

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
№ 10» с. Коровий Ручей**

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	150/ 200	4,63 6,2	6,51 8,00	18,65 24,00	153,06 202,40	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.181, тех-ая карта № 93
	Чай с лимоном	150/ 200	0,05 0,07	0,008 0,01	11,48 15,31	46,22/ 61,62	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.426, тех-ая карта № 260
	Печенье промышленного произ-ва Юбилейное торжество.	40/ 50	8,21/ 10,25	4,60/ 5,75	26,49/ 33,00	190,47/ 235,0	
	Яицо отварное	20/ 20	2,54	4,6	0,28	31,5	
Итого за завтрак		360/ 470	12,89 16,52	11,11 7 13,76	57,14 72,31	421,25 530,52	
2 завтрак	Сок фруктовый	100/ 100	----- -----	----- -----	10/10	40,00 40,00	
Итого за 2 завтрак		100/ 100	----- -----	----- -----	10/10	40,00 40,00	
обед	Салат из свеклы с чесноком	30/ 50	0,42 0,7	2,52 5,04	2,76 4,61	33,32 66,64	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.103, тех-ая карта № 22
	Щи из свежей капусты с картофелем	150/ 200	1,25/ 1,67	3,79/ 5,06	6,38/ 8,51	64,69/ 86,26	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.139, тех-ая карта № 56
	Мясной рулет с	50/ 50	7,87/ 7,87	5,31/ 5,31	3,19/ 3,19	92,15/ 92,15	Сборник технологических

	яйцом	70	11,0 2	7,40	4,46	129,63	нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.310, тех-ая карта № 170
	Картофельное пюре	110/ 130	2,33 2,75	4,44 5,2	17,08 20,18	118,27 139,78	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.366, тех-ая карта № 206
	Компот из смеси сухофруктов	150/ 200	0,5 0,66	----- ----- -----	20,1 26,8	78,00 104,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.405, тех-ая карта № 241
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	34/ 43	2,72 3,44	0,51 0,64	13,65 17,27	70,73 89,58	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова ,Д.А»
Итого за обед		524/ 693	15,09 20,4 2	16,57 23,3 4	63,16 81,83	457,26 615,8 9	
уплотненный полдник	Сырники из творога запеченные	100/ 150	19,11 28,6 7	4,98 7,48	26,39 39,59	226,90 340,36	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.230, тех-ая карта № 130
	Соус сметанный сладкий	50/ 50	0,84	5,92	1,68	63,36	ник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.388, тСборех-ая карта № 226
	Хлеб пшеничный	28/ 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологиче ская карта поставщика И.П. «Охотников а .Д.А»
	Молоко кипяченное	150/ 200	4,19/ 5,59	4,79/ 6,38	7,03/ 9,38	87,98/ 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Яблоки свежие	100/ 100	0,4	0,4	9,8	47,17	
Итого за полдник		428/ 535	27,02 38,6 0	17,01 21,3 4	57,98 76,80	501,08 662,7 9	

Итого за 1 день:		1422 1798	57,54 75,54	49,30 63,0 4	188,56 241,22	1419,59 1849, 20	
День 2							
завтрак	Каша манная молочная вязкая	150/ 200	4,54 6,05	5,89 7,85	22,76 30,34	163,04 217,39	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.178, тех-ая карта № 90
	Кофейный напиток с молоком	150/ 200	2,09/ 2,79	2,39/ 3,19	14,78/ 19,71	89,01/ 118,69	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.419, тех-ая карта № 253
	Хлеб с маслом и сыр	50/ 60	5,49 6,96	7,46 8,08	16,66 19,39	156,25 178	
итого за завтрак		350 /460	12,12 15,8 0	15,74 18,5 0	54,20 69,44	408,30 514,0 8	
2 завтрак	Сок	100/ 100	----- -----	----- -----	10/10	40/40	Промышленного производства
Итого за 2 завтрак		100 100	----- -----	----- -----	10/ 10	40/ 40	
обед	Салат из свежей капусты и моркови	30/ 50	0,49/ 0,82	3,02/ 5,04	3,18/ 5,31	40,48 67,47	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.85, тех-ая карта № 4
	Суп свекольник	150/ 200	1,16/ 1,54	3,80/ 5,07	6,03/ 8,04	62,50/ 83,33	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.117, тех-ая карта № 4
	Тефтеля мясная	50/ 70	8,6/ 12,0	9,73/ 13,6 3	5,82/ 8,16	145,22 203,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.317, тех-ая карта № 173
	Тушеная капуста	110/ 130	2,88 3,4	3,55 4,2	14,80 17,49	96,49 114,03	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.360, тех-ая карта № 200
	Компот	150/ 130	0,1/ -----	-----	12,5/ -----	14/ -----	Сборник

	яблочный	200	0,13	-----	16,6	18,6	технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.404, тех-ая карта № 240
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	34/ 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова
итого за обед		524/ 693	15,95 21,3 3	20,61 28,5 8	55,98 72,87	429,52 576,3 2	
Уплотненный полдник	Молоко кипяченое	150 /200	4,19/ 5,59	4,78/ 6,38	7,03/ 9,38	87,98/ 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Картофельное пюре	110 /130	2,33 2,75	4,44 5,2	17,08 20,18	118,27 139,78	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.105, тех-ая карта № 24
	Огурец соленый	50/ 50	0,21	-----	3,7	15,75	
	Хлеб пшеничный	28/ 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова .Д.А »
	Груши свежие	81/ 85	0,32/ 0,34	0,24/ 0,26	8,34/ 8,76	37,26/ 39,10	
итого за полдник		419/ 500	9,53 11,9 9	10,39 13,0 0	49,23 58,37	334,93 406,5 3	
Итого за 2 день:		1393 1753	37,60 49,1 2	46,74 60,0 8	169,41 210,68	1212,75 1536, 93	
День 3							
Завтрак	Каша кукурузная с маслом	150 200	5,44 7,28	5,90 7,87	25,82 34,42	178,57 237,97	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.179, тех-ая карта № 91
	Чай с молоком	150 200	2,09/ 2,79	1,91/ 2,55	9,95/ 13,27	65,50/ 87,25	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий

Итого за завтрак							для ДОУ стр.428, тех-ая карта № 262
	Хлеб с маслом, с сыром	45/60	4,92/ 6,96	6,64/ 8,08	14,56/ 19,39	137/ 178	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.105, тех-ая карта № 24
	Печенье	20/20	4,105	2,30	13,245	95,235	
		365 480	16,56 21,1 35	16,75 20,8	63,575 80,325	476,305 598,4 55	
2 завтрак	Сок фруктовый	100 100	----- -----	----- -----	10/ 10	40,00 40,00	Промышленного производства
Итого за 2 завтрак		100 100	----- -----	----- -----	10/ 10	40/ 40	
Обед	Салат из свежих огурцов	30	0,21	3,02	0,9	31,08	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.96, тех-ая карта № 15
		50	0,36	5,04	1,5	51,80	
	Суп молочный	150	4,18	4,59	14,79	117,06	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.126, тех-ая карта № 43
		200	5,58	6,12	19,73	156,08	
	Гуляш из говядины	50	9,28	10,36	2,89	141,9	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.274, тех-ая карта № 152
		70	13,0 1	14,5 2	4,04	170,73	
	Каша гречневая рассыпчатая	110 130	6,4 7,56	3,98 4,70	33,03 39,04	196,43 232,14	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.345, тех-ая карта № 186
Компот из смеси сухофруктов	150 200	0,5/ 0,66	----- -----	20,1 26,8	78 104	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.405, тех-ая карта № 241	
Хлеб ржаной Дарницкий	34	2,72	0,51	13,65	70,83	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова ,Д.А»	
	43	3,44	0,64	17,27	89,58		
Итого за обед		524 693	23,29 30,6 1	22,46 31,0 2	85,36 108,38	604,22 804,3 3	
Уплотненный полдник	Оладьи запеченные с	115 150	6,2/ 150	5,75/ 150	54,26/ 150	293,75/ 150	Сборник технологических нормативов,

	повидлом		9,35	8,63	81,31	440,63	рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.468, тех-ая карта № 286
	Кисломолочный кефирный напиток	150 200	4,35 5,8	3,75 5,00	6,00 8,00	75,00 100,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.397, тех-ая карта № 233
	Салат витаминный	30 50	0,34 0,57	3,04 5,07	3,46 5,77	42,58 70,97	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.83, тех-ая карта № 2
	Хлеб пшеничный	28/ 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова .Д.А »
	Фрукты мандарины	85 90	0,6 0,7	0,15 0,21	16,18 17,02	68,00 72,00	
Итого за полдник		408 525	13,97 19,5 2	13,62 20,0 7	92,98 128,45	555 778,1 9	
Итого за 3 день		1397 1798	54,52 71,2 65	52,83 71,8 9	251,915 327,15	1675,53 2220, 93	
4 день							
Завтрак	Каша «Дружба»	150 200	4,79 6,39	6,09 8,13	25,86 34,48	176,50 235,29	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.172, тех-ая карта № 84
	Чай с молоком	150 200	2,09/ 2,79	1,91/ 2,55	9,95/ 13,27	65,50/ 87,25	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.428, тех-ая карта № 262
	Хлеб с маслом и сыром	35 42	4,03/ 4,88	8,66/ 10,4 0	9,38/ 11,26	134,62/ 161,54	Технологическая карта №1
	Конфета	20 20	0,60	4,00	13,42	95,24	Промышленного производства.
Итого за завтрак		355 462	11,51 14,6 6	20,66 25,0 8	58,61 72,43	471,86 579,32	

2 завтрак	Сок фруктовый	100 100	----- -----	----- -----	10 10	40 40	Промышленного производства
Итого за 2 завтрак		100 100	----- -----	----- -----	10 10	40 40	
Обед	Огурец соленый	30 50	0,12 0,21	----- -----	2,22 3,7	9,46 15,75	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.99, тех-ая карта № 18
	Суп картофельный с рыбой	150 200	7,93/ 10,5 7	2,46/ 3,29	4,02/ 5,36	69,77/ 92,99	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.124, тех-ая карта № 41
	Котлеты рыбные Любительские	50 70	6,22/ 8,71	1,85/ 2,59	3,18/ 4,45	54,35/ 76,9	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.239, тех-ая карта № 135
	Картофельное пюре	110 130	2,33 2,75	4,44 5,2	17,08 20,18	118,27 139,78	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.366, тех-ая карта № 206
	Компот яблочный	150 200	0,1/ 0,13	----- ----- -----	12,5/ 16,6	14/ 18,6	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.404, тех-ая карта № 240
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	34 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова.
Итого за обед		524 693	19,42 25,8 1	9,26 11,7 2	52,65 67,56	336,68 433,6 0	
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	130 150	2,36/ 2,72	9,43/ 10,8 7	14,32/ 16,52	151,16 174,41	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.163, тех-ая карта № 77
	Зеленый горошек	30 30	0,90	0,98	2,09	23,44	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.356, тех-ая карта № 196
	Молоко кипяченое	150 200	4,19/ 5,59	4,78/ 6,38	7,03/ 9,38	87,98/ 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий

							для ДОУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Хлеб пшеничный	28 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова.
	Фрукт мандарины	85 85	0,6	0,15	16,18	68,00	
Итого за полдник		423 500	10,53/ 12,9 1	16,27/ 19,5 4	52,70/ 60,52	406,25/ 477,7 5	
Итого за 4 день		1402 1755	41,46 53,3 9	46,19 56,3 4	173,96 210,51	1254,79 1530, 67	
5 день							
Завтрак	Каша рисовая	150 200	3,75 4,99	4,84 6,46	23,88 31,85	154,64 206,18	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.186, тех-ая карта № 98
	Какао с молоком	150 200	3,63/ 4,85	3,78/ 5,04	24,55/ 32,73	146,78/ 195,71	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.415, тех-ая карта № 249
	Хлеб с повидлом	45 60	2,45/ 3,26	3,93/ 4,03	21,06/ 29,14	129/ 166	
	Яицо отварное	20 20	2,54	4,6	0,28	31,5	
Итого за завтрак		365 480	12,37 15,6 4	17,15 20,1 3	69,77 94,00	461,92 599,3 9	
2 завтрак	Сок	85 100	-----	-----	5,1/6	20,38/ 24,00	
Итого за 2 завтрак		100 100	-----	-----	10 10	40 40	
Обед	Салат из свежих огурцов	30 50	0,21/ 0,36	3,02/ 5,04	0,9/ 1,5	31,08/ 51,08	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.96, тех-ая карта № 15
	Суп куриный с клетчками	150 200	2,25/ 3,00	1,97/ 2,63	10,1/ 13,47	67,16/ 89,55	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.120, тех-ая карта № 37
	Суфле из кур	50 70	17,16/ 24,0	19,86/ 27,8	1,16/ 1,62	251,96/ 352,75	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и

			2	1			кул-ых изделий для ДОУ стр.339, тех-ая карта № 183
	Капуста тушеная	110 130	2,88 3,4	3,55 4,2	14,8 17,49	96,49 114,03	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.360, тех-ая карта № 200
	Компот из смеси сухофруктов	150/ 200	0,5/ 0,66	-----	20,1/ 26,8	78,00/ 104,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.405, тех-ая карта № 241
	Хлеб ржаной Дарницкий	34/ 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
Итого за обед		524 693	25,72 34,8 8	28,91 40,3 2	60,71 78,15	595,52 800,9 9	
Уплотненный полдник	Молоко кипяченое	150 200	4,19/ 5,59	4,78/ 6,38	7,03/ 9,38	87,98/ 117,3 1	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Запеканка из творога	100 150	19,48/ 29,2 2	8,07/ 12,1 1	19,4/ 29,1	228,15/ 342,23	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.217, тех-ая карта № 117
	Молочный соус	50/ 50	1,27	2,67	8,16	61,75	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.386, тех-ая карта № 224
	Хлеб пшеничный	28/ 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Яблоки свежие	70/ 80	0,28/ 0,32	0,28/ 0,32	6,86/ 7,84	33,01/ 37,74	
Итого за полдник		398 515	27,7/ 39,5	16,73/ 22,6 4	54,53/ 70,83	486,56/ 653,6 2	
Итого за 5 день		1387 1788	65,79 90,0 2	62,79 83,0 9	195,01 252,98	1584 2094	
2 неделя 6 день							
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150/ 200	3,3 4,39	4,06 4,2	21,24 28,3	136 169	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий

							для ДОУ стр.187, тех-ая карта №9
	Чай с молоком	150/ 200	2.09/ 2.79	1.91/ 2.55	9.95/ 13.27	65.50/ 87.25	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.428, тех-ая карта № 262
	Хлеб с маслом и с сыром	45/ 60	4.92/ 6.96	6.64/ 8.08	14.56/ 19.39	137.00/ 178.00	
	Конфета	20/ 20	0.60	4	13.42	95.24	Сборник технологических нормативов рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образ
Итого за завтрак		365/ 480	10,91 14,1 4	18,05 18,8 3	59,17 74,38	433,74 529,4 9	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30/ 50	0.42/ 0.70	2.52/ 5.04	2.76/ 4.61	33.32/ 66.64	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.103, тех-ая карта № 22
	Суп крестьянский с крупой	150/ 200	1.38/ 1.85	4.64/ 6.19	9.25/ 12.34	84.35/ 112.47	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.125, тех-ая карта № 42
	Жаркое по домашнему	180 200	20,06 22,2 9	32,43 36,0 0	23,37 25,97	473,68 526,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.276, тех-ая карта № 153
	Компот из свежих яблок	150/ 200	0.1/ 0.13	----- -----	12,5 16,6	14,00 18,6	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.404, тех-ая карта № 240
	Хлеб ржаной	34/ 43	2.72/ 3.44	0.51/ 0.64	13.65/ 17.27	70.83/ 89.58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
Итого за обед		544/ 693	21,96 28,4 1	40,1 47,8 7	61,53 76,79	676,18 813,6 0	
Уплотненный полдник	Молоко кипяченое	150/ 200	4,19/ 5.59	4.78/ 6.38	7.03/ 9.38	87.98/ 117.31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Омлет с зеленым горошком	130/ 150	8,88/ 10,2 4	10,83/ 12,5 0	4,33/ 5,00	151,16/ 173,46	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250,

							тех-ая карта №141
	Салат из свежих огурцов	30/ 50	0,21/ 0,36	3,02/ 5,04	0,9/ 1,5	31,08/ 51,80	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.96, тех-ая карта №15
	Хлеб пшеничный	28/ 35	2.48/ 3.10	0,93 1,16	13,08 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Фрукт груши свежие	81/ 85	0.32/ 0.34	0.24/ 0.26	8.34/ 8.76	37.26/ 39.10	
Итого за полдник		419/ 520	16.08/ 19.6 3	19,8 25,3 4	33,68 40,99	383.15/ 476,2 6	
Итого за день		1428 1793	48,95 62,1 8	77,95 92,0 4	164,38 202,16	1532,97 1859, 35	
7 день							
Завтрак	Каша гречневая вязкая на молоке	150/ 200	5,81 7,75	6,00 8,00	25,68 34,25	180,72 240,96	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.174, тех-ая карта №86
	Кофейный напиток	150/ 200	2,09/ 2,79	2,39/ 3,19	14,78/ 19,71	89,01/ 118,69	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.419, тех-ая карта № 253
	Хлеб с маслом и сыром	35/ 42	4,03/ 4,88	8,66/ 10,4 0	9,38/ 11,26	134,62/ 161,54	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ
	Печенье	20/ 20	4,1	2,3	13,24	95,24	
Итого за завтрак		355/ 462	16,03 19,5 2	19,35 23,8 9	63,08 78,46	499,59 616,4 3	
2 завтрак	Сок	100 100	-----	-----	10 10	40 40	От производителя
Итого за 2 завтрак		100 100	-----	-----	10 10	40,00 40,00	
Обед	Салат свежей капусты и моркови	30 50	0,49/ 0,82	3,02/ 5,04	3,18/ 5,31	40,48/ 67,47	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.85,

							тех-ая карта № 4
	Суп рассольник Ленинградский	150 200	3,01/ 4,02	6,78/ 9,04	19,42/ 25,90	89,76/ 119,68	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.116, тех-ая карта № 33
	Печень говяжья по-строгановски	60 80	13,33 17,0 2	16,53 22,0 4	2,68 3,42	214,28 275,86	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.294/295, тех-ая карта № 162/162
	Макаронные изделия отварные	110/ 130	4,04 4,48	3,87 4,58	25,88 30,59	154,92 183,09	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.353, тех-ая карта № 194
	Сок фруктовый	150/ 200	-----	-----	15 20	60 80	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.397, тех-ая карта № 233
	Хлеб ржаной Дарницкий	34/ 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
Итого за обед		534/ 703	23,59 29,7 8	30,71 41,3 4	79,81 102,49	630,27 815,6 8	
Уплотненный полдник	Молоко кипяченое	150/ 200	4,19/ 5,59	4,78/ 6,38	7,03/ 9,38	87,98/ 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.421, тех-ая карта № 255
	Рыба, запеченная с картофелем по русски	150/ 190	11,93/ 15,1 1	5,12/ 6,49	16,63/ 21,06	160,33/ 203,09	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250, тех-ая карта №141
	Хлеб пшеничный	28 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Фрукт яблоки свежие	72/ 80	0,28/ 0,32	0,28/ 0,32	6,86/ 7,84	33,01/ 37,74	
Итого за полдник		400 505	18,88/ 24,1 2	11,11/ 14,3 5	43,60/ 54,63	356,99/ 452,73	
Итого за 7 день		1389 1750	58,90 73,8 2	61,57 79,9 8	196,29 245,38	1534,02 1932, 01	

8 день							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	130 150	8,88 10,24	10,83 12,50	4,33 5,00	151,16 173,46	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250, тех-ая карта №141
	Чай с лимоном	150 200	0,05 0,07	0,008 0,01	11,48 15,31	46,22 61,62	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.426, тех-ая карта №260
	Хлеб с маслом	40 40	2,45	7,55	14,62	136,00	
	Печенье	30 10	6,16 2,05	3,4 1,15	20 6,67	142,86 47,62	
Итого за завтрак		350 400	17,54 14,81	21,79 21,21	50,43 41,60	476,24 418,70	
2 завтрак	Сок фруктовый	100 100	-----	-----	10 10	40 40	Промышленного производства
Итого за 2 завтрак		100 100	-----	-----	10 10	40 40	
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом	30/ 50	0,38/ 0,63	3,02/ 5,04	2,32/ 3,88	38,04/ 63,40	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.102, тех-ая карта №21
	Суп картофельный с бобовыми	150/ 200	1,40/ 1,87	2,33/ 3,11	8,16/ 10,89	59,27/ 79,03	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.119, тех-ая карта №36
	Овощное рагу	110/ 130	1,99 2,36	7,9 9,43	12,11 14,32	129,41 151,16	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.163, тех-ая карта №77
	Котлета мясная	50 70	5,34 7,48	5,8 8,2	2,87 4,01	89,28 125,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.293, тех-ая карта №161
	Компот из смеси сухофруктов	150/ 200	0,5/ 0,66	-----	20,1/ 26,80	78,00/ 104,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.405, тех-ая карта №241
	Хлеб ржаной	34/ 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова

Итого за обед		524 693	12,35 16,4 4	19,56 26,4 2	59,21 77,17	464,83 612,1 7	
Уплотненный полдник	Винегрет	40 60	0,5 0,75	4,05 6,08	3,33 4,99	51,95 77,92	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.484, тех-ая карта №296
	Шаньга с картофелем	100/ 100	11,90	7,27	65,79	384,62	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250, тех-ая карта №141
	Кисель	150/ 200	1,02/ 1,36	----- -----	21,77/ 29,02	87,21/ 116,19	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.397, тех-ая карта №233
	Хлеб пшеничный	28 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Яблоки свежие	70 80	0,28 0,32	0,28 0,32	6,86 7,84	33,01 37,74	
Итого за полдник		388 475	16,18 17,4 3	12,53 14,8 3	110,83 123,99	632,46 711,0 6	
Итого за 8 день		1362 1668	46,07 48,6 8	53,88 62,4 6	230,47 252,76	1613,53 1781, 93	
9 день							
Завтрак	Каша Пшенная	150/ 200	4,42 5,89	5,32 7,09	25,13 33,50	166,67 222,22	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.186, тех-ая карта №98
	Кофейный напиток	150/ 200	2,09 2,79	2,39 3,19	14,78 19,71	89,01 118,69	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.426, тех-ая карта №260
	Хлеб с маслом и сыром	50 /60	5,47/ 6,96	7,4/ 8,08	16,18/ 19,39	156,25/ 178,00	
Итого за завтрак		350 460	11,98 15,6 4	15,11 18,3 6	56,09 72,60	411,93 518,9 1	
2 завтрак	Сок	100/ -----	-----	-----	10/ -----	40/ -----	

		100			10	40	
Итого за завтрак	2	100/100	-----	-----	10	40	Промышленного производства
Обед	Салат из свежих огурцов	30/ 50	0,21/ 0,36	3,02/ 5,04	0,9/ 1,5	31,08/ 51,80	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.96, тех-ая карта №15
	Суп Борщ из свежей капусты	150/ 200	1,14/ 1,52	3,99/ 5,33	6,48/ 8,65	66,66/ 88,89	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.110, тех-ая карта №27
	Капуста тушенная	110/ 130	2,88 3,4	3,55 4,20	14,80 17,49	96,49 114,03	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.360, тех-ая карта №200
	Гуляш из говядины	50/ 70	9,28/ 13,0 1	10,36/ 14,5 8	2,89/ 4,04	141,9/ 200,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.274, тех-ая карта №152
	Компот из смеси сухофруктов	150/ 200	0,5/ 0,66	----- -----	20,10/ 26,80	78,00/ 104,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.405, тех-ая карта №241
	Хлеб ржаной Дарницкий	34/ 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
Итого за обед		524 /693	16,73 22,3 9	21,43 29,7 9	58,82 75,75	484,96 648,3 0	
Уплотненный полдник	Соус молочный	50/ 50	1,27	2,67	8,16	61,75	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.386, тех-ая карта №224
	Запеканка из творога	100 150	19,48/ 29,2 2	8,07/ 12,1 1	19,4/ 29,1	228,15/ 342,23	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.217, тех-ая карта №117
	Молоко кипяченое	150 200	4,19 5,59	4,79 6,38	7,03 9,38	87,98 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.421, тех-ая карта №255
	Хлеб пшеничный	28 35	2,48/ 3,10	0,93/ 1,16	13,08/ 16,35	75,67/ 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Фрукты бананы	100	0,50	1,50	21,00	96,00	

		100					
Итого за полдник		428 535	27,92/ 39,6 8	17,96/ 23,8 2	68,67/ 83,99	549,55/ 711,8 8	
Итого за день		1402 1788	56,63 77,7 1	54,50 71,9 7	193,58 242,34	1486,44 1919, 09	
10 день							
Завтрак	Каша пшеничная	150 200	5,44 7,28	5,9 7,87	25,82 34,42	178,57 237,97	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.180, тех-ая карта №92
	Чай с лимоном	150/ 200	0,05/ 0,07	0,008/ 0,01	11,48/ 15,31	46,22/ 61,62	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.426, тех-ая карта №260
	Хлеб с повидлом	50 60	2,45/ 3,26	3,93/ 4,03	21,06/ 29,14	129,00/ 166,00	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ №1
Итого за завтрак		350/ 460	7,94 10,6 1	9,838 11,9 1	58,36 78,87	353,79 465,5 9	
2 завтрак	Сок	100 100	-----	-----	10 10	40,00 40,00	Промышленного производства
Итого за 2 завтрак		100 /100	-----	-----	10 /10	40,00/ 40,00	
Обед	Томаты собственном соку	30/ 50	0,15 0,25	0,09 0,15	2,25 3,75	10,34 17,24	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.92, тех-ая карта №11
	Суп щи свежей капусты картофелем	150/ 200	1,25/ 1,67	3,79/ 5,06	6,38/ 8,51	64,69/ 86,26	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250, тех-ая карта №141
	Картофельная запеканка мясом	180 200	21,82 24,5 5	21,18 23,8 4	15,73 17,68	342,52 391,30	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.284, тех-ая карта №157
	Компот яблочный	150 200	0,1/ 0,13	-----	12,5/ 14/	14/ 14/	Сборник технологических нормативов,

					16,6	18,6	рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.404, тех-ая карта №240
	Хлеб ржаной Дарницкий	34 43	2,72/ 3,44	0,51/ 0,64	13,65/ 17,27	70,83/ 89,58	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
Итого за обед		524 673	26,04 30,0 4	25,57 29,6 9	50,51 63,81	502,38 602,9 8	
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные	120 120	4,42	4,23	28,24	169,01	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.353, тех-ая карта №194
	Сыр Росииский массовая доля жира 50%	8 11	2,28 3,14	1,96 2,69	-----	28,57 39,28	
	Хлеб пшеничный	28 35	2,48 3,10	0,93 1,16	13,08 16,35	75,67 94,59	Технологическая карта поставщика И.П.Охотникова
	Яйцо отварное 1,2/1 шт	40 40	5,08	4,6	0,28	63,00	
	Молоко кипяченое	150 200	4,19 5,59	4,78 6,38	7,03 9,38	87,98 117,31	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДООУ стр.421, тех-ая карта №255
	Фрукт яблоки свежие	70/80	0,28/ 0,32	0,28/ 0,32	6,86/ 7,84	33,01/ 37,74	
Итого за полдник		416 486	18,73 21,6 5	16,78 19,3 8	55,35/ 62,09	457,24 520,9 3	
Итого за 10 день		1390/ 1719	52,71 62,3 0	52,18 60,9 8	174,22 214,77	1353,41 1629, 50	
Среднее значение за период:		1397,20 1761,0 0	52,01 66,4 0	55,79 70,1 9	193,78 240,00	1466,70 1835, 36	