

ПРИКАЗ

№71

28.10.2022г

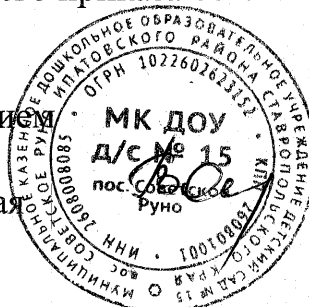
Об утверждении примерного 10-дневного меню и технологических карт
на период с 01.11.2022 года по 31.05.2023 года

В соответствии с СанПиП 2.3./2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" и с целью организации сбалансированного рационального питания детей МК ДОУ д/с № 15 пос. Советское Руно, выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с примерным меню, выполнением норм и калорийности, в связи с осуществлением контроля за питанием воспитанников

Приказываю:

1. Утвердить примерное 10-дневное меню для организации питания детей МК ДОУ д/с № 15 пос. Советское Руно. (Приложение №1)
2. Утвердить технологические карты, разработанные на основе Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и сборника "Продукты и блюда в детском питании" Ладодо К.С., Дружинина Л.В.
3. Завхозу с вмененными обязанностями кладовщика Сорокиной М.В. обеспечить своевременную заявку на поставку продуктов питания поставщиками и осуществлять контроль за качеством поставляемых продуктов и условиями хранения.
4. Повору Горбачевой А.В. соблюдать выполнение примерного 10-дневного меню.
5. Членам бракеражной комиссии систематически проводить контроль за технологией приготовления блюд согласно технологическим картам.
6. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий муниципальным казенным
дошкольным образовательным учреждением
детским садом № 15 пос. Советское Руно
Ипатовского района Ставропольского края



Г. В. Охременко

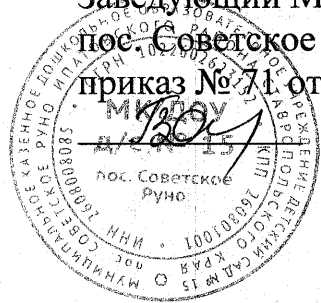
С приказом ознакомлены:

Красникова А.А.		
Горбачева А.В.		
Сорокина М.В.		

Утверждаю
Заведующий МК ДОУ д/с № 15

пос. Советское Руно
приказ № 71 от 28.10.2022г

Г.В.Охременко



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

**В муниципальном казенном дошкольном
образовательном учреждении детском саду № 15
пос. Советское Руно
Ипатовского района Ставропольского края
на период
с 01.11.2022 г по 31.05.2023г**

2022г

1-й ДЕНЬ

01.11.2022-31.05.2023

первая неделя

возрастная категория - 3-7 лет

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход, гр	брутто, гр	нетто, гр	пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
168	каша вязкая рисовая с маслом или сахаром	160			2.32	3.96	28.97	161.00
	крупя рисовая		33	33				
	сахар		5	5				
	или масло сливочное		5	5				
396	Кофейный напиток смолоком сгущеным	200			2.39	1.63	17.22	93.33
	кофейный напиток		3.3	3.3				
	молоко сгущеное		38	38				
	вода		200	200				
1	Бутерброд с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	хлеб пшеничный(батон)		30	30				
	масло сливочное		10	10				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	500			7.56	13.54	70.61	434.33
ОБЕД								
85	Суп картофельный с клецками	220			1.67	2.68	9.71	69.80
	картофель		53.4	40				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		9.6	8				
	масло растительное		2	2				
	вода		150	150				
120	клецки готовые			20				
	мука пшеничная		6.2	6.2				
	масло сливочное		0.7	0.7				
	яйца		1.76	1.76				
	вода или молоко		9.7	9.7				
	соль		0.18	0.18				
247	рыба, тушеная с овощами	80			7.00	5.60	1.80	85.90
	минтай		98.4	49.6				
	вода		17	17				
	морковь		28	22				
	лук репчатый		11	9				
	томатное пюре		2	2				
	масло растительное		4	4				
	масса тушеной рыбы			40				
	масса тушеной рыбы с овощами			80				
	выход с гарниром №321		0	230				
321	Пюре картофельное	150			3.07	4.81	20.46	137.38
	картофель		171	128				
	молоко		24	23				
	масло сливочное		5.3	5.3				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	670			15.04	13.55	73.30	476.67
ПОЛДНИК								
3	Бутерброды с сыром	60			6.68	8.45	19.39	180.00
	сыр российский		16	15				
	масло сливочное		5	5				
	хлеб пшеничный (батон)		40	40				
397	Какао с молоком	180			3.67	3.19	15.82	107.00
	какао порошок		2	2				
	вода		80	80				
	сахар		10	10				
	молоко		110	110				
	ИТОГО	240			10.35	11.64	35.21	287.00
	ИТОГО за день	1410			32.95	38.73	179.12	1198.00

2-й ДЕНЬ

01.11.2022-31.05.2023

первая неделя

возрастная категория - 3-7 лет

№ рецептур	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
213	Яйца вареные	40	1	40	5.08	4.6	0.28	63
	Икра кабачковая (готовая)	60			0	3.5	3.5	45.5
395	Кофейный напиток смолоком	200			3.17	2.68	15.96	101.10
	кофейный напиток		3.3	3.3				
	вода		120	120				
	сахар		11	11				
	молоко		100	100				
1	Бутерброды с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136
	масло сливочное		10	10				
	хлеб (батон)		30	30				
368	банан	100	167	100	1.5	0.5	21	95
	ИТОГО	440			12.2	18.83	55.36	440.6
ОБЕД								
63	Борщ с фасолью и картофелем	200			2.8	4.08	11.62	94.6
	свекла		40	32				
	картофель		26.6	20				
	фасоль		8	8				
	морковь		12.6	10				
	лук репчатый		9.6	8				
	томатное пюре		6	6				
	масло растительное		4	4				
	сахар		1.2	1.2				
	вода		160	160				
	сметана			5				
292	Макаронник с мясом	165			17.93	11.73	33.34	311.00
	говядина (котлетное мясо)		98	72				
	масло сливочное		4	4				
	макаронны		44	125				
	лук репчатый		17	14				
	масло сливочное		3	3				
	яйца		1/8 шт	5				
	сухари		4	4				
	масло сливочное		5	5				
348	соус томатный	80			0.93	3.36	6.41	59.6
	масло сливочное		3.6	3.6				
	мука пшеничная		3.6	3.6				
	лук репчатый		2.7	1.6				
	морковь		6	4.8				
	томат		12	12				
	масло сливочное		1.2	1.2				
	сахар		0.8	0.8				
	соль		0	0.8				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	25.09	102.70
	фрукты сушёные (смесь)		18	45.4				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.18	0.18				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	665			24.96	19.628	92.82	649.89
ПОЛДНИК								
458/453	Ватрушка с повидлом	70			4.46	2.98	44.12	222.00
	тесто дрожжевое		58	58				
	мука пшеничная вс		37	37				
	сахар		2	2				
	масло сливочное		1.7	1.7				
	соль		0.6	0.6				
	дрожжи		1.1	1.1				
	вода или молоко		21	21				
	мука на подпыл для теста		2	2				
	меланж(яйцо для смазки)		2	2				
	повидло		30	30				
	мука на подпыл для ватрушек		2	2				
	масло растительное для смазки противня (12.5гр)		0.0025	0.0025				
401	Ряженка	180			5.22	4.50	7.56	92.00
	ИТОГО	260			9.68	7.48	51.68	314.00
	ИТОГО за день	1355			46.84	45.938	199.86	1404.49

3-й ДЕНЬ 01.11.2022-31.05.2023

первая неделя		возрастная категория - 3-7лет						энергетическая ценность, Ккал
№ рецепту ры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
237	Запеканка из творога	130			17.54	12.05	17.15	247.00
	творог		93.8	92				
	крупа манная		6	6				
	сахар		8	8				
	яйцо		1/10 шт	4				
	молоко		0.01	0.01				
	масло сливочное		4	4				
	сухари		4	4				
	сметана		4	4				
	масса готовой запеканки		0	100				
	джем			30				
393	Чай с лимоном	200			0.12	0.02	10.2	41
391	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	лимон свежий		8	7				
	вода		155	155				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	430			18.06	12.47	37.15	332
ОБЕД								
81	Суп картофельный с бобовыми	200			4.39	4.21	13.05	107.8
	картофель		53.4	40				
	горох лущеный		16.2	16				
	лук репчатый		9.6	8				
	морковь		12.8	10				
	масло растительное		4	4				
	вода или бульон		140	140				
305	котлеты рубленные из птицы	80			12.92	11.85	13.46	212
	бройлер-цыпленок		127	59				
	хлеб пшеничный		15	15				
	молоко		21	21				
	сухари панировочные		8	8				
	масса полуфабриката		-	100				
	масло сливочное для смазки противня		3	3				
	масса запеченных котлет		-	80		8.3		
	масло сливочное для поливки		5	5				
132	капуста тушеная	150			3.13	5.56	14.38	120
	капуста свежая		206	165				
	масло растительное		6	6				
	томатное пюре		5	5				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		13	11				
	мука пшеничная		3	3				
	сахар		4	4				
383	Кисель из повидла, джема, варенья	180			0.09	0	21.3	85.6
	повидло или джем или варенье		21.8	21.8				
	сахар		7.2	7.2				
	крахмал картофельный		6.3	6.3				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		175	175				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	650			23.43	30.36	78.55	607.39
ПОЛДНИК								
2	Бутерброд с джемом или повидлом	55			2.51	3.93	27.58	156
	джем или повидло		20.2	20				
	масло сливочное		5	5				
	хлеб (батон)		30	30				
397	Какао с молоком	180			3.67	3.19	15.82	107.00
	какао порошок		2	2				
	вода		80	80				
	сахар		10	10				
	молоко		110	110				
	ИТОГО	235			6.18	7.12	43.38	263
	ИТОГО за день	1315			47.67	49.95	159.08	1202.4

4-й ДЕНЬ

01.11.2022-31.05.2023

первая неделя

возрастная категория - 3-7лет

№ рецептур	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
94	Суп молочный с крупой	200			5.80	5.48	18.60	146.80
	крупя пшено		16	16				
	или крупа рис		12	12				
	молоко		140	140				
	вода		60	60				
	сахар		2	2				
	масло сливочное		2	2				
1	Бутерброд с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	масло сливочное		10	10				
	хлеб		30	30				
392	Чай с сахаром	190			0.06	0.02	9.99	40.00
391	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
368	банан	100	167	100	1.5	0.5	21	95
	ИТОГО	530			9.81	13.55	64.21	417.80
ОБЕД								
57	Борщ с капустой и картофелем	200			1.45	3.92	10.19	82.00
	свёкла		40	32				
	капуста свежая		20	16				
	картофель		21	16				
	морковь		13	10				
	лук репчатый		10	8				
	томатное пюре		6	6				
	масло растительное		4	4				
	сахар		2	2				
	вода или бульон		160	160				
	сметана		5	5				
304	Плов из птицы	210			20.30	17.00	35.69	377.00
	бройлер цыплёнок		249	184				
	масса отварной птицы			80				
	масло сливочное		8	8				
	лук-репка		11	9				
	морковь		16	13				
	томатное пюре		7	7				
	крупя рисовая		46	46				
	масса готового риса с овощами			130				
19	Салат из соленых огурцов с луком	60			0.51	3.06	1.56	35.87
	огурцы соленые		67	54				
	лук репчатый		11	9.5				
	масло растительное		3	3				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	690			25.56	24.44	88.77	678.46
ПОЛДНИК								
211	Запеканка из макарон с творогом	155			10.49	10.35	27.92	247.00
	макаронные изделия		30.5	30.5				
	масса отварных макарон		-	87				
	соль		0.6	0.6				
	творог		30.3	30				
	яйцо		1/7 шт	6				
	сахар		6	6				
	молоко		40	40				
	масло растительное для смазки противня		2	2				
	сухари панировочные		3	3				
	масса полуфабриката			172				
	масса готового лапшевника			150				
	масло сливочное для поливки		5	5				
395	Кофейный напиток с молоком	180			2.85	2.41	14.36	91.00
	кофейный напиток		3	3				
	вода		108	108				
	сахар		10	10				
	молоко		90	90				
	ИТОГО	335			13.34	12.76	42.28	338.00
	ИТОГО за день	1555			48.71	60.75	195.26	1434.26

первая неделя

5-й ДЕНЬ
возрастная категория - 3-7лет

01.11.2022-31.05.2023

№ рецепту ры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	Пищевые вещества			энергитическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200			5.75	5.2	18.8	145.2
	молоко		140	140				
	вода		60	60				
	вермишель, фигурные изделия, макароны, лапша		16	16				
	масло сливочное		2	2				
	сахар		1.6	1.6				
392	Чай с сахаром	180			0.06	0.02	9.99	40
391	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
1	Бутерброд с маслом сливочным	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	хлеб пшеничный(батон)		30	30				
	масло сливочное		10	10				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	520			8.66	13.17	53.21	365.2
ОБЕД								
80	Суп картофельный с крупой	200			1.74	2.27	11.43	73.2
	картофель		80	60				
	крупы пшено, рисовая		4	4				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		10	8				
	масло растительное		2	2				
	бульон		150	150				
291	Запеканка картофельная с мясом	165			12.13	9.5	25.7	237
	говядина (котлетное мясо)		72	53				
	картофель		204	153/148				
	лук репчатый		13	11				
	масло сливочное		3	3				
	сухари		3	3				
	масло сливочное		2	2				
	масло сливочное		5	5				
19	Салат из соленых огурцов с луком	60			0.51	3.06	1.56	35.87
	огурцы соленые		67	54				
	лук репчатый		11	9.5				
	масло растительное		3	3				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	645			17.68	15.29	80.02	529.66
ПОЛДНИК								
	пряники(готовые)	80			4.48	4	61.04	289.6
401	ряженка	180			5.22	4.50	7.56	92.00
	ИТОГО	260			9.7	8.5	68.6	381.6
	ИТОГО за день	1425			36.04	36.96	201.83	1276.46

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного

первая неделя

5-й ДЕНЬ 01.11.2022-31.05.2023
возрастная категория - 3-7лет

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	Пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200			5.75	5.2	18.8	145.2
	молоко		140	140				
	вода		60	60				
	вермишель, фигурные изделия, макароны, лапша		16	16				
	масло сливочное		2	2				
	сахар		1.6	1.6				
392	Чай с сахаром	180			0.06	0.02	9.99	40
391	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
1	Бутерброд с маслом сливочным	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	хлеб пшеничный(батон)		30	30				
	масло сливочное		10	10				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	520			8.66	13.17	53.21	365.2
ОБЕД								
80	Суп картофельный с крупой	200			1.74	2.27	11.43	73.2
	картофель		80	60				
	крупа пшено, рисовая		4	4				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		10	8				
	масло растительное		2	2				
	бульон		150	150				
291	Запеканка картофельная с мясом	165			12.13	9.5	25.7	237
	говядина (котлетное мясо)		72	53				
	картофель		204	153/148				
	лук репчатый		13	11				
	масло сливочное		3	3				
	сухари		3	3				
	масло сливочное		2	2				
	масло сливочное		5	5				
348	соус томатный	80			0.93	3.36	6.41	59.6
	масло сливочное		3.6	3.6				
	мука пшеничная		3.6	3.6				
	лук репчатый		2.7	1.6				
	морковь		6	4.8				
	томат		12	12				
	масло сливочное		1.2	1.2				
	сахар		0.8	0.8				
	соль		0	0.8				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	665			18.1	15.59	84.87	553.39
ПОЛДНИК								
	пряники(готовые)	80			4.48	4	61.04	289.6
401	ряженка	180			5.22	4.50	7.56	92.00
	ИТОГО	260			9.7	8.5	68.6	381.6
	ИТОГО за день	1445			36.46	37.26	206.68	1300.19

6 день

01.11.2022-31.05.2023

вторая неделя

возрастная категория - 3-7лет

№ рецептур	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
207	макаронь, запеченные с сыром	205			9.56	8.58	39.24	272
204	макаронные изделия №204		76	76				
204	масса отварных макарон №204		216	216				
	сыр		6	6				
	масло сливочное		3	3				
	масло сливочное		5	5				
393	Чай с лимоном	200			0.13	0.02	11.33	45.55
	чай-заврка № 391		33.33	33.33				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		11.11	11.11				
	лимон свежий		8	7				
	вода		168	168				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	505			10.09	9	60.37	361.55
ОБЕД								
76	Рассольник ленинградский	200			1.68	4.09	13.27	96.6
	картофель		80	60				
	крупа перловая		4	4				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		4.5	4				
	огурцы соленые		13.4	12				
	масло растительное		4	4				
	вода		150	150				
282	Котлеты	70			9.8	7.7	10.18	151.38
	говядина (котлетное мясо)		70	51.6				
	хлеб пшеничный		12.3	12.3				
	лук репчатый		7	5				
	чеснок		0.7	0.5				
	молоко или вода		16.6	16.6				
	сухари		7	7				
	масло сливочное для смазки противня		4.3	4.3				
	масло сливочное на поливку		4.3	4.3				
314	Каша вязкая гречневая	134			4.04	4.2	18.1	126.22
	крупа гречневая		32.5	32.5				
	масло сливочное		4.5	4.5				
54	Икра свекольная	60			1.41	2.75	7.39	59.54
	свекла		61.1	47.9				
	лук репчатый		11.7	9.8				
	томатное пюре		16.5	16.5				
	масло растительное		3	3				
	сахар		0.7	0.7				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	684			20.23	19.2	90.27	617.33
ПОЛДНИК								
395	Кофейный напиток смолоком	180			2.85	2.41	14.36	91.00
	кофейный напиток		3	3				
	вода		108	108				
	сахар		10	10				
	молоко		90	90				
	Сдоба обыкновенная (готовая)	80			6.21	3.78	41.84	225.6
	ИТОГО	260			9.06	6.19	56.2	316.6
	ИТОГО за день	1449			39.38	34.39	206.84	1295.48

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред.

М.П.Могильный

7-й ДЕНЬ

01.11.2022-31.05.2023

вторая неделя

возрастная категория - 3-7 лет

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
94	Суп молочный с крупой	200			4.82	5.08	16.83	132.4
	крупя рисовая		12	12	4.82	5.08	16.83	132.34
	или крупя пшено		16	16	5.79	5.48	18.57	147
	молоко		140	140				
	вода		60	60				
	сахар		2	2				
	масло сливочное		2	2				
1	Бутерброды с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	масло сливочное		10	10				
	хлеб (батон)		30	30				
391	Чай с сахаром	190			0.06	0.02	9.99	40
392	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
368	банан	100	167	100	1.5	0.5	21	95
	ИТОГО	530			8.83	13.15	62.44	403.40
ОБЕД								
57	Борщ с капустой и картофелем	200			1.45	3.92	10.19	82.00
	свёкла		40	32				
	капуста свежая		20	16				
	картофель		21	16				
	морковь		13	10				
	лук репчатый		10	8				
	томатное пюре		6	6				
	масло растительное		4	4				
	сахар		2	2				
	вода или бульон		160	160				
	сметана		5	5				
247	рыба, тушеная с овощами	80			7.00	5.60	1.80	85.90
	минтай		98.4	49.6				
	вода		17	17				
	морковь		28	22				
	лук репчатый		11	9				
	томатное пюре		2	2				
	масло растительное		4	4				
	масса тушеной рыбы			40				
	масса тушеной рыбы с овощами			80				
	гарнир № 321			150				
	выход с гарниром		0	230				
321	Пюре картофельное	150			3.07	4.81	20.46	137.38
	картофель		173	130				
	молоко		24	23				
	масло сливочное		5.3	5.3				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	550			10.43	9.98	53.32	488.87
ПОЛДНИК								
444	блины на кефире или ряженке с джемом	140			9.07	25.33	38.49	418
	масса теста			137				
	мука пшеничная		43	43				
	сметана		33	33				
	ряженка или кефир		25	25				
	яйца		3/5 шт	24				
	масло сливочное		6.7	6.7				
	сахар		1.3	1.3				
	соль		1.3	1.3				
	натрий двууглекислый		1.3	1.3				
	масло растительное для жарки		3.3	3.3				
	масса готовых блинов			120				
	джем, варенье		20	20				
401	ряженка	180			5.22	4.50	7.56	92.00
	ИТОГО	320			5.22	4.5	7.56	510
	ИТОГО за день	1500			24.48	27.63	123.32	1402.27

вторая неделя

возрастная категория - 3-7 лет

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
215	Омлет натуральный	85			7.5	14.5	1.4	166.1
	яйца		1.5 шт	64				
	молоко		23	23				
	масса омлетной смеси			79				
	масло сливочное		4	4				
	масса готового омлета			80				
	масло сливочное		5	5				
	Икра кабачковая (готовая)	60			0	4.2	4.2	54.6
391	Чай с сахаром	200			0.13	0.02	11.33	45.55
392	чай-заврка № 391		33.33	33.33				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		11.11	11.11				
	вода		168	168				
1	Бутерброд с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	хлеб пшеничный(батон)		30	30				
	масло сливочное		10	10				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	485			10.48	26.67	41.35	446.25
ОБЕД								
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200			2.15	2.27	13.71	83.8
	картофель		80	75				
	макароны, лапша, вермшель		8	8				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		9.6	8				
	масло растительное		2	2				
	вода или бульон		140	140				
308	фрикадельки из птицы	80			12.1	9.3	7.7	163
	бройлер-цыпленок		127	59				
	хлеб пшеничный		15	15				
	молоко или вода		18	18				
	масса полуфабриката		-	92				
	масса готовых фрикаделек		-	80				
	масло сливочное		-	5				
132	Капуста тушеная	150			3.13	5.56	14.38	120
	капуста свежая		206	165				
	масло растительное		6	6				
	томатное пюре		5	5				
	морковь		10	8				
	лук репчатый		13	11				
	мука пшеничная		3	3				
	сахар		4	4				
383	Кисель из повидла, джема, варенья	180			0.09	0	21.3	85.6
	повидло или джем или варенье		21.8	21.8				
	сахар		7.2	7.2				
	крахмал картофельный		6.3	6.3				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		175	175				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	650			20.37	17.57	73.45	534.39
ПОЛДНИК								
229	Вареники ленивые	205			29.2	20.7	30.5	430
230	творог		167	164				
	мука пшеничная		23	23				
	сахар		12	12				
	яйца		1/3шт	12				
	соль		0.5	0.5				
	масло сливочное		5	5				
	масса отварных вареников			200				
395	Кофейный напиток смолоком	180			2.85	2.41	14.36	91.00
	кофейный напиток		3	3				
	вода		108	108				
	сахар		10	10				
	молоко		90	90				
	ИТОГО	385			32.05	23.11	44.86	521.00
	ИТОГО за день	1520			62.9	67.35	159.66	1501.64

вторая неделя

возрастная категория - 3-7лет

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
92	суп молочный манный	200			5.49	5.1	16.10	131.8
	крупа манная		12	12				
	молоко		150	150				
	вода		60	60				
	сахар		0.8	0.8				
	соль		1.5	1.5				
	масло сливочное		1.6	1.6				
1	Бутерброд с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136
	хлеб пшеничный		30	30				
	масло сливочное		10	10				
391	Чай с сахаром	190			0.06	0.02	9.99	40
392	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
368	банан	100	167	100	1.5	0.5	21	95
	ИТОГО	530			9.5	13.12	61.71	403
ОБЕД								
57	Борщ с капустой и картофелем	200			1.45	3.92	10.19	82.00
	свёкла		40	32				
	капуста свежая		20	16				
	картофель		21	16				
	морковь		13	10				
	лук репчатый		10	8				
	томатное пюре		6	6				
	масло растительное		4	4				
	сахар		2	2				
	вода или бульон		160	160				
	сметана		5	5				
302	Птица, тушенная в соусе с овощами	230			7	5.6	1.8	195
	бройлер-цыпленок		124	92				
	масса отварной птицы		0	40				
	картофель		129	97				
	морковь		50	40				
	лук репчатый		28	23				
	горошек зеленый консервированный		10	6				
	масса овощей и соуса			190				
	мало растительное для смазки противня		3	3				
354	соус 354		0	40				
	сметана		10	10				
	мука пшеничная		3	3				
	вода или отвар		30	30				
	соль		0.32	60				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	650			11.75	9.98	43.13	460.59
ПОЛДНИК								
	Сдоба обыкновенная (готовая)	80			6.21	3.78	41.84	225.6
395	Кофейный напиток смолоком	180			2.85	2.41	14.36	91.00
	кофейный напиток		3	3				
	вода		108	108				
	сахар		10	10				
	молоко		90	90				
	ИТОГО	260			2.85	2.41	14.36	316.6
	ИТОГО за день	1440			24.1	25.51	119.2	1179.99

вторая неделя

10-й ДЕНЬ
возрастная категория - 3-7 лет

01.11.2022-31.05.2023

№ рецептуры	Наименование блюд и продуктов	выход	брутто	нетто	пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
ЗАВТРАК								
94	Суп молочный с крупой гречневой	200			5.97	5.48	17.08	141.60
	молоко		140	140				
	вода		60	60				
	крупка гречневая		16	16				
	сахар		2	2				
	масло сливочное		2	2				
391	Чай с сахаром	190			0.06	0.02	9.99	40
392	чай-заврка № 391		30	30				
	чай		0.28	0.28				
	сахар		10	10				
	вода		150	150				
1	Бутерброд с маслом	40			2.45	7.55	14.62	136.00
	хлеб пшеничный		30	30				
	масло сливочное		10	10				
368	яблоко	100	114	100	0.4	0.4	9.8	44
	ИТОГО	530			8.88	13.45	51.49	361.6
ОБЕД								
88	Суп картофельный с пельменями	200			3.35	2.9	12.8	90.3
293	пельмени готовые			20				
	картофель		84	63				
	морковь		9	7				
	лук репчатый		9	7				
	масло растительное		2	2				
	вода		136	136				
300	птица отварная	80			16.88	10.88	0	165
	бройлер-цыпленок		249	184				
	лук репчатый		3	2.5				
	морковь		3	2.5				
	масса отварной птицы			80				
168	каша вязкая пшеничная	150			4.08	4.08	25.05	153.00
	крупка пшеничная		33	33				
	масло сливочное		5	5				
376	Компот из сушёных фруктов	180			0.40	0.02	24.97	101.60
	фрукты сушёные (смесь)		18	45				
	сахар-песок		14.5	14.5				
	кислота лимонная		0.2	0.2				
	вода		185	185				
	хлеб пшеничный	20			1.58	0.20	9.66	47.33
	хлеб ржаной	20			1.32	0.24	6.7	34.66
	ИТОГО	650			27.61	18.32	79.18	591.89
ПОЛДНИК								
	печенье	40			3	4.72	50.4	166.84
401	ряженка	180			5.22	4.50	7.56	92.00
	ИТОГО	220			8.22	9.22	57.96	258.84
	ИТОГО за день	1400			44.71	40.99	188.63	1212.33

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильный

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575811

Владелец Охременко Галина Викторовна

Действителен с 05.06.2022 по 05.06.2023