

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	160/ 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 пшеничный с маслом	40/ 40	2,45 2,45	7,55 7,55	14,62 14,62	136,00 136,00	
Итого за завтрак		350/ 440	12,89 16,52	11,117 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 яйцом	50/ 70	7,87/ 11,02	5,31/ 7,40	3,19/ 4,46	92,15/ 129,63	Сборник технологических 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. «Халтурина Д.А»
Итого за обед		524/ 693	15,09 20,42	16,57 23,34	63,16 81,83	457,26 615,89	
уплотненный полдник	Сырники из творога запеченные	100/ 150	19,11 28,67	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	30/ 30	0,5	3,55	1,0	38,46	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	Технологическая карта поставщика И.П. «Халтурина Д.А»
	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
	Яблоки свежие	82/ 92	0,28 0,32	0,28 0,32	6,86 7,84	33,01 37,74	
Итого за полдник		390 527	26,56 38,18	14,53 18,89	54,36 74,16	462,02 628,46	
Итого за 1 день:		1364 1760	48,78 67,32	45,17 57,79	172,27 219,92	1294,56 1684,37	
День 2							
завтрак	Каша манная	150/	4,54	5,89	22,76	163,04	Сборник технологических

	молочная вязкая	200	6,05	7,85	30,34	217,39	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 15,80	15,74 18,50	54,20 69,44	408,30 514,08	
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/ 13,63	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 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. «Халтурина
итого за обед		524/ 693	15,95 21,33	20,61 28,58	55,98 72,87	429,52 576,32	

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
	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.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. «Халтурина Д.А.»
	Яблоко свежее	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 11,99	10,39 13,00	49,23 58,37	334,93 406,53	
Итого за 2 день:		1393 1753	37,60 49,12	46,74 60,08	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 ДОУ 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 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	
Итого за завтрак		365 480	16,56 21,14	16,75 20,8	63,58 80,33	476,305 598,455	
2 завтрак	Сок фруктовый	100 100	----- -----	----- -----	10/ 10	40,00 40,00	Промышленного производства
Итого за 2		100 100	----- -----	----- -----	10/ 10	40/ 40	

завтрак							
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 из овощей	150 200	1,15 1,54	3,51 4,69	7,55 10,07	69,14 92,19	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.126, тех-ая карта № 43
	Гуляш из говядины	50 70	9,28 13,01	10,36 14,52	2,89 4,04	141,9 170,73	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.274, тех-ая карта № 152
	Каша гречневая рассыпчатая	110 130	6,4 7,56	3,98 4,70	33,03 39,04	192,98 228,07	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 43	2,72 3,44	0,51 0,64	13,65 17,27	70,83 89,58	Технологическая карта поставщика И.П. «Охотникова Д.А»
	Итого за обед		524 693	20,26 26,57	21,38 29,59	78,12 98,72	583,93 736,37
Уплотненный полдник	Оладьи запеченные с изюмом	80/160	4,75 8,3	8,75 17,50	4,36 8,71	112,77 225,54	Сборник технологических нормативов, 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. «Халтурина Д.А»
	Фрукты яблоко	85 90	0,6 0,7	0,15 0,21	16,18 17,02	68,00 72,00	

Итого за полдник		373	11,92	16,62	43,08	374,02	
		535	18,47	28,94	55,85	563,10	
Итого за 3 день		1362	48,74	54,75	194,775	1474,26	
		1808	66,17	79,33	244,90	1937,93	
4 день							
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4,79	6,09	25,86	176,50	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.172, тех-ая карта № 84
		200	6,39	8,13	34,48	235,29	
	Чай с молоком	160	2,09/	1,91/	9,95/	65,50/	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.428, тех-ая карта № 262
		200	2,79	2,55	13,27	87,25	
Хлеб с маслом и сыром	40	4,03/	8,66/	9,38/	134,62/	Технологическая карта №1	
	42	4,88	10,40	11,26	161,54		
Итого за завтрак		355	10,91	16,66	45,19	376,62	
		442	14,06	21,08	59,01	484,08	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	-----	-----	10	40	Промышленного производства
		100			10	40	
Итого за 2 завтрак		100	-----	-----	10	40	
		100			10	40	
Обед	Огурец соленый	30	0,12	-----	2,22	9,46	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.99, тех-ая карта № 18
		50	0,21		3,7	15,75	
	Суп картофельный с рыбой	150	7,93/	2,46/	4,02/	69,77/	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.124, тех-ая карта № 41
		200	10,57	3,29	5,36	92,99	
Котлеты рыбные Любительские	50	6,22/	1,85/	3,18/	54,35/	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.239, тех-ая карта № 135	
	70	8,71	2,59	4,45	76,9		
Картофельное пюре	110	2,33	4,44	17,08	118,27	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.366, тех-ая карта № 206	
	130	2,75	5,2	20,18	139,78		

	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 стр404, 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.Халтурина .
Итого за обед		524 693	19,42 25,81	9,26 11,72	52,65 67,56	336,68 433,60	
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	130 150	2,36/ 2,72	9,43/ 10,87	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.Халтурина.
	Фрукт яблоко	85 85	0,6	0,15	16,18	68,00	
Итого за полдник		423 500	10,53/ 12,91	16,27/ 19,54	52,70/ 60,52	406,25/ 477,75	
Итого за 4 день		1402 1735	40,86 52,78	42,19 52,34	160,54 197,09	1159,55 1435,43	
5 день							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	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	2,54	4,6	0,28	31,5	

		20					
Итого за завтрак		365 480	12,37 15,64	17,15 20,13	69,77 94,00	461,92 599,39	
2 завтрак	Сок	100 100	-----	-----	5,1/6	20,38/ 24,00	
Итого за 2 завтрак		100 100	-----	-----	10 10	20,38 24,00	
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
	Фрикадельки из говядины паровые	60 80	9,13 11,87	8,52 11,08	4,56 5,93	131,44 170,87	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и 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.Халтурина
Итого за обед		534 703	17,69 22,73	17,57 23,59	64,11 82,46	475 619,11	
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
	Запеканка из творога	100 150	19,48/ 29,22	8,07/ 12,11	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/	1,27	2,67	8,16	61,75	Сборник технологических

		50					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.Халтурина
	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/ 22,64	54,53/ 70,83	486,56/ 653,62	
Итого за 5 день		1382 1798	57,76 77,87	51,45 66,36	198,41 257,29	1443,86 1896,12	
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 14,14	18,05 18,83	59,17 74,38	433,74 529,49	
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 22,29	32,43 36,00	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.Халтурина
Итого за обед		544/ 693	21,96 28,41	40,1 47,87	61,53 76,79	676,18 813,60	
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 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
	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.Халтурина
	Фрукт яблоки свежие	81/ 85	0.32/ 0.34	0.24/ 0.26	8.34/ 8.76	37.26/ 39.10	
Итого за полдник		389 470	15,87 19,27	16,78 20,30	32,78 39,49	352,07 424,46	
	Итого за день	1398 1743	48,74 61,82	74,93 87,00	163,48 200,66	1501,89 1807,55	
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/ 10,40	9,38/ 11,26	134,62/ 161,54	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ
Итого за завтрак		335 442	11,93 15,42	17,05 21,59	49,84 65,22	404,35 521,19	
2 завтрак	Сок	100	-----	-----	10	40	От

		100			10	40	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
	Биточки говяжьи	50 70	8,55 10,68	9,38 11,72	4,59 5,74	142,86 176,75	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.294/295, тех-ая карта № 162/162
	Макаронные изделия отварные	110 120	4,04 4,48	3,87 4,58	25,88 30,59	81,47 101,84	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.Халтурина
Итого за обед		524 683	18,81 23,44	23,56 31,02	81,72 104,81	485,40 635,32	
Уплотненный полдник	Молоко кипяченное	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/ 15,11	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.Халтурина
	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	18,88/	11,11/	43,60/	356,99/ 452,73	

		505	24,12	14,35	54,63		
Итого за 7 день		1359	49,62	51,72	185,16	1286,74	
		1730	62,98	66,96	234,66	1649,24	
8 день							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	130	8,88	10,83	4,33	151,16	Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кул-ых изделий для ДОУ стр.250, тех-ая карта №141
		150	10,24	12,50	5,00	173,46	
	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	6,16	3,4	20	142,86	
		10	2,05	1,15	6,67	47,62	
Итого за завтрак		350	17,54	21,79	50,43	476,24	
		400	14,81	21,21	41,60	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	127,90 151,16	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.Халтурина
Итого за обед		524 693	12,35 16,44	19,56 26,42	59,21 77,17	464,83 612,17	
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.Халтурина
	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 17,43	12,53 14,83	110,83 123,99	632,46 711,06	
Итого за 8 день		1362 1668	46,07 48,68	53,88 62,46	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
	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.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 15,64	14,63 17,72	51,26 66,16	388,42 487,47	
2 завтрак	Сок	100/ -----	-----	-----	10/ -----	40/ -----	

		100			10	40	
Итого за 2 завтрак		100/ 100	-----	-----	10 10	40 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 тушеная	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/ 13,01	10,36/ 14,58	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.Халтурина
Итого за обед		524 /693	16,73 22,39	21,43 29,79	58,82 75,75	484,96 648,30	
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/ 29,22	8,07/ 12,11	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.Халтурина
	Фрукты бананы	100 100	0,50	1,50	21,00	96,00	

Итого за полдник		428 535	27,92/ 39,68	17,96/ 23,82	68,67/ 83,99	549,55/ 711,88	
Итого за день		1402 1788	56,63 77,71	54,02 71,49	188,75 235,90	1462,93 1887,65	
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 10,61	9,838 11,91	58,36 78,87	353,79 465,59	
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 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.250, тех-ая карта №141
	Картофельная запеканка с мясом	180 200	21,82 24,55	21,18 23,84	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/ 16,6	14/ 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/ -----	0,51/ -----	13,65/ -----	70,83/ -----	Технологическая карта поставщика И.П.Халтурина

	Дарницкий		3,44	0,64	17,27	89,58	
Итого за обед		524 673	26,04 30,04	25,57 29,69	50,51 63,81	502,38 602,98	
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные	120 120	4,42	4,23	28,24	81,47	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.Халтурина
	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 21,65	16,79 19,39	55,37/ 62,11	369,70 433,39	
Итого за 10 день		1390/ 1719	52,71 62,30	52,19 60,99	174,24 214,79	1265,87 1541,96	
Среднее значение за период:		1378,40 1750,02	48,75 62,67	52,70 66,48	183,75 226,87	1371,59 1715,91	