку пшеничную, сахар-песок, соль или соль поваренную йодированную и др. перед употреблением просеивают через сито с магнитоулавливателем (или без него).

Требования к качеству кулинарной продукции

Качество кулинарной продукции, ее безопасность контролируют по органолептическим, физико-химическим и микробиологическим показателям.

Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий – по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции; блюд – по внешнему виду, цвету и запаху.

По органолептическим показателям кулинарная продукция, предназначенная для питания детей и подростков школьного возраста, должна соответствовать требованиям, приведенным в таблице 1.

Таблица 1

Органолептические показатели кулинарной продукции

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Бутерброды открытые	Бутерброды открытые представляют собой ломтик хлеба толщиной 1,0-1,5 см, смазанный маслом сливочным (или без него), на который уложены сыр или мясные гастрономические продукты, или рыба, нарезанные тонкими ломтиками, или ломтики хлеба равномерно смазаны джемом, вареньем, паштетом и др. Бутерброды имеют свежий вид, не заветренные, не имеют посторонних привкуса и запаха.
Холодные блюда (салаты, винегреты)	Холодные блюда (салаты, винегреты) представляют собой массу, состоящую из овощей свежих или отварных, фруктов, мяса, рыбы, морепродуктов и др., которые нарезаны соломкой или ломтиками, или дольками, или другой формы, заправлены соусом или маслом растительным и др. Компоненты блюда не деформированы, имеют свойственные определенному виду продуктов цвет и запах. Блюдо не заветренное, не имеет посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.)	Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, запах и цвет. Форма нарезки овощей соответствует требованиям, приведенным в технологических картах на каждое первое блюдо. Овощи могут быть шинкованными, нарезанными соломкой, кубиками, дольками, шашками и другой формы. Зерна круп набухшие, непереваренные, сохранившие форму, хорошо отделяемые друг от друга. Консистенция корнеплодов плотная, но не жесткая, свойственная вареным овощам. Капуста, фасоль, горох должны быть мягкими, но не разваренными. Изделия макаронные должны иметь свойственную им форму, не должны быть разваренными, слипшимися. Подаваемые к супам гарниры должны иметь свойственные им внешний вид, вкус, запах (мясо отварное, фрикадельки, кнели, крокеты, мясо птицы отварное, рыба отварная и др.). Супы заправочные должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Первые блюда (супы молочные)	Первые блюда (супы молочные), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, внешний вид. Супы, приготовленные на молоке, могут содержать изделия макаронные, крупы, овощи. Изделия макаронные, крупы должны иметь свойственную им форму, легко отделяться друг от друга. Зерна круп набухшие, непереваренные, не слипшиеся. Овощи нарезаны кубиками, соломкой, дольками, шинкованные или другой формы. Изделия макаронные не слипшиеся, непереваренные. Супы должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы-пюре)	Первые блюда (супы-пюре) имеют пюреобразную консистенцию средней густоты, состоят из протертых овощей, круп, бобовых, из мяса, птицы и др. Супы-пюре могут быть приготовлены как на бульоне, воде, отваре овощном, так и на молоке. Супы-пюре, сваренные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, не должны иметь посторонних привкуса и запаха. Могут отпускатся с гарнирами или без них.
Первые блюда (супы прозрачные)	Первые блюда (супы прозрачные) состоят из прозрачных бульонов (из мяса, кур, индеек и др.). К бульонам отдельно подают гарниры: овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, круп, а также гренки, сухарики, пирожки и др. Некоторые виды гарниров (гренки, фрикадельки, кнели, крокеты и др.) отпускают вместе с бульоном. Супы прозрачные и гарниры к ним не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы сладкие)	Первые блюда (супы сладкие) представляют собой отвар фруктовый, в котором находятся фрукты, ягоды (свежие или сушеные) вареные в целом виде или нарезанные кусочками, дольками. Супы сладкие имеют жидкую желеобразную консистенцию, не имеют посторонних привкуса и запаха. К супам сладким подают отдельно гарниры: крупу рисовую отварную, изделия макаронные отварные, хлопья пшеничные или кукурузные, клецки, вареники, пудинг рисовый или манный и др.
Вторые блюда (горячие) из мяса субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы	Вторые блюда (горячие) могут быть представлены блюдами из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы, которые могут быть отварными, запеченными, тушеными и др. Вторые блюда могут быть приготовлены из порционных (крупных), а также мелких кусочков мяса, рыбы, птицы, из фарша (формованные рубленые изделия, запеканки, пудинги, суфле и др.). Блюда вторые могут быть приготовлены с овощами, в том числе овощи, фаршированные мясом и рисом, с изделиями макаронными отварными (макаронник), с крупами отварными. Изделия, формованные из мяса, птицы, рыбы, могут быть панированными или без панировки. Вторые блюда из мяса, птицы, рыбы могут быть с соусом или без него.
	Горячие вторые блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, цвет, запах, консистенцию, внешний вид; кусковые и формованные изделия должны быть недеформированными.

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
	Готовые вторые блюда из мяса, птицы, рыбы не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Вторые горячие блюда (гарниры) из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др.	Вторые горячие блюда (гарниры) могут быть представлены блюдами из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др., которые могут быть отварными, припущенными, тушеными, запеченными, с соусом или без него. Вторые блюда (гарниры), приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, цвет, запах, консистенцию, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда	Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, цвет, запах, вкус и консистенцию. Компоты состоят из жидкости (сиропа) и отварных фруктов, ягод и др., которые имеют свойственные для данных плодов или ягод цвет, вкус и запах в отварном виде. Сиропы – в меру сладкие, с приятным запахом и вкусом, с различными цветовыми оттенками. Кисели имеют жидкую или густую желеобразную консистенцию, приготовлены, могут быть из фруктов, ягод или молока. Желе имеют прочную желеобразную консистенцию. Готовые третьи блюда и другие сладкие блюда не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Мучные блюда (блины, вареники, оладьи, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные	Мучные блюда (блины, вареники, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные, приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам и мучным изделиям внешний вид, цвет, запах, вкус, консистенцию. Готовые мучные блюда должны быть недеформированными, не пригоревшими. Начинка в пирожках, блинчиках и др. не должна выступать. Изделия из дрожжевого теста при слабом надавливании на них должны легко восстанавливать первоначальную форму, не должны быть черствыми, заветренными. Мучные блюда и булочные изделия не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания	Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания, должны соответствовать требованиям технических условий на них. В случае наличия индивидуальной упаковки – она не должна иметь повреждений, загрязнений и др. Готовые изделия промышленного производства не должны иметь посторонних привкуса и запаха, иметь признаки несвежести и другие, несвойственные им, органолептические показатели.

Приложения к примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

Приложение №1

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Яблоко*			x				x						x				x			x
Груша*				x				x			x			x				x		
Апельсин*		x				x										x				
Банан*					x				x			x							x	
Киви*	x									x					x					

*Возможна замена на фрукт в ассортименте или сок фруктовый (овощной) в ассортименте.

Приложение №2

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Сок яблочный*				x				x						x						
Сок яблочно-абрикосовый*	x															x				
Сок мультифрукт*		x										x								
Сок яблочно-виноградный*						x				x					x				x	

*Возможна замена на сок фруктовый (овощной) в ассортименте или фрукт в ассортименте.

Приложение №3

Вода питьевая детская бутилированная. Потребность в питьевой воде, превышающая объемы бутилированной, обеспечивается кипяченой водой, при условии её хранения не более 3 часов.

Приложение №4

Распределение кисломолочных напитков по дням цикличного меню

Распределение кисломолочных напитков по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 1,5-3 года

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Йогурт питьевой ягодный*	х					х											х			
Кефир*		х			х			х			х			х				х		
Йогурт питьевой фруктовый*			х						х			х			х				х	
Ряженка*				х			х			х			х			х				х

*Возможна замена на молоко ультрапастеризованное.

Распределение кисломолочных напитков по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 3-7 лет

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Кефир*	х			х			х			х				х			х			
Ацидофилин*		х			х			х			х				х			х		
Ряженка*			х			х			х			х				х			х	
Йогурт питьевой фруктовый*													х							х

*Возможна замена на молоко ультрапастеризованное

Приложение №5

Распределение кондитерского изделия по дням цикличного меню

Распределение кондитерского изделия по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 1,5-3 года

Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Зефир*	20	х	х	х	х	х		х	х					х		х		х	х		
Печенье*	20		х				х		х				х							х	
Мармелад*	18						х						х							х	

*Возможна замена на кондитерское изделие или выпечку в ассортименте.

Распределение кондитерского изделия по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях для детей 3-7 лет

Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Зефир*	20		x	x					x												
Печенье*	20		x				x		x				x			x				x	
Мармелад*	18						x						x							x	
Ирис *	10	x			x	x		x						x		x		x	x		

*Возможна замена на кондитерское изделие или выпечку в ассортименте.

Приложение №6

Варианты замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи (6-ти разовое питание)	Заменяемое блюдо	Варианты замены
		Наименование	Наименование
2	Обед	Суп-пюре из цветной капусты	Суп из овощей на курином бульоне
2	Ужин	Рыба (филе) запеченная	Тефтели рыбные
2	Ужин	Картофель отварной	Рис отварной
3	Ужин	Овощи запеченные	Рагу из овощей
5	Обед	Суп с клецками	Борщ с капустой и картофелем
5	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной
7	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
7	Обед	Тефтели рыбные	Рыба (филе) запеченная
7	Ужин	Плов мясной	Голубцы ленивые
8	Обед	Капуста цветная отварная с маслом	Рагу из овощей
8	Ужин	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные
9	Обед	Запеканка картофельная с мясом отварным	Котлеты рубленые из мяса (говядина) Пюре картофельное
9	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Капуста тушеная
10	Ужин	Птица, тушенная с сметанным соусе	Гуляш из мяса птицы
10	Ужин	Свекла тушенная	Рагу из овощей

11	Обед	Голубцы ленивые	Котлеты рубленные из мяса (говядина) Рис отварной
12	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Плов мясной
13	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
13	Обед	Рыба (филе) запеченная	Котлеты рубленные из фарша рыбного
13	Ужин	Капуста тушенная	Картофель отварной
14	Обед	Суп из овощей на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
14	Обед	Запеканка картофельная с мясом отварным	Котлеты рубленные из мяса (говядина) Пюре картофельное
15	Обед	Свекла тушенная	Рагу из овощей
15	Ужин	Кнели рыбные отварные собственного производства Пюре картофельное	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
18	Ужин	Тефтели рыбные Картофель отварной	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
19	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
19	Обед	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленные из фарша рыбного
19	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Капуста тушенная

Примечание: По желанию родителей в полдник может выдаваться “Чай с сахаром”

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат
1	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из овощей с кукурузой
6	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат овощной с фасолью
7	Обед	Салат из сборных овощей	Салат «Мозаика»
8	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из овощей с кукурузой
11	Обед	Салат из моркови и свежих огурцов	Салат из отварной моркови и сыром
13	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат картофельный с растительным маслом
16	Обед	Салат из моркови с сахаром	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата
17	Обед	Салат из капусты, сладкого перца и растительного масла	Салат картофельный с растительным маслом
19	Обед	Салат витаминный с растительным маслом	Салат «Мозаика»

Технологические карты

К примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. (Изменение №1, Вариант 2).

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Суп из овощей на курином бульоне

Номер рецептуры: № 110326

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	15,0	15,0	1,5	1,50
или Капуста белокочанная свежая	18,75	15,0	1,875	1,50
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	20,0	20,0	2,00	2,00
или Картофель свежий продовольственный	28,57	20,0	2,857	2,00
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4,0	4,0	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5,0	4,0	0,5	0,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,0	4,0	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,76	4,0	0,476	0,4
Сметана	5	5	0,5	0,5
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	75	75	7,5	7,5
Соль	0,35	0,35	0,035	0,035
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,00
Жиры (г):	3,33
Углеводы (г):	4,82
Энергетическая ценность (ккал):	57,28

Ca (мг):	67,67
Mg (мг):	9,61
Fe (мг):	0,36
C (мг):	7,12
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон разводят водой до требуемого объема.

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут.

Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 5-10 минут. Подготовленную капусту шинкуют. Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. В кипящий бульон и/или воду 90-110°С закладывают нашинкованную капусту, подготовленный картофель, и после закипания варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль. Готовый суп заправляют прокипячённой сметаной и вновь доводят до кипения.

Температура подачи:

не ниже +75°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп из овощей на мясном бульоне

Номер рецептуры: № 110305

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	15	15	1,5	1,5
или Капуста белокочанная свежая	18,75	15	1,875	1,5
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	30	30	3	3
или Картофель свежий продовольственный	42,86	30	4,286	3
Горошек зеленый б/з	3	3	0,3	0,3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,76	4	0,476	0,4
Сметана	5	5	0,5	0,5
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Бульон или вода	75	75	7,5	7,5
Соль	0,24	0,24	0,024	0,024
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,31
Жиры (г):	2,90
Углеводы (г):	6,68
Энергетическая ценность (ккал):	58,07

Ca (мг):	73,08
Mg (мг):	13,02
Fe (мг):	0,46
C (мг):	8,87
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Бульон разводят водой до требуемого объема.

Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла растительного в течение 5-10 минут. Подготовленную капусту шинкуют. Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. В кипящий бульон 90-110°С закладывают нашинкованную капусту, подготовленный картофель, варят 10-15 минут, добавляют зеленый горошек и после закипания варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль. Готовый суп заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже +75°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Суп картофельный с бобовыми
(горох)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Номер рецептуры: № 110327-2

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	21	21	2,1	2,1
или Картофель свежий продовольственный	30	21	3	2,1
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Лук свежий продовольственный	4,76	4	0,476	0,4
Горох колотый	7,09	7	0,709	0,7
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Бульон или вода	70	70	7	7
Соль	0,1	0,1	0,01	0,01
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,91
Жиры (г):	2,23
Углеводы (г):	7,49
Энергетическая ценность (ккал):	61,71

Ca (мг):	13,89
Mg (мг):	14,42
Fe (мг):	0,73
C (мг):	2,7
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют в соответствии с технологическим процессом.

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. Подготовленный картофель нарезают кубиками, очищенные морковь, лук – мелкими кубиками. Бульон разводят водой до требуемого объема. Измельченную морковь припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла растительного в течение 10-15 минут.

Горох перебирают, моют, кладут в холодную воду для набухания, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Подготовленный горох закладывают в бульон, доводят до кипения 90-110°C, добавляют картофель, припущенные лук, морковь, соль и варят до готовности.

Температура подачи:

не ниже +75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов после приготовления.

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120532

Наименование кулинарного изделия (блюда): Азу из мяса отварного

Номер рецептуры: № 120532

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная или	82,23	81	8,22	8,10
Говядина крупный кусок замороженная	90	81	9,00	8,10
Масса говядины отварной:		50		5,00
Масло растительное	3	3	0,30	0,30
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10	1,00	1,00
или Лук репчатый свежий	11,9	10	1,19	1,00
Мука пшеничная	4	4	0,40	0,40
Томатная паста	2,8	2,8	0,28	0,28
Огурцы консервированные (без учета заливки)	5	5	0,50	0,50
Бульон мясной (или вода)	40	40	4,00	4,00
Масса соуса:		50		5,00
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Чеснок	0,67	0,5	0,07	0,05
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	16,65	Ca (мг):	15,56
Жиры (г):	16,07	Mg (мг):	22,22
Углеводы (г):	4,38	Fe (мг):	2,43
Энергетическая ценность (ккал):	228,74	C (мг):	2,56
		B1 (мг):	0,07
		B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. Подготовленную говядину нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Отварное мясо охлаждают, нарезают брусочками (по 10-15 г). Лук репчатый очищенный шинкуют и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла растительного. Огурцы соленые нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды. Из муки пшеничной просеянной, подсушенной и охлажденной, томат-пасты, припущенных огурцов соленых, лука припущенного и бульона (или воды) готовят соус. Отварное нарезанное мясо укладывают в посуду, соль (1/2 часть от рецептурной нормы), заливают приготовленным соусом и тушат при слабом кипении в закрытой посуде в течение 20-25 мин. За 5-10 минут до готовности добавляют мелко нарезанный чеснок. Отпускают азу вместе с соусом, в котором оно тушилось.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**210102**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Апельсин**

Номер рецептуры: № 210102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Апельсины свежие	142,86	100	14,286	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,90	Ca (мг):	34
Жиры (г):	0,20	Mg (мг):	13,00
Углеводы (г):	8,10	Fe (мг):	0,3
Энергетическая ценность (ккал):	37,80	C (мг):	60,00
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Апельсины перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Разрезание плодов допускается только непосредственно перед подачей. При подаче не очищать.

Температура подачи: 20±5° С.**Срок реализации:** не более 30 минут (если фрукты нарезаны)**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**230101**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Ацидофилин**

Номер рецептуры: № 230101

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ацидофилин	107,5	100	10,75	10
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдача ацидофилина емкостью 0,2 л в упаковке

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,90	Ca (мг):	120
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	15,00
Углеводы (г):	3,80	Fe (мг):	0,1
Энергетическая ценность (ккал):	55,60	C (мг):	0,8
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,16

Технология приготовления:

Ёмкости с ацидофилином протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам. Ацидофилин поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 1-го часа с момента вскрытия упаковки.**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**210103**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Банан**

Номер рецептуры: № 210103

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Бананы свежие	142,86	100	14,286	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,50	Ca (мг):	8
Жиры (г):	0,50	Mg (мг):	42,00
Углеводы (г):	21,00	Fe (мг):	0,6
Энергетическая ценность (ккал):	94,50	C (мг):	10,00
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Бананы перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Разрезание плодов допускается только непосредственно перед подачей. При подаче не очищать.

Температура подачи: 20±5° С.**Срок реализации:** не более 30 минут (если фрукты нарезаны)**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120548

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Бефстроганов из мяса отварного**

Номер рецептуры: № 120548

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	82,23	81	8,223	8,1
или Говядина крупный кусок замороженная	90	81	9	8,1
Вода (для варки бульона)	250	250	25	25
Масса говядины отварной:		50		5
Морковь очищенная	3,8	3,8	0,38	0,38
или Морковь столовая свежая	4,75	3,8	0,475	0,38
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Молоко	23,07	23,07	2,307	2,307
Мука пшеничная	3,07	3,07	0,307	0,307
Сметана 15%	6,92	6,92	0,692	0,692
Бульон мясной (или вода)	30	30	3	3
Масло сливочное	1,53	1,53	0,153	0,153
Масса соуса:		50		5
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	16,41	Ca (мг):	83,79
Жиры (г):	16,04	Mg (мг):	23,72
Углеводы (г):	3,82	Fe (мг):	2,3
Энергетическая ценность (ккал):	225,30	C (мг):	0,36
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,16

Технология приготовления:

Морковь сортируют, моют, очищают. Очищенную морковь промывают под проточной водой не менее 5 минут. Подготовленную говядину промывают, нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110 °С, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Отварное мясо охлаждают и нарезают брусочками. Из бульона (или воды), молока, просеянной, подсушенной, охлажденной муки и сметаны готовят соус. Подготовленное мясо выкладывают в гостроемкость, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), очищенную вареную протертую морковь, масло сливочное и соус, перемешивают и тушат при слабом кипении в течение 20-25 мин при температуре 100-120 °С

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**120611**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Биточки рубленные куриные**

Номер рецептуры: № 120611

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные	65,65	65,00	6,57	6,50
или П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	69,89	65,00	6,99	6,50
Хлеб из муки пшеничной	25,00	25,00	2,50	2,50
Молоко	20,00	20,00	2,00	2,00
Соль	0,50	0,50	0,05	0,05
Масло растительное	2,00	2,00	0,20	0,20
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	16,64
Жиры (г):	15,35
Углеводы (г):	13,44
Энергетическая ценность (ккал):	258,45

Ca (мг):	42,32
Mg (мг):	17,86
Fe (мг):	1,37
C (мг):	1,29
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Подготовленную мякоть птицы без кожи нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в молоке хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на биточки, выкладывают на противень, смазанный маслом растительным, запекают в жарочном шкафу с добавлением воды или в пароконвектомате при температуре 250-280 °С в течение 20-25 мин.

Отпускают биточки из мяса птицы с гарниром.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Номер рецептуры: № 110109

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	16,0	16,0	1,6	1,6
или Свекла столовая свежая	21,33	16,0	2,1	1,6
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	8,0	8,0	0,8	0,8
или Капуста белокочанная свежая	10,0	8,0	1,0	0,8
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	8,0	8,0	0,8	0,8
или Картофель свежий продовольственный	11,43	8,0	1,1	0,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4,0	4,0	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5,0	4,0	0,5	0,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,0	4,0	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,76	4,0	0,5	0,4
Томатная паста	1,2	1,2	0,1	0,1
Масло сливочное	2,0	2,0	0,2	0,2
Бульон или вода	80,0	80,0	8,0	8,0
Соль	0,2	0,2	0,0	0,0
Сметана 15%	2,0	2,0	0,2	0,2
Кислота лимонная	0,01	0,01	0,001	0,001
Выход:		100		10,0

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,88	Са (мг):	38,7
Жиры (г):	2,02	Mg (мг):	9,54
Углеводы (г):	4,03	Fe (мг):	0,45
Энергетическая ценность (ккал):	41,79	C (мг):	5,95
		B1 (мг):	0,02
		B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют. Свеклу нарезают соломкой и тушат в закрытой посуде с добавлением томат-пасты, масла сливочного (2/3 от рецептурной нормы), лимонной кислоты и небольшого количества воды(или бульона). Подготовленный картофель нарезают брусочками. Нашинкованные морковь и лук репчатый припускают в масле сливочном (1/3 от рецептурной нормы) с добавлением воды(или бульона) в течение 10 -15 минут. В кипящий бульон 90-110°С закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль. Готовый борщ заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже +75°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

110101

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Борщ с капустой и картофелем**

Номер рецептуры: № 110101

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	16	16	1,6	1,6
или Свекла столовая свежая	21,33	16	2,133	1,6
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
или Капуста белокочанная свежая	10	8	1	0,8
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
или Картофель свежий продовольственный	11,4	8	1,14	0,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,76	4	0,476	0,4
Томатная паста	1,2	1,2	0,12	0,12
Масло растительное	1	1	0,1	0,1
Вода	80	80	8	8
Соль	0,2	0,2	0,02	0,02
Сметана 15%	3	3	0,3	0,3
Кислота лимонная	0,01	0,01	0,001	0,001
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,82
Жиры (г):	1,52
Углеводы (г):	4,06
Энергетическая ценность (ккал):	33,17

Ca (мг):	44,96
Mg (мг):	9,63
Fe (мг):	0,44
C (мг):	5,95
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Остальные очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют. Свеклу нарезают соломкой и тушат в закрытой посуде с добавлением томат-пасты, масла растительного (2/3 от рецептурной нормы), лимонной кислоты и небольшого количества бульона и/или воды. Подготовленный картофель нарезают брусочками. Нашинкованные морковь и лук репчатый припускают в масле растительном (1/3 от рецептурной нормы) с добавлением воды в течение 10 -15 минут.

В кипящий бульон и/или воду 90-110°С закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности.

За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль.

Готовый борщ заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже +75°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**190102**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Булочка "Городская"

Номер рецептуры: № 190102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	57,2	57,2	5,72	5,72
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Молоко	25	25	2,5	2,5
Яйцо*	7	7	0,7	0,7
Дрожжи сухие или	0,5	0,5	0,05	0,05
Дрожжи прессованные	2	2	0,2	0,2
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Ванилин	0,03	0,03	0,003	0,003
Яйцо*	2	2	0,2	0,2
Масса полуфабриката:		105	0	10,5
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,17
Жиры (г):	7,02
Углеводы (г):	44,30
Энергетическая ценность (ккал):	273,05

Ca (мг):	49,11
Mg (мг):	14,04
Fe (мг):	0,98
C (мг):	0,15
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопарным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещение с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную.

Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 35-45 мин. Поверхность изделий смазывают яйцом, делают крестообразный надрез, посыпают сахаром-песком и выпекают в течение 10-15 минут при температуре 200-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи:

не ниже 20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**190113**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Булочка Домашняя**

Номер рецептуры: № 190113

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	64,17	64,17	6,417	6,417
Сахар-песок	2	2	0,2	0,2
Дрожжи сухие или	0,4	0,4	0,04	0,04
Дрожжи прессованные	1,6	1,6	0,16	0,16
Соль	0,6	0,6	0,06	0,06
Вода	20	20	2	2
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	7,06
Жиры (г):	9,10
Углеводы (г):	46,97
Энергетическая ценность (ккал):	297,97

Ca (мг):	16,62
Mg (мг):	10,60
Fe (мг):	0,83
C (мг):	0
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопарным способом: в подготовленную емкость вливают прокипяченную и остывшую до температуры 35-40°C воду добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар(2/3 от рецептурного количества), соль, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят на 3-4 часа для брожения в помещении с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную. Из готового теста формуют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом сливочным кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 30-40 мин. Поверхность изделий посыпают сахаром-песком(1/3 от рецептурного количества) и выпекают в течение 12-15 минут при температуре 230-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи:

не ниже 20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**190107**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Булочка "Любимая"**

Номер рецептуры: № 190107

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	63,2	63,2	6,32	6,32
Молоко	32	32	3,2	3,2
Яйцо*	10	10	1	1
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Дрожжи сухие или	0,5	0,5	0,05	0,05
Дрожжи прессованные	2	2	0,2	0,2
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Масса полуфабриката:		114		11,4
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	9,14
Жиры (г):	5,78
Углеводы (г):	48,81
Энергетическая ценность (ккал):	283,88

Ca (мг):	58,97
Mg (мг):	16,10
Fe (мг):	1,08
C (мг):	0,19
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Тесто готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещение с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз. Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную. Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 40-50 мин. Поверхность изделий смазывают яйцом и выпекают в течение 10-15 минут при температуре 200-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи:

не ниже 20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления (при температуре хранения 4±2°C)

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**190104**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Булочка с изюмом**

Номер рецептуры: № 190104

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	52,2	52,2	5,22	5,22
Молоко	35	35	3,5	3,5
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Яйцо*	7	7	0,7	0,7
Дрожжи сухие или	0,5	0,5	0,05	0,05
Дрожжи прессованные	2	2	0,2	0,2
Изюм	5,1	5	0,51	0,5
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Яйцо*	2	2	0,2	0,2
Масса полуфабриката:		110	0	11
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,04
Жиры (г):	6,47
Углеводы (г):	44,56
Энергетическая ценность (ккал):	268,64

Ca (мг):	64,19
Mg (мг):	16,74
Fe (мг):	1,8
C (мг):	0,21
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Изюм перебирают, промывают и замачивают в кипятке. Тесто готовится безопасным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленное яйцо, подготовленный изюм, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещение с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную. Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным, листы ставят для расстойки на 35-45 минут в теплое место. Поверхность изделий смазывают яйцом и выпекают в течение 15-20 минут при температуре 220-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: не ниже 20 ±5°C**Срок реализации:** не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)**Технолог**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Ватрушка с повидлом**

Номер рецептуры: № 190301

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	45	45	4,5	4,5
Молоко	20	20	2	2
Сахар-песок	2	2	0,2	0,2
Соль	0,33	0,33	0,033	0,033
Яйцо*	5	5	0,5	0,5
Дрожжи сухие или	0,5	0,5	0,05	0,05
Дрожжи прессованные	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Масса теста:	-	76		7,6
Повидло (джем)	34	34	3,4	3,4
Масса полуфабриката:	-	110		11
Масло растительное	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	6,16	Ca (мг):	42,4
Жиры (г):	4,11	Mg (мг):	13,31
Углеводы (г):	56,91	Fe (мг):	1,12
Энергетическая ценность (ккал):	289,28	C (мг):	0,66
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят масло растительное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещении с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз. Приготовленное дрожжевое тесто для ватрушек выкладывают на стол, посыпанный мукой, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают в жгут и делят на куски, из которых формуют шарики. Укладывают шарики швом вниз на кондитерский лист (противень), смазанный маслом растительным, дают неполную расстойку, а затем делают в них углубление, которое заполняют джемом или повидлом. После полной расстойки края ватрушки смазывают яйцом. Ватрушки выпекают в течение 15-20 минут при температуре 220-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: не ниже 20 ±5°C

Срок реализации: не более 16 часов с момента приготовления (при температуре хранения 4±2°C)

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100501

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Винегрет**

Номер рецептуры: № 100501

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	27,8	27,8	2,78	2,78
или Картофель свежий продовольственный	39,71	27,8	3,97	2,78
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	25,4	25,4	2,54	2,54
или Свекла столовая свежая	33,87	25,4	3,38	2,54
Кислота лимонная	0,05	0,05	0,005	0,005
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10	1,0	1,0
или Морковь столовая свежая	12,5	10	1,25	1,0
Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)	11,11	10	1,111	1
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	10	10	1	1
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10	1,0	1,0
или Лук репчатый свежий	11,9	10	1,19	1,0
Масло растительное	10	10	1	1
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Кислота лимонная	0,01	0,01	0,001	0,001
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,60	Ca (мг):	38,19
Жиры (г):	10,19	Mg (мг):	20,74
Углеводы (г):	9,10	Fe (мг):	0,89
Энергетическая ценность (ккал):	134,45	C (мг):	8,32
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Остальные подготовленные овощи промывают в проточной воде в течение 5 мин. Овощи отваривают (при варке свеклы добавляют лимонную кислоту). Вареные охлажденные овощи очищают. Картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают мелкими кубиками, лук репчатый шинкуют и бланшируют. Горошек зеленый консервированный проваривают в собственном отваре в течение 5 минут после закипания, дают стечь отвару и охлаждают до температуры 8-10°С. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное и перемешивают непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не выше +14 °С

Срок реализации: незаправленного салата не более 3-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут.

Технолог

Выпечка промышленногоНаименование кулинарного изделия (блюда): **производства**

Номер рецептуры: № п/п; 190217

Наименование сборника рецептов: ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Выпечка промышленного производства в ассортименте	100	100	10	10
Масло растительное д/смазки противня	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	11,07	Ca (мг):	217,71
Жиры (г):	13,30	Mg (мг):	17,22
Углеводы (г):	50,80	Fe (мг):	1,97
Энергетическая ценность (ккал):	369,38	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,17
		B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

В соответствии с рекомендациями производителя.

Температура подачи: 20 ±5°C**Срок реализации:** в соответствии с маркировкой производителя**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120509Наименование кулинарного изделия (блюда): **Говядина отварная полуфабрикат**

Номер рецептуры: № 120509

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	157,36	155	15,74	15,50
или Говядина крупный кусок замороженная	172,22	155	17,22	15,50
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	28,83	Ca (мг):	15,79
Жиры (г):	24,80	Mg (мг):	34,21
Углеводы (г):	0,00	Fe (мг):	4,2
Энергетическая ценность (ккал):	338,52	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,23

Технология приготовления:

Подготовленное мясо промывают, зачищают, нарезают на куски массой от 1 до 1,5 кг, заливают водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), закрывают крышкой, доводят до кипения 90-110 °С, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в течение 2-2,5 часов. За 15-20 мин до готовности мяса в бульон добавляют соль. Готовность мяса проверяют путем прокола куска мяса поварской вилкой. Готовое отварное мясо на разрезе должно иметь равномерный серый цвет.

Готовое отварное мясо нарезают кубиком, нарезанное мясо заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 мин. Мясо отварное можно до отпуска хранить в бульоне.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 1-го часа с момента приготовления**Технолог** _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Голубцы ленивые**

Номер рецептуры: №

120542

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	25,38	25	2,538	2,5
или Говядина крупный кусок замороженная	27,78	25	2,778	2,5
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	72	72	7,2	7,2
или Капуста белокочанная свежая	90	72	9	7,2
Крупа Рисовая	8,16	8	0,816	0,8
Масло растительное	3,5	3,5	0,35	0,35
Томат-паста	1	1	0,1	0,1
Сметана 15%	5	5	0,5	0,5
Бульон мясной (или вода)	12	12	1,2	1,2
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	6,74	Ca (мг):	172,05
Жиры (г):	8,40	Mg (мг):	22,04
Углеводы (г):	10,04	Fe (мг):	1,23
Энергетическая ценность (ккал):	142,72	C (мг):	22,07
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают на куски, заливают водой, доводят до кипения 90-110°C, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. Отварное мясо нарезают на куски, мелко измельчают и припускают. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Припущенное мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают.

У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают в течение 5 минут. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду 90-110°C, варят до полуготовности, перекладывают и дают стечь отвару.

Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло растительное, томат-пасту и тушат 15-20 минут при температуре 100-120 °C. В конце тушения добавляют сметану и доводят блюдо до кипения в течение 15-20 мин.

Температура подачи:

не ниже +65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов после приготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**210104**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Груша**

Номер рецептуры: № 210104

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Груши свежие	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,40	Ca (мг):	19
Жиры (г):	0,30	Mg (мг):	12,00
Углеводы (г):	10,30	Fe (мг):	2,3
Энергетическая ценность (ккал):	45,50	C (мг):	5,00
		B1 (мг):	0,02
		B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Груши перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Допускается разрезать плод только непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 20±5° С.**Срок реализации:** не более 30 минут (если фрукты нарезаны)**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120601

Наименование кулинарного изделия (блюда): Гуляш из мяса птицы

Номер рецептуры: № 120601

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015, ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные или	50,5	50	5,05	5
П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	53,8	50	5,38	5
Вода(для варки бульона)	200	200	20	20
Масса птицы отварной:		40	0	4
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Мука пшеничная	2	1,3	0,2	0,13
Томатная паста	2	2	0,2	0,2
Бульон или вода	65	65	6,5	6,5
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,76	4	0,476	0,4
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Масса соуса:		65		
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	12,11
Жиры (г):	10,06
Углеводы (г):	2,39
Энергетическая ценность (ккал):	148,55

Ca (мг):	13,04
Mg (мг):	12,51
Fe (мг):	0,95
C (мг):	2,4
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Подготовленное филе птицы, промывают проточной водой, нарезают на куски , заливают водой и доводят до кипения 90-110°C, снимая с поверхности образовавшуюся пену. Далее варят до готовности при умеренном кипении. Бульон сливают, процеживают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут, нарезают кубиком и припускают.

Для приготовления соуса томатного: муку слегка подсушивают при температуре 150-160°C, периодически помешивая до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 60-70°C. Добавляют бульон (или воду), вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся горячий бульон (или воду), масло сливочное и варят при слабом кипении, помешивая, в течение 20-30 минут. Готовый соус соединяют с припущенными овощами вместе с томат- пастой и варят в течение 25-30 минут. В конце варки добавляют соль.

Отварное филе птицы заливают соусом, доводят до кипения и тушат при температуре 100-120°C в течение 7-10 минут. Отпускают готовое филе вместе с соусом, в котором оно тушилось.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120534

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка картофельная с мясом

Номер рецептуры: № 120534

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	40,6	40	4,06	4,00
или Говядина крупный кусок замороженная	44,44	40	4,44	4,00
Вода (для варки бульона)	200	200	20,00	20,00
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	90	90	9,00	9,00
или Картофель свежий продовольственный	128,57	90	12,86	9,00
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10	1,00	1,00
или Лук репчатый свежий	11,9	10	1,19	1,00
Масло сливочное	3	3	0,30	0,30
Сухари панировочные	3	3	0,30	0,30
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	9,78	Ca (мг):	22,4
Жиры (г):	9,42	Mg (мг):	31,01
Углеводы (г):	17,69	Fe (мг):	1,99
Энергетическая ценность (ккал):	194,63	C (мг):	10
		B1 (мг):	0,14
		B2 (мг):	0,14

Технология приготовления:

Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Подготовленную говядину нарезают на куски массой нетто от 1,0 до 1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110°С, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. За 15 мин до окончания варки добавляют соль (1/4 от рецептурной нормы). Отварное мясо охлаждают, нарезают на куски. Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут.

Подготовленный лук репчатый мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного.

Отварное мясо мелко измельчают вместе с луком репчатым припущенным, добавляют соль к фаршу (1/4 часть от рецептурной нормы).

Подготовленный картофель варят в воде подсоленной (1/2 часть соли от рецептурной нормы), воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанные маслом сливочным противень, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Толщина запеканки должна быть 4-6 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями панировочными и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280 °С в течение 20-25 мин. до образования на поверхности румяной корочки.

Готовую запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120545

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Запеканка картофельная с печенью**

Номер рецептуры: № 120545

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печень говяжья замороженная	57,83	48	5,783	4,8
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	85	85	8,5	8,5
или Картофель свежий продовольственный	121,43	85	12,143	8,5
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10	1	1
или Лук репчатый свежий	11,9	10	1,19	1
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Сухари панировочные	3	3	0,3	0,3
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	10,83	Са (мг):	113,31
Жиры (г):	4,77	Mg (мг):	29,66
Углеводы (г):	16,87	Fe (мг):	8,06
Энергетическая ценность (ккал):	153,87	С (мг):	25,34
		B1 (мг):	0,25
		B2 (мг):	1,12

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Печень размораживают и промывают. Из печени тщательно вырезают сосудистый пучок, желчные протоки, удаляют пленку. Печень нарезают кусочками, заливают кипятком 90-110°С и припускают в небольшом количестве воды в течение 5 мин при помешивании. Воду сливают, печень охлаждают.

Очищенный лук промывают под проточной водой в течение 5 минут.

Подготовленный лук репчатый мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Печень говяжью припущенную мелко измельчают вместе с луком репчатым припущенным, добавляют соль к фаршу с печенью (1/2 часть от рецептурной нормы).

Подготовленный картофель варят в воде подсоленной (1/2 часть соли от рецептурной нормы), воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим.

Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанные маслом сливочным и посыпанный сухарями противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Толщина запеканки должна быть 3-4 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями панировочными, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в течение 20-30 мин при температуре 220-280°С до готовности и образования на поверхности румяной корочки.

Готовую запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**130401**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Изделия макаронные отварные**

Номер рецептуры: № 130401

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <фигурные>	33,3	33,3	3,33	3,33
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,69	Ca (мг):	8,53
Жиры (г):	2,91	Mg (мг):	5,44
Углеводы (г):	23,50	Fe (мг):	0,55
Энергетическая ценность (ккал):	134,92	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Перед варкой длинные макароны ломают на части. Варят изделия макаронные в большом количестве кипящей подсоленной воды 90-110°C (в соотношении 1:6) без последующей промывки, в течение 15 - 30 мин. Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. Сваренные изделия макаронные откидывают, кладут после стекания воды в емкость и заправляют прокипячённым маслом сливочным.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**100502**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Икра из кабачков**

Номер рецептуры: №

25

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Икра кабачковая	105,26	100	10,526	10
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,20	Ca (мг):	32
Жиры (г):	4,70	Mg (мг):	13,00
Углеводы (г):	7,70	Fe (мг):	0,8
Энергетическая ценность (ккал):	77,90	C (мг):	9,6
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Банки промыть, вытереть насухо, вскрыть. Порционирование икры кабачковой производить из банок.

Температура подачи:

не выше +14 °С

Срок реализации:

не более 30 минут с момента вскрытия

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Икра из уваренных кабачков**

Номер рецептуры: № 100518

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кабачки б/з	149	149	14,9	14,9
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	17	17	1,7	1,7
или Лук репчатый свежий	20,24	17	2,024	1,7
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Томат-паста	2,4	2,4	0,24	0,24
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

*Допускается замена на икру кабачковую промышленного производства

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,25	Ca (мг):	29,02
Жиры (г):	5,48	Mg (мг):	17,05
Углеводы (г):	8,70	Fe (мг):	0,79
Энергетическая ценность (ккал):	89,09	C (мг):	25,13
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Кабачки, не размораживая, тушат в течение 10 мин при температуре 100-120 °С, охлаждают и измельчают. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. Очищенный лук репчатый промывают в проточной воде в течении 5 минут, мелко шинкуют, припускают в масле растительном с добавлением небольшого количества воды в течение 5-7 мин, затем добавляют томат-пасту и припускают еще 5-7 мин. В конце тушения добавляют кабачки, соль. Готовую икру кабачковую охлаждают.

Температура подачи: не выше +14 °С

Срок реализации: не более 1-го часа

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**230116**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Йогурт питьевой фруктовый**

Номер рецептуры: № 230116

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Йогурт питьевой фруктовый	103,09	100	10,309	10
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдать йогурт питьевой ягодный емкостью 0,2 л в упаковке

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,80	Ca (мг):	124
Жиры (г):	2,70	Mg (мг):	15,00
Углеводы (г):	10,20	Fe (мг):	0,1
Энергетическая ценность (ккал):	76,30	C (мг):	0,6
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Упаковку с йогуртом протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам, в групповых ячейках. Йогурт поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 1-го часа с момента вскрытия упаковки.**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**230117**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Йогурт питьевой ягодный**

Номер рецептуры: № 230117

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Йогурт питьевой ягодный	103,09	100	10,309	10
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдать йогурт питьевой ягодный емкостью 0,2 л в упаковке

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,80	Ca (мг):	124
Жиры (г):	2,70	Mg (мг):	15,00
Углеводы (г):	10,20	Fe (мг):	0,1
Энергетическая ценность (ккал):	76,30	C (мг):	0,6
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Упаковку с йогуртом протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам, в групповых ячейках. Йогурт поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 1-го часа с момента вскрытия упаковки.**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160101**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Какао на молоке**

Номер рецептуры: № 160101

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Какао-порошок	2	2	0,2	0,2
Вода	55	55	5,5	5,5
Сахар	4	4	0,4	0,4
Молоко	45	45	4,5	4,5
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,84	Ca (мг):	57,13
Жиры (г):	1,74	Mg (мг):	14,80
Углеводы (г):	6,32	Fe (мг):	0,5
Энергетическая ценность (ккал):	48,26	C (мг):	0,27
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Какао-порошок кладут, смешивают с сахаром, добавляют часть кипятка и растирают до однородной массы. Молоко соединяют с оставшейся частью кипятка, доводят до кипения 90-110С и проваривают 5 минут. В подготовленную смесь, помешивая, вводят разведенный какао-порошок, доводят до кипения 90-110С.

Температура подачи: не ниже +75°С**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**130201**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Капуста тушеная**

Номер рецептуры: № 130201

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	100	100	10	10
или Капуста белокочанная свежая	125	100	12,5	10
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Томатная паста	2	2	0,2	0,2
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10	1	1
или Морковь столовая свежая	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
или Лук репчатый свежий	9,52	8	0,952	0,8
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Вода	28	28	2,8	2,8
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,14	Ca (мг):	194,5
Жиры (г):	4,12	Mg (мг):	21,98
Углеводы (г):	6,43	Fe (мг):	0,79
Энергетическая ценность (ккал):	71,35	C (мг):	32,2
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают проточной водой в течение 5 минут. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду и тушат при периодическом помешивании до полуготовности при температуре 90-110°C.

Подготовленные морковь, лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного и томатной пасты в течение 10-15 мин, затем их добавляют к капусте и тушат при температуре 100-120°C до готовности. За 5 мин до готовности к капусте добавляют соль и вновь доводят до кипения.

Если капуста свежая горчит, ее перед тушением бланшируют в течение 3-5 мин.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Капуста цветная отварная с маслом

Номер рецептуры: № 130208

Наименование сборника рецептур Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста цветная б/з	107	107	10,7	10,7
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,70	Ca (мг):	29,1
Жиры (г):	2,80	Mg (мг):	18,25
Углеводы (г):	4,52	Fe (мг):	1,51
Энергетическая ценность (ккал):	54,03	C (мг):	74,9
		B1 (мг):	0,11
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Замороженную капусту цветную, не размораживая, положить в кипящую подсоленную воду 90-110°C и варить в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, капусту откидывают, заправляют сливочным маслом (предварительно растопленным и доведенным до кипения).

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120517-1

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Капуста, тушенная с мясом**

Номер рецептуры: № 120517-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	40	40	4,0	4,0
Капуста белокочанная свежая	50	40	5,0	4,0
Вода	15	15	1,5	1,5
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Морковь столовая свежая	10	8	1,0	0,8
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,5	4,5	0,45	0,45
или Лук репчатый свежий	5,36	4,5	0,536	0,45
Томатная паста	2	2	0,2	0,2
Соль	0,6	0,6	0,06	0,06
Говядина крупный кусок замороженная	44,44	40	4,444	4,0
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,42	Ca (мг):	84,96
Жиры (г):	10,45	Mg (мг):	20,00
Углеводы (г):	3,18	Fe (мг):	1,48
Энергетическая ценность (ккал):	140,49	C (мг):	13,75
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течении 5 минут. Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110°C, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают кубиками. У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают проточной водой в течение 5 минут. Капусту белокочанную нарезают соломкой, кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), томатную пасту, припущенную с маслом растительным, и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Подготовленные морковь и лук нарезают соломкой и припускают. Затем добавляют к капусте вареное и нарезанное кубиками мясо, припущенные овощи, и тушат при температуре 100-120°C в течение 20-25 мин до готовности. За 5 минут до готовности капусту заправляют солью.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**130105-1**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Картофель отварной**

Номер рецептуры: № 130105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	112,7	112,7	11,27	11,27
или Картофель свежий продовольственный	161	161	16,1	16,1
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,28
Жиры (г):	2,93
Углеводы (г):	18,39
Энергетическая ценность (ккал):	109,02

Ca (мг):	18,19
Mg (мг):	25,98
Fe (мг):	1,03
C (мг):	11,27
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Воду сливают, картофель режется дольками, выкладывается на противень, поливается растопленным маслом сливочным (предварительно растопленным и доведенным до кипения) и запекается в течение 8-10 минут при температуре 220-280°С. Допускается отваривать предварительно нарезанный картофель.

Температура подачи:

не ниже +65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Картофель отварной, запеченный сНаименование кулинарного изделия (блюда): **растительным маслом**

Номер рецептуры: № 130106

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	112,7	112,7	11,27	11,27
или Картофель свежий продовольственный	161	112,7	16,1	11,27
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,25	Ca (мг):	20,59
Жиры (г):	3,45	Mg (мг):	26,14
Углеводы (г):	18,37	Fe (мг):	1,04
Энергетическая ценность (ккал):	113,53	C (мг):	11,27
		B1 (мг):	0,14
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 минут до готовности. Воду сливают, картофель режут дольками, выкладывают на противень, поливают растительным маслом и запекают в течение 8-10 минут при температуре 220-280°С. Допускается отваривать предварительно нарезанный картофель.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом**

Номер рецептуры: № 130105

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	112,7	112,7	11,27	11,27
или Картофель свежий продовольственный	161	112,7	16,1	11,27
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,28
Жиры (г):	2,93
Углеводы (г):	18,39
Энергетическая ценность (ккал):	109,02

Ca (мг):	18,19
Mg (мг):	25,98
Fe (мг):	1,03
C (мг):	11,27
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Воду сливают, картофель режется дольками, выкладывается на противень, поливается растопленным маслом сливочным (предварительно растопленным и доведенным до кипения) и запекается в течение 8-10 минут при температуре 220-280°С. Допускается отваривать предварительно нарезанный картофель.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**130103**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Картофель отварной**

Номер рецептуры: № 130103

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	104	104	10,4	10,4
или Картофель свежий продовольственный	148,57	104	14,857	10,4
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,12	Ca (мг):	18,04
Жиры (г):	4,54	Mg (мг):	24,03
Углеводы (г):	16,99	Fe (мг):	0,96
Энергетическая ценность (ккал):	117,32	C (мг):	10,4
		B1 (мг):	0,12
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут.

Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Воду сливают, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 2-3 минуты на поверхности с минимальным нагревом. При варке картофеля рассыпчатого воду следует сливать, примерно, через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром образующемся в котле. Варить картофель следует небольшими партиями. Масло сливочное растапливают, доводят до кипения и заправляют отварной картофель.

Температура подачи: не ниже +65°С**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 130309Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша гречневая рассыпчатая**

Номер рецептуры: № 130309

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Гречневая	33,98	33,3	3,398	3,33
Вода	67,5	67,5	6,75	6,75
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	4,22	Ca (мг):	7,94
Жиры (г):	3,57	Mg (мг):	66,66
Углеводы (г):	19,04	Fe (мг):	5,34
Энергетическая ценность (ккал):	125,20	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,14
		B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Крупу гречневую перебирают, промывают в теплой воде. Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую воду 90-110°C. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения и дают каше упреть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.

Для упревания каши гречневой из ядрицы быстрорастваривающейся требуется 1-1,5 часа. Масло сливочное растапливают, доводят до кипения и заправляют кашу гречневую.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**120222**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша "Дружба"**

Номер рецептуры: № 266

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Пермь, 2013г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Рисовая	7,5	7,5	0,75	0,75
Крупа Пшено шлифованное	5,5	5,5	0,55	0,55
Молоко	51	51	5,1	5,1
Вода	35	35	3,5	3,5
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,73	Ca (мг):	65,36
Жиры (г):	6,01	Mg (мг):	15,51
Углеводы (г):	13,44	Fe (мг):	0,3
Энергетическая ценность (ккал):	118,80	C (мг):	0,31
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Крупу промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду всыпают подготовленную рисовую крупу и варят, периодически помешивая, затем добавляют пшено, продолжают варку до полуготовности, после этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с прокипяченным маслом.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120221

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша жидкая на молоке (гречневая)**

Номер рецептуры: № 120221

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Гречневая	11,22	11	1,122	1,1
Молоко	72	72	7,2	7,2
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	30	30	3	3
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Масло сливочное	2,5	2,5	0,25	0,25
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,57	Ca (мг):	90,59
Жиры (г):	4,73	Mg (мг):	32,14
Углеводы (г):	11,18	Fe (мг):	1,85
Энергетическая ценность (ккал):	101,56	C (мг):	0,43
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают.

Крупу засыпают в кипящую смесь молока и воды, удаляют всплывшие пустотелые зерна. За 5-7 мин до готовности добавляют сахар, соль, масло сливочное прокипяченное и тщательно перемешивают.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Каша жидкая на молоке (из хлопьевНаименование кулинарного изделия (блюда): **овсянных)**

Номер рецептуры: № 120224

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Геркулес	15,4	15,4	1,54	1,54
Молоко	38	38	3,8	3,8
Вода	50	50	5	5
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,06	Ca (мг):	55,31
Жиры (г):	4,65	Mg (мг):	25,24
Углеводы (г):	12,83	Fe (мг):	0,61
Энергетическая ценность (ккал):	105,35	C (мг):	0,23
		B1 (мг):	0,08
		B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Хлопья овсяные не промывают, засыпают в кипящую смесь молока и воды, добавляют соль и варят при периодическом помешивании до готовности.

Кашу жидкую молочную отпускают с прокипяченным маслом сливочным и с сахаром-песком (допускается сахар-песок и масло сливочное добавлять в кашу при варке).

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**120205**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша жидкая на молоке (манная)**

Номер рецептуры: № 120205

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Манная	15,4	15,4	1,54	1,54
Молоко	68	68	6,8	6,8
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода	28	28	2,8	2,8
Соль	0,25	0,25	0,025	0,025
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,64	Ca (мг):	86,57
Жиры (г):	3,98	Mg (мг):	12,35
Углеводы (г):	15,58	Fe (мг):	0,24
Энергетическая ценность (ккал):	112,72	C (мг):	0,41
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

Крупу манную не промывают, просеивают, засыпают в кипящее молоко с водой 90-110°C, добавляют соль, сахар и варят при непрерывном помешивании в течение 20 мин.

Добавляют, масло сливочное (предварительно растопленное и доведенное до кипения), тщательно перемешивают и доводят блюдо до кулинарной готовности.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша молочная кукурузная жидкая**

Номер рецептуры: № 271

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Пермь, 2013г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа кукурузная	20	20	2	2
Вода	34	34	3,4	3,4
Молоко	50	50	5	5
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масло сливочное	2,5	2,5	0,25	0,25
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,18	Ca (мг):	65,95
Жиры (г):	3,90	Mg (мг):	13,07
Углеводы (г):	18,07	Fe (мг):	0,61
Энергетическая ценность (ккал):	120,12	C (мг):	0,3
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 минут, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности. Горячую кашу отпускают с прокипяченным маслом.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша молочная пшеничная жидкая**

Номер рецептуры: № 120250

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа пшеничная	20	20	2	2
Вода	34	34	3,4	3,4
Молоко	50	50	5	5
Сахар	1,5	1,5	0,15	0,15
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масса каши		99	0	9,9
Масло сливочное	2,5	2,5	0,25	0,25
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,82	Ca (мг):	69,95
Жиры (г):	3,92	Mg (мг):	19,07
Углеводы (г):	17,45	Fe (мг):	0,95
Энергетическая ценность (ккал):	120,38	C (мг):	0,3
		B1 (мг):	0,07
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят до загустения. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша пшенная молочная с курагой**

Номер рецептуры: № 181

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Могильный М.П., 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Пшено	30	30	3	3
Молоко	50	50	5	5
Вода	60	60	6	6
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Курага	3,06	3,06	0,306	0,306
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,70	Ca (мг):	76,92
Жиры (г):	4,41	Mg (мг):	39,31
Углеводы (г):	30,17	Fe (мг):	1,35
Энергетическая ценность (ккал):	183,19	C (мг):	0,42
		B1 (мг):	0,16
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Перед варкой крупу промывают, отваривают рассыпчатую кашу. Курагу промывают и замачивают в воде для набухания. Курагу соединяют с кашей, закрывают крышкой и доводят до готовности. Масла сливочного растапливают, доводят до кипения и заправляют кашу. Тщательно перемешивают.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**120201**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша пшенная молочная**

Номер рецептуры: № 302; 120201

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	38	38	3,8	3,8
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Крупа Пшено шлифованное	23,8	23,8	2,38	2,38
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода	40	40	4	4
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,89	Ca (мг):	53,8
Жиры (г):	3,65	Mg (мг):	25,14
Углеводы (г):	19,13	Fe (мг):	0,7
Энергетическая ценность (ккал):	124,94	C (мг):	0,23
		B1 (мг):	0,11
		B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают теплой, а потом горячей водой. Крупу пшенную сначала варят в кипящей воде 90-110°C в течение 10 мин, затем лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, соль, сахар-песок и варят кашу до готовности. Масло сливочное растапливают, доводят до кипения и заправляют кашу. Тщательно перемешивают.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Каша рассыпчатая пшенная сНаименование кулинарного изделия (блюда): **фруктами**

Номер рецептуры: № 181

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Могильный М.П., 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Пшено шлифованное	30	30	3	3
Изюм	2,5	2,5	0,25	0,25
Яблоки	17,34	17,34	1,734	1,734
Чернослив	7	7	0,7	0,7
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	72,5	72,5	7,25	7,25
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,74	Ca (мг):	19,38
Жиры (г):	2,35	Mg (мг):	34,51
Углеводы (г):	27,28	Fe (мг):	11,44
Энергетическая ценность (ккал):	145,21	C (мг):	1,71
		B1 (мг):	0,14
		B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Перед варкой крупу промывают, отваривают рассыпчатую кашу. Чернослив и изюм перебирают, удаляют примеси, промывают, и замачивают в воде для набухания. Яблоки промывают, удаляют семенное гнездо, нарезают, соединяют с сахаром, подготовленным черносливом, изюмом и сливочным маслом (часть от рецептурной нормы), и соединяют с кашей, закрывают крышкой и доводят готовности. Оставшуюся часть масла сливочного растапливают, доводят до кипения и заправляют кашу. Тщательно перемешивают.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120225Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша рисовая молочная жидкая**

Номер рецептуры: 274

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Пермь, 2013г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Рисовая	15,4	15,4	1,54	1,54
Молоко	59	59	5,9	5,9
Вода	29	29	2,9	2,9
Сахар-песок	1,5	1,5	0,15	0,15
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масло сливочное	2,5	2,5	0,25	0,25
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,87	Ca (мг):	74,07
Жиры (г):	4,10	Mg (мг):	16,03
Углеводы (г):	16,30	Fe (мг):	0,23
Энергетическая ценность (ккал):	113,63	C (мг):	0,35
		B1 (мг):	0,02
		B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 минут. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности. Готовую кашу отпускают с прокипяченным маслом.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**230103**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кефир**

Номер рецептуры: № 230103

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кефир	103,09	100	10,309	10
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдать кефир емкостью 0,2 л в упаковке.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,90	Ca (мг):	120
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	14,00
Углеводы (г):	4,00	Fe (мг):	0,1
Энергетическая ценность (ккал):	56,40	C (мг):	0,7
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,17

Технология приготовления:

Ёмкости с кефиром протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам, в групповых ячейках. Кефир поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 1-го часа с момента вскрытия упаковки.**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**210105**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Киви

Номер рецептуры: № 210105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Киви свежие	111,11	100	11,111	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,8
Жиры (г):	0,40
Углеводы (г):	8,10
Энергетическая ценность (ккал):	39,2

Ca (мг):	40
Mg (мг):	25,00
Fe (мг):	0,8
C (мг):	180
B1 (мг):	0,2
B2 (мг):	0,4

Технология приготовления:

Киви перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Допускается нарезать.

Температура подачи:

20±5° С.

Срок реализации:

не более 30 минут (если фрукты нарезаны)

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160228**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кисель абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160228

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	110	110	11	11
Повидло абрикосовое (или джем, или варенье)	12	12	1,2	1,2
Крахмал картофельный	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,00	Ca (мг):	3,46
Жиры (г):	0,00	Mg (мг):	1,08
Углеводы (г):	12,37	Fe (мг):	0,06
Энергетическая ценность (ккал):	49,48	C (мг):	0,29
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160219**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кисель абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160219

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	120	120	12	12
Курага	5	5	0,5	0,5
Крахмал картофельный	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,26	Ca (мг):	10,02
Жиры (г):	0,02	Mg (мг):	5,25
Углеводы (г):	7,60	Fe (мг):	0,56
Энергетическая ценность (ккал):	31,57	C (мг):	0,2
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0,01

Технология приготовления:

Курагу перебирают и тщательно промывают под проточной водой, заливают горячей водой (1/3 от рецептурной нормы) и проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, протирают. Воду (2/3 от рецептурной нормы) доводят до кипения 90-110°C, добавляют сахар-песок, соединяют с протертой курагой и при помешивании вливают разведенный крахмал, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Кисель из клюквыНаименование кулинарного изделия (блюда): **быстрозамороженной**

Номер рецептуры: № 160203-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	100	100	10	10
Клюква б/з	5	5	0,5	0,5
Крахмал картофельный	3,5	3,5	0,35	0,35
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,03	Ca (мг):	3,52
Жиры (г):	0,01	Mg (мг):	0,75
Углеводы (г):	7,05	Fe (мг):	0,04
Энергетическая ценность (ккал):	28,41	C (мг):	0,75
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Ягоды размораживают, протирают, откидывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, процеживают. Часть отвара охлаждают и используют для разведения крахмала. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают разведенный крахмал, вливают охлажденный сок и доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160220**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кисель из смородины**

Номер рецептуры: № 640,160220

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	110	110	11	11
Повидло смородина (или джем, или варенье)	12	12	1,2	1,2
Крахмал картофельный	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,07	Ca (мг):	4,69
Жиры (г):	0,01	Mg (мг):	1,68
Углеводы (г):	14,79	Fe (мг):	0,07
Энергетическая ценность (ккал):	59,58	C (мг):	4,8
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды. Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше 20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160203**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кисель из смородины**

Номер рецептуры: № 640; 160203

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	100	100	10	10
Смородина б/з	5	5	0,5	0,5
Крахмал картофельный	3,5	3,5	0,35	0,35
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,05	Ca (мг):	4,59
Жиры (г):	0,02	Mg (мг):	1,55
Углеводы (г):	6,23	Fe (мг):	0,07
Энергетическая ценность (ккал):	25,32	C (мг):	5
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Ягоды размораживают, протирают, откидывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, процеживают. Часть отвара охлаждают и используют для разведения крахмала. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают разведенный крахмал, вливают охлажденный сок и доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кнели рыбные отварные**

Номер рецептуры: № 120406

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Филе трески(или пикши, или сайды, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	73,68	70	7,37	7,00
Молоко	30	30	3,00	3,00
Мука пшеничная	10	10	1,00	1,00
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Яйцо*	4	4	0,40	0,40
Масло сливочное	4	4	0,40	0,40
Масса соуса:		50		5,00
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	13,72	Ca (мг):	287,62
Жиры (г):	5,27	Mg (мг):	27,39
Углеводы (г):	8,46	Fe (мг):	0,62
Энергетическая ценность (ккал):	136,15	C (мг):	0,88
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Филе рыбное без костей размораживают, промывают, нарезают на куски, пропускают через мясорубку. Из подсушенной муки, молока и соли готовят густой молочный соус, охлаждают. К рыбному фаршу добавляют соус молочный, яйца сырые, тщательно вымешивают, разделяют на кнели (массой 20-25 г), укладывают кнели, заливают горячей водой и варят при медленном кипении 90-110°C в течение 20-25 мин.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из плодов свежих (апельсин)**

Номер рецептуры: № 160212

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Апельсины	15	15	1,5	1,5
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Вода	95	95	9,5	9,5
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,14	Ca (мг):	5,22
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	1,95
Углеводы (г):	5,21	Fe (мг):	0,06
Энергетическая ценность (ккал):	21,65	C (мг):	9
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Апельсины тщательно промывают, нарезают ломтиками. Приготавливают сироп: в кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В подготовленный сироп закладывают нарезанные апельсины, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпустить с вареными плодами.

Температура подачи: не выше +20°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из плодов свежих (лимон)**

Номер рецептуры: № 160213

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лимоны	7	7	0,7	0,7
Вода	85	85	8,5	8,5
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,06	Ca (мг):	2,92
Жиры (г):	0,01	Mg (мг):	0,84
Углеводы (г):	4,21	Fe (мг):	0,05
Энергетическая ценность (ккал):	17,14	C (мг):	2,8
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Лимоны тщательно промывают, нарезают ломтиками. Приготавливают сироп. В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Добавляют нарезанные плоды доводят до кипения и проваривают 10-12 минут. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не выше +20°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160209**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из плодов свежих (яблоки)**

Номер рецептуры: № 160209

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки свежие	17,34	15	1,734	1,5
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	90	90	9	9
Кислота лимонная	0,05	0,05	0,005	0,005
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,06	Ca (мг):	2,49
Жиры (г):	0,06	Mg (мг):	1,35
Углеводы (г):	4,47	Fe (мг):	0,34
Энергетическая ценность (ккал):	18,65	C (мг):	1,5
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Яблоки тщательно промывают, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В кипящую воду закладывают сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают нарезанные яблоки и варят при слабом кипении в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160209-1**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из плодов свежих**

Номер рецептуры: № 160209-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки свежие	8,09	7	0,809	0,7
Апельсины	5,88	5	0,588	0,5
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	90	90	9	9
Кислота лимонная	0,05	0,05	0,005	0,005
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,03	Ca (мг):	1,21
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	0,63
Углеводы (г):	3,68	Fe (мг):	0,16
Энергетическая ценность (ккал):	15,10	C (мг):	0,7
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Яблоки промывают, удаляют семенные гнезда, нарезают ломтиком. Апельсины промывают, удаляют место крепления плодоножки, нарезают ломтиком.

Подготавливают сироп: В кипящую воду закладывают сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Закладывают подготовленные фрукты, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпустить с вареными плодами.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160209-2**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из плодов сухих**

Номер рецептуры: № 160209-2

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Изюм	6,12	6	0,612	0,6
Чернослив	2	2	0,2	0,2
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	90	90	9	9
Кислота лимонная	0,05	0,05	0,005	0,005
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,14	Ca (мг):	4,89
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	2,52
Углеводы (г):	6,95	Fe (мг):	0,19
Энергетическая ценность (ккал):	28,60	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Изюм, чернослив перебирают и тщательно промывают под проточной водой.

Подготовленный изюм, чернослив заливают горячей водой, доводят до кипения 90-110°C, и варят до готовности в течение 10 минут. После этого напиток процеживают, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения и охлаждают до температуры подачи. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным**

Номер рецептуры: № 120535

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденное	45,68	45	4,57	4,50
или Говядина крупный кусок замороженное	50	45	5,00	4,50
Хлеб пшеничный	17	17	1,70	1,70
Вода	20	20	2,00	2,00
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Молоко	17	17	1,70	1,70
Масло сливочное	1	1	0,10	0,10
Мука Пшеничная	3,9	3,9	0,39	0,39
Масло растительное	3	3	0,30	0,30
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	10,67	Ca (мг):	31,28
Жиры (г):	12,13	Mg (мг):	15,22
Углеводы (г):	12,03	Fe (мг):	1,5
Энергетическая ценность (ккал):	199,95	C (мг):	0,1
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке или воде, добавляют соль, тщательно перемешивают и формируют котлеты не панированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом растительным. В середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым соусом молочным и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250-280 °С в течение 20-25 мин.

Для приготовления соуса молочного: муку пшеничную просеивают, подсушивают (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус добавляют соль, процеживают, доводят до кипения, заправляют маслом сливочным прокипяченным, помешивая, прогревают соус до температуры 80-85 °С, но не кипятят.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

**Котлеты рубленые из птицы
(цыплята), запеченные с соусом**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **молочным**

Номер рецептуры: № 120619

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплята) бескостные охлажденные	43,74	43,3	4,374	4,33
или П/ф из птицы (цыплята) бескостные замороженные	46,56	43,3	4,656	4,33
Хлеб пшеничный	18	18	1,8	1,8
Вода	21,7	21,7	2,17	2,17
Соль	0,6	0,6	0,06	0,06
Масса котлетной массы:		83		8,3
Молоко	26	26	2,6	2,6
Масло сливочное	1,6	1,6	0,16	0,16
Мука Пшеничная	2	2	0,2	0,2
Вода	16	16	1,6	1,6
Соль	0,2	0,2	0,02	0,02
Сыр полутвердый	2,15	2	0,215	0,2
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	12,27	Ca (мг):	66,11
Жиры (г):	11,28	Mg (мг):	14,97
Углеводы (г):	11,63	Fe (мг):	1,01
Энергетическая ценность (ккал):	197,07	C (мг):	0,95
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Подготовленную мякоть птицы пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в воде хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Готовую котлетную массу разделявают на котлеты, укладывают на предварительно смазанный маслом противень, в середине по длине делают углубления. Заполняют его густым соусом молочным, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250-280 °С в течение 20-25 мин.

Для приготовления соуса молочного: муку пшеничную просеивают, подсушивают (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении 90-110 °С в течение 7-10 мин. Затем в соус добавляют соль, процеживают, доводят до кипения, заправляют маслом сливочным прокипяченным, помешивая, прогревают соус до температуры 80-85 °С, но не кипятят.

Температура подачи: не ниже +65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Котлеты рубленые из фарша

Наименование кулинарного изделия (блюда): **рыбного**

Номер рецептуры: № 120401

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	80	76	8	7,6
Молоко	10	10	1	1
Хлеб пшеничный	15	15	1,5	1,5
Яйцо*	2	2	0,2	0,2
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Сухари панировочные	10	10	1	1
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	15,16	Ca (мг):	284,57
Жиры (г):	3,99	Mg (мг):	26,50
Углеводы (г):	15,23	Fe (мг):	0,63
Энергетическая ценность (ккал):	157,54	C (мг):	0,82
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Филе рыбное без костей размораживают, промывают, дают стечь воде, нарезают на куски пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом пшеничным, добавляют соль, предварительно подготовленное яйцо, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты, панируют в сухарях и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в смазанной маслом растительным маслом емкости при температуре 250-280°C в течение 20-25 мин. до готовности. Допускается готовое блюдо полить соусом и прогреть.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120523

Котлеты рубленные из мяса

Наименование кулинарного изделия (блюда): (говядина)

Номер рецептуры: № 451; 120523

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	71,01	70	7,101	7
или Говядина крупный кусок замороженная	77,8	70	7,78	7
Хлеб из муки пшеничной	25	25	2,5	2,5
Вода	25,9	25,9	2,59	2,59
Соль	0,76	0,76	0,076	0,076
Масса полуфабриката:		120		12
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 1 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	15,02	Ca (мг):	14,97
Жиры (г):	14,95	Mg (мг):	18,82
Углеводы (г):	12,50	Fe (мг):	2,21
Энергетическая ценность (ккал):	244,60	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,07
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку и смешивают с размоченным в воде хлебом пшеничным, снова пропускают через мясорубку и добавляют соль, тщательно перемешивают и хорошо выбивают, и формируют котлеты, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом растительным. Запекают в пароконвектомате в режиме жар-пар при температуре 250-280°C в течение 20-25 мин до готовности.

Температура подачи: не ниже 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Кофейный напиток из цикория сНаименование кулинарного изделия (блюда): **молоком**

Номер рецептуры: № 160104

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	60	60	6	6
Напиток из цикория	1,6	1,6	0,16	0,16
Сахар-песок	5	5	0,5	0,5
Вода	40	40	4	4
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,95	Ca (мг):	72,75
Жиры (г):	1,92	Mg (мг):	8,40
Углеводы (г):	8,83	Fe (мг):	0,08
Энергетическая ценность (ккал):	60,42	C (мг):	0,36
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Смесь молока и воды довести до кипения 90-110°C, добавить сахар-песок и цикорий растворимый и вновь довести до кипения.

Температура подачи: не ниже +75°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120213-1Наименование кулинарного изделия (блюда): **Макароны, запеченные с яйцом**

Номер рецептуры: № 335, 120213-1

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <фигурные>	26	26	2,6	2,6
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Яйцо*	15	15	1,5	1,5
Молоко	19	19	1,9	1,9
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,35	Ca (мг):	38,26
Жиры (г):	4,32	Mg (мг):	8,73
Углеводы (г):	19,34	Fe (мг):	0,83
Энергетическая ценность (ккал):	137,67	C (мг):	0,11
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

Макароны закладывают в кипящую подсоленную воду 90-110°C (в соотношении 1:6) без последующей промывки, варят 20-30 минут, откидывают, перемешивают с маслом сливочным растопленным (1/2 часть от рецептурной нормы). Подготовленные яйца смешивают с холодным молоком и солят. Яично-молочной смесью заливают вареные, заправленные маслом макароны, кладут слоем толщиной 3-4 см на противень, смазанный маслом сливочным, и запекают в жарочном шкафу, духовом шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280°C в течение 20-30 минут.

Температура подачи: не ниже +65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**140110**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Масло сливочное**

Номер рецептуры: 140110

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Масло сливочное	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,80	Ca (мг):	12
Жиры (г):	82,50	Mg (мг):	0,00
Углеводы (г):	0,80	Fe (мг):	0,2
Энергетическая ценность (ккал):	748,90	C (мг):	0
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

Масло сливочное растапливают и доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже +65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.**Технолог**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**140113**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Масло сливочное**

Номер рецептуры: № 140113

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Масло сливочное	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,80	Ca (мг):	12
Жиры (г):	82,50	Mg (мг):	0,00
Углеводы (г):	0,80	Fe (мг):	0,2
Энергетическая ценность (ккал):	748,90	C (мг):	0
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0,1

Технология приготовления:

С упаковок масла снимают наружное покрытие, порционируют и хранят его при температуре 4±2°C.

Температура подачи: не выше +14 °C**Срок реализации:** не более 1-го часа**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**230105**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Молоко ультрапастеризованное**

Номер рецептуры: № 230105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко ультрапастеризованное	105,26	100	10,526	10
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдать молоко емкостью 0,2 л в упаковке.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,00	Ca (мг):	121
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	14,00
Углеводы (г):	4,70	Fe (мг):	1
Энергетическая ценность (ккал):	59,60	C (мг):	0,6
		B1 (мг):	0,02
		B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Упаковку с молоком протирают. Переливают в емкость, кипятят в течение 1-2 минут, охлаждают и разливают по стаканам, в групповых ячейках. Напиток поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** кипяченого - не более 2-х часов или в соответствии с маркировкой производителя.**Технолог**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160233**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160233

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вода	110	110	11	11
Повидло абрикосовое (или джем, и	12	12	1,2	1,2
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,00	Ca (мг):	1,53
Жиры (г):	0,00	Mg (мг):	1,08
Углеводы (г):	10,32	Fe (мг):	0,06
Энергетическая ценность (ккал):	41,27	C (мг):	0,29
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160238**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток витаминный**

Номер рецептуры: № 160238

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Шиповник (сухой)	4	4	0,4	0,4
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	90	90	9	9
Изюм	4,08	4	0,408	0,4
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,23	Ca (мг):	5,69
Жиры (г):	0,08	Mg (мг):	2,36
Углеводы (г):	7,56	Fe (мг):	0,25
Энергетическая ценность (ккал):	31,84	C (мг):	26
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Плоды шиповника и изюма тщательно промывают проточной холодной водой, заливают кипятком и варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 минут. Отвар настаивают. После этого отвар процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждают до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160204**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток вишневый**

Номер рецептуры: № 160204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вишня б/з	6	6	0,6	0,6
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,05	Ca (мг):	2,31
Жиры (г):	0,01	Mg (мг):	1,56
Углеводы (г):	3,63	Fe (мг):	0,04
Энергетическая ценность (ккал):	14,83	C (мг):	0,9
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают вишню не размораживая и варят при слабом кипении 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными ягодами.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160242**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток из плодов сухих (изюм)**

Номер рецептуры: № 160242

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кислота лимонная	0,01	0,01	0,001	0,001
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	105	105	10,5	10,5
Изюм	6,1	6	0,61	0,6
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,14	Ca (мг):	4,89
Жиры (г):	0,03	Mg (мг):	2,52
Углеводы (г):	6,95	Fe (мг):	0,19
Энергетическая ценность (ккал):	28,60	C (мг):	0
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Изюм тщательно промывают проточной холодной водой, заливают кипятком и варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 минут. После этого напиток процеживают, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160234**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток из цитрусовых**

Номер рецептуры: № 160234

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лимоны	4	4	0,4	0,4
Мандарины	3	3	0,3	0,3
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Вода	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,06	Ca (мг):	2,77
Жиры (г):	0,01	Mg (мг):	0,81
Углеводы (г):	4,34	Fe (мг):	0,04
Энергетическая ценность (ккал):	17,69	C (мг):	2,74
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Лимоны и мандарины тщательно промывают. В кипящую воду 90-110°C закладывают сахар-песок, варят 5 минут. Лимоны и мандарины нарезают ломтиками, закладывают в приготовленный сироп, доводят до кипения 90-110°C и проваривают 10-12 минут, процеживают. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160207**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток смородина**

Номер рецептуры: № 160207

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Смородина черная б/з	6	6	0,6	0,6
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Вода	90	90	9	9
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,06	Ca (мг):	2,28
Жиры (г):	0,02	Mg (мг):	1,86
Углеводы (г):	4,43	Fe (мг):	0,09
Энергетическая ценность (ккал):	18,19	C (мг):	6
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают смородину не размораживая и варят при слабом кипении 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными ягодами.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**160117**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Напиток фруктовый**

Номер рецептуры: № 160117

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Фиточай цветочно-плодовый или Фиточай фильтр-пакет цветочно-плодовый	1 0,5шт	1 0,5шт	0,1 0,05 шт	0,1 0,05 шт
Сахар-песок	4	4	0,4	0,4
Вода	108	108	10,8	10,8
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,00	Ca (мг):	0,12
Жиры (г):	0,00	Mg (мг):	0,00
Углеводы (г):	4,00	Fe (мг):	0,01
Энергетическая ценность (ккал):	15,98	C (мг):	0
		B1 (мг):	0
		B2 (мг):	0

Технология приготовления:

Для приготовления напитка, воду кипятят, добавляют сахар, доводят до кипения 90-110°C. Перемешивают до полного растворения сахара. Добавляют фиточай и настаивают 15-20 минут. Процеживают, доводят до кипения 90-110°C. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не выше +20°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления**Технолог** _____



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, http://www.mossanexpert.ru

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

77.01.05.Т.002209.05.21

21.05.2021

№

Дата

Основание производства экспертизы: заявление № 21/02.05.000947-3 от 17.05.2021

Дата (период) проведения экспертизы: с 20.05.2021 по 21.05.2021

Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к.2, 3, 4

Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства

Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, сертификат специалиста № 0177040009695 от 21.06.2016 г., диплом о профессиональной переподготовке № 770400002407 от 2016 г.

Заказчик: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация "Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения" (ИНН:7720490947, ОГРН:1137799006784)

Юридический адрес: 129090, г. Москва, ЦАО, Каланчевская улица, дом 16 стр.1

Объект экспертизы: Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1, Вариант 2. В части организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года

Фактический адрес:

Разработчик документации: НП СРО "АПСПОЗ",

Юридический адрес разработчика: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д.16, стр.1

Перечень представленной документации: Рацион для детей в возрасте 1,5 - 3 года с раскладкой используемых продуктов;
Таблица сезонных замен блюд

Установлено:

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 20-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности,

012093

включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Установлено:

1) Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	73,74	65,82	250,21	1888,22	1888,22
II неделя	72,14	69,82	240,32	1878,20	1878,20
III неделя	74,23	70,20	240,90	1892,34	1892,34
IV неделя	69,61	66,13	243,25	1846,67	1846,67
Итого:	72,43	67,99	243,67	1876,36	1876,36

В представленном рационе содержание белков составляет 172,46 %, жиров – 144,67 %, углеводов – 120,04 %, общая калорийность – 134,03 % от суточной потребности.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	71,68	64,03	225,36	1764,47	1764,47
II неделя	68,65	66,60	213,22	1726,85	1726,85
III неделя	71,37	67,43	215,80	1755,51	1755,51
IV неделя	65,84	62,57	218,57	1700,76	1700,76
Итого:	69,38	65,16	218,24	1736,90	1736,90

При этом содержание белков составляет 165,20 %, жиров – 138,63 %, углеводов – 107,51 %, общая калорийность – 124,06 % от суточной потребности.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)*4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 20-дневный рацион питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года предусматривает шестиразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 1,5 - 3 года:

	I неделя		II неделя		III неделя		IV неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	22	20	21	20	24	20	22	20	22	20
Второй завтрак	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5
Обед	31	35	30	35	30	35	31	35	31	35
Полдник	14	15	14	15	13	15	14	15	14	15
Ужин	23	20	24	20	22	20	22	20	23	20
Второй ужин	7	5	8	5	7	5	8	5	7	5

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%.

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов, полученные методом расчёта по информации из меню-раскладки, представлены в таблице.

Наименование	Значение	Норма	%
Хлеб пшеничный	98,37	60	63,94
Мука пшеничная	20,72	25	-17,13
Крупы, бобовые	38,67	30	28,91
Макаронные изделия	14,95	8	86,84
Картофель	149,44	120	24,54
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	154,55	180	-14,14
Фрукты свежие	116,40	95	22,52
Сухофрукты	9,96	9	10,69
Соки фруктовые и овощные	99,00	100	-1,00
Мясо 1-й категории	50,76	50	1,51
Субпродукты (печень, язык, сердце)	19,75	20	-1,25
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)	20,81	20	4,05
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленное	32,71	32	2,21
Колбасные изделия (г)	0,00	0	0,00
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	389,47	390	-0,14
Творог (5% - 9% м.д.ж.)	30,00	30	0,00
Сыр	5,07	4	26,75
Сметана	10,98	9	22,02
Масло сливочное	18,38	18	2,09
Масло растительное	11,83	9	31,49
Яйцо, шт.	39,89	40	-0,29
Сахар	24,77	25	-0,94
Кондитерские изделия	21,46	12	78,83
Крахмал	2,35	2	17,38
Соль пищевая поваренная йодированная	2,98	3	-0,63
Какао-порошок	0,72	0,5	44,00
Кофейный напиток	2,23	1	123,20

* норма представлена с учётом количества приёмов пищи.

Недостаток овощей компенсируется использованием картофеля; недостаток муки пшеничной – хлебом пшеничным, недостаток соков – свежими фруктами, недостаток субпродуктов – мясом 1 категории, недостаток молока – сыром, недостаток яиц – рыбой сверх установленной нормы. Использование сахара и соли не превышает суточное потребление.

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные рекомендуемым суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Завтрак, как правило, состоит из закуски, горячего блюда и горячего напитка; обед – из закуски, первого, второго блюда и напитка.

Пищевая ценность используемых в меню блюд рассчитана согласно пояснительной записке и представленных технологических карт на основании:

1. Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2005;
2. Таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. – Москва, 2007. Составители: Скурихин И.М., Тютельян В.А.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

1) Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет. экв
I неделя	111,44	1,30	1,70	1144,96
II неделя	128,43	1,34	1,99	1620,52
III неделя	114,84	1,23	1,41	153,06
IV неделя	89,06	1,78	1,85	1555,84
Итого:	110,94	1,41	1,74	1118,59

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1038,14	1356,73	16,02	250,58
II неделя	1136,58	1384,64	19,79	271,80
III неделя	1132,46	1381,98	14,86	261,07
IV неделя	1181,17	1367,27	19,11	271,33
Итого:	1122,09	1372,66	17,45	263,70

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Соотношение кальция к фосфору близко к оптимальному значению.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая ценность по микронутриентам рациона питания для детей в возрасте 1,5 - 3 года составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет. экв
I неделя	110,09	1,28	1,63	1137,43
II неделя	127,46	1,30	1,87	1607,57
III неделя	103,13	1,20	1,33	142,61
IV неделя	79,16	1,75	1,72	1540,92
Итого:	104,96	1,38	1,64	1107,13

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	970,94	1301,59	15,39	239,47
II неделя	1029,62	1296,82	19,39	257,18
III неделя	1064,76	1320,54	14,40	250,38
IV неделя	1064,61	1271,61	18,68	256,03
Итого:	1032,48	1297,64	16,96	250,76

При этом содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08; содержание витамина А - 246,03 % от суточной потребности.

Технология изготовления кулинарной продукции.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под ред. А.Я. Перевалова, Пермь 2013; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под редакцией С.В. Маслова, Москва 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под ред. В. Р. Кучмы, Москва, 2016. Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

В период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с таблицей замены блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. В ежедневном меню указывать наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом при наличии подтверждённых в ЛПУ сведений о заболевании, в т.ч. с указанием аллергена (в случае пищевой аллергии).

Заключение:

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1, Вариант 2. В части организации питания детей в возрасте 1,5 - 3 года по адресу: **соответствует** требованиям:

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

Руководитель (заместитель)
органа инспекции

А. О. Петренко



А.В. Мизгайлов





ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»
Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, <http://www.mossanexpert.ru>
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

77.01.05.Т.002208.05.21

21.05.2021

№

Дата

Основание производства экспертизы: заявление № 21/02.05.000946-3 от 17.05.2021

Дата (период) проведения экспертизы: с 20.05.2021 по 21.05.2021

Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к.2, 3, 4

Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства

Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, сертификат специалиста № 0177040009695 от 21.06.2016 г., диплом о профессиональной переподготовке № 770400002407 от 2016 г.

Заказчик: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация "Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения" (ИНН:7720490947, ОГРН:1137799006784)

Юридический адрес: 129090, г. Москва, ЦАО, Каланчёвская улица, дом 16 стр.1

Объект экспертизы: Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1, Вариант 2. В части организации питания детей в возрасте 3-7 лет

Фактический адрес: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д.16, стр.1

Разработчик документации: НП СРО "АПСПОЗ",

Юридический адрес разработчика: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д.16, стр.1

Перечень представленной документации: Рацион для детей в возрасте 3-7 лет с раскладкой используемых продуктов;

Таблица сезонных замен блюд

Установлено:

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 20-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности,

012092

включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Установлено:

1) Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	86,62	79,05	283,92	2193,61	2193,61
II неделя	85,99	83,73	279,77	2216,67	2216,67
III неделя	84,36	83,93	278,67	2207,56	2207,56
IV неделя	82,13	81,28	278,32	2173,35	2173,35
Итого:	84,78	82,00	280,17	2197,80	2197,80

В представленном рационе содержание белков составляет 157,00 %, жиров – 136,67 %, углеводов – 107,35 %, общая калорийность – 122,10 % от суточной потребности.

2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	84,32	76,58	262,35	2075,86	2075,86
II неделя	82,20	80,06	253,01	2061,39	2061,39
III неделя	81,29	80,65	255,30	2072,20	2072,20
IV неделя	78,01	77,06	255,51	2027,57	2027,57
Итого:	81,45	78,59	256,54	2059,26	2059,26

При этом содержание белков составляет 150,84 %, жиров – 130,98 %, углеводов – 98,29 %, общая калорийность – 114,40 % от суточной потребности.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)* 4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 20-дневный рацион питания для детей в возрасте 3 - 7 лет предусматривает шестirazовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 3 - 7 лет:

	I неделя		II неделя		III неделя		IV неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	23	20	21	20	23	20	24	20	23	20
Второй завтрак	3	5	2	5	2	5	2	5	3	5
Обед	31	35	32	35	33	35	32	35	32	35
Полдник	14	15	14	15	14	15	14	15	14	15
Ужин	24	20	24	20	21	20	21	20	22	20
Второй ужин	5	5	7	5	6	5	7	5	6	5

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%.

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов, полученные методом расчёта по информации из меню-раскладки, представлены в таблице.

Наименование	Значение	Норма	%
Хлеб пшеничный	117,66	80	47,08
Мука пшеничная	25,90	29	-10,70
Крупы, бобовые	48,28	43	12,28
Макаронные изделия	17,47	12	45,60
Картофель	165,57	140	18,26
Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	188,02	220	-14,54
Фрукты свежие	118,29	100	18,29
Сухофрукты	11,13	11	1,20
Соки фруктовые и овощные	110,00	100	10,00
Мясо 1-й категории	58,92	55	7,12
Субпродукты (печень, язык, сердце)	22,63	25	-9,50
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)	24,01	24	0,03
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	37,02	37	0,07
Колбасные изделия (г)	0,00	0	0,00
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	462,87	450	2,86
Творог (5% - 9% м.д.ж.)	40,00	40	0,00
Сыр	7,08	6	18,00
Сметана	13,34	11	21,29
Масло сливочное	21,66	21	3,15
Масло растительное	14,74	11	33,96
Яйцо, шт.	43,14	40	7,86
Сахар	28,22	30	-5,92
Кондитерские изделия	18,58	20	-7,10
Соль пищевая поваренная йодированная	3,50	5	-30,07
Какао-порошок	0,80	0,6	33,33
Кофейный напиток	2,48	1,2	106,67

* норма представлена с учётом количества приёмов пищи.

Недостаток овощей компенсируется использованием картофеля и фруктов, недостаток субпродуктов и мяса птицы – мясом 1-ой категории, недостаток муки пшеничной – хлебом пшеничной сверх установленной нормы. Использование сахара и соли не превышает суточное потребление.

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные рекомендуемым суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Завтрак, как правило, состоит из закуски, горячего блюда и горячего напитка; обед – из закуски, первого, второго блюда и напитка.

Пищевая ценность используемых в меню блюд рассчитана согласно пояснительной записке и представленных технологических карт на основании:

1. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного

питания, 2005;

2. Таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. – Москва, 2007. Составители: Скурихин И.М., Тютельян В.А.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

- 1) Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	121,94	1,53	2,00	1324,82
II неделя	142,73	1,56	2,35	1882,24
III неделя	126,53	1,44	1,65	188,89
IV неделя	101,99	2,05	2,20	1815,13
Итого:	123,30	1,64	2,05	1302,77

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1230,71	1616,40	18,26	295,58
II неделя	1399,39	1669,88	22,98	322,63
III неделя	1380,57	1667,96	17,34	309,78
IV неделя	1437,03	1640,91	22,04	321,20
Итого:	1361,93	1648,79	20,16	312,30

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Соотношение кальция к фосфору близко к оптимальному значению.

- 2) При исключении из рациона второго ужина среднесуточная пищевая ценность по микронутриентам рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	120,43	1,50	1,91	1314,42
II неделя	141,66	1,53	2,22	1867,25
III неделя	113,51	1,40	1,56	176,28
IV неделя	90,98	2,01	2,05	1797,33
Итого:	116,64	1,61	1,93	1288,82

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	1151,17	1550,83	17,72	282,66
II неделя	1279,64	1572,04	22,61	306,41
III неделя	1302,62	1598,02	16,94	297,70
IV неделя	1304,66	1532,57	21,67	303,93
Итого:	1259,52	1563,36	19,73	297,68

При этом содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних

уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08; содержание витамина А - 257,76 % от суточной потребности.

Технология изготовления кулинарной продукции.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под ред. А.Я. Перевалова, Пермь 2013; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под редакцией С.В. Маслова, Москва 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под ред. В. Р. Кучмы, Москва, 2016. Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

В период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с таблицей замены блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. В ежедневном меню указывать наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом при наличии подтвержденных в ЛПУ сведений о заболевании, в т.ч. с указанием аллергена (в случае пищевой аллергии).

Заключение:

Примерное 20-ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 - 3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы. Изменение № 1, Вариант 2. В части организации питания детей в возрасте 3-7 лет по адресу: 129090, г.Москва, ул.Каланчевская, д.16, стр.1 **соответствует** требованиям:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (глава VIII)

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

Руководитель (заместитель)
органа инспекции



А. О. Петренко



А.В. Мизгайлов

