

Согласовано:
по утрам по Ставропольскому
краю в Истринском районе

Территориальное отделение Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
в Истринском районе
356240, Михайловск, ул. Почтовая, д.45



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБДОУ «ЦРР-Д/с №15»
О.В. Трегубова
« 30 » 02 20 21 г.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5-3 ЛЕТ (ЛЕТНЕЕ)

Составлено на основании:

- «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий питания детей в дошкольных организациях» 2005 г. издания
- «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий питания детей в дошкольных организациях» 2009 г. издания
- «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий питания детей в дошкольных организациях» 2014 г. издания

Согласовано
Главный технолог МКУ Центр по техобслуживанию

Н.В. Котова

Н.В. Котова

Прием пищи				Пищевые вещества (г)					№ рецептуры	
	Наименование блюд	Выход блюда	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		Витамин С
1 ДЕНЬ	Первая неделя									
	Макаронные изделия отварные с маслом	120			4,2960	3,3510	28,6290	164,6100	0,0000	309/2005
	Макаронные изделия		41,0000	41,0000						
	соль йодированная		3,0000	3,0000						
	масло сливочное		4,0000	4,0000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005
	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с лимоном	150/7-3,5			0,0700	0,0100	7,1000	29,0000	1,4200	393/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	лимон свежий		4,0000	3,5000						
	вода		130,0000	130,0000						
Второй завтрак	Сок	100	100,0000	100,0000	0,0000	0,0000	10,5000	42,0000	1,4200	
	Итого за завтрак	410			6,7560	11,5110	61,2990	380,3100	2,8400	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	150			3,5415	3,3285	11,9955	92,8350	6,9750	102/2005
	картофель		40,0000	30,0000						
	горох лущеный		12,2000	12,0000						
	лук репчатый		7,5000	6,0000						
	морковь		9,5000	7,5000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	вода		105,0000	105,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	Рулет из рыбы	85			10,0580	10,2230	9,4000	170,7500	1,4800	266/2014
	минтай или хек		80,0000	48,0000						
	хлеб пшеничный		14,0000	14,0000						
	молоко или вода		19,0000	19,0000						

	соль йодированная		0,5000	0,5000						
	Масса рыбная котлетная									
	Фарш:									
	лук репчатый		16,0000	10,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	яйцо		1/6	7,0000						
	Масса фарша			20,0000						
	сухари панировочные		3,0000	3,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	Масса полуфабриката			103,0000						
	Выход рулета			80,0000						
	масло сливочное		5,0000	5,0000						
	Пюре картофельное	110			1,2720	1,9880	7,3155	52,1700	8,2145	312/2005
	картофель		125,4000	94,0000						
	масло сливочное		3,9000	3,9000						
	молоко		17,4000	16,5000						
	соль йодированная		0,5000	0,5000						
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009
	сухофрукты(смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	565			18,9715	40,3903	64,1760	513,4550	25,8495	
	ПОЛДНИК									
	Оладьи с повидлом или джемом	110			5,3070	6,7898	41,5397	250,3160	0,0500	401/2005
	<i>Тесто для оладий</i>									400/2005
	мука пшеничная в/с		48,3000	48,3000						
	яйцо куриное столовое,гр		2,3000	2,3000						
	молоко или вода		48,3000	48,3000						
	дрожжи пекарские сухие		0,3400	0,3400						
	сахар-песок		1,7000	1,7000						
	соль йодированная		0,9000	0,9000						
	масло растительное подсолнечное		6,0000	6,0000						

	повидло или джем		10,0000	10,0000						
	Кефир	150	155,0000	150,0000	4,3500	3,7500	6,0000	75,0000	1,0500	401/2014
	Итого за полдник	260			9,6570	10,5398	47,5397	325,3160	1,1000	
Всего за 1 день		1235			35,3845	40,8903	173,0147	1219,0810	28,3695	
2 ДЕНЬ	Первая неделя									
ЗАВТРАК										
	Завтрак зерновой витаминизированный с молоком	150			5,4900	4,6500	27,2400	169,2000	0,7200	61/2007
	Молоко		120,0000	120,0000						
	Шарики шоколадные		30,0000	30,0000						
	Бутерброд с сыром	45			5,7600	5,2500	14,9400	132,6000	0,4200	3/2005
	сыр Российский		16,0000	15,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с сахаром	150/7			0,0400	0,0100	6,9900	28,0000	0,0200	392/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/2014
	Итого за завтрак	445			11,6900	10,3100	58,9700	373,8000	11,1600	
ОБЕД										
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150			1,1990	3,5480	21,6415	122,2+RCRC:1	12,5900	82/2005
	свекла		25,5000	20,5000						
	капуста белокачанная свежая		13,0000	10,5000						
	картофель		23,5000	17,5000						
	морковь		10,0000	7,5000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	томатная паста		2,0000	2,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	сахар-песок		1,5000	1,5000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	вода или бульон		120,0000	120,0000						
	сметана		3,0000	3,0000						

	Рис отварной	120			2,9200	4,3000	29,3600	167,7600	0,0000	315/2014
	Крупа рисовая		43,0000	43,0000						
	Масло сливочное		5,4000	5,4000						
	Соль		1,0000	1,0000						
	Фрикадельки из птицы	65			9,3500	10,3800	5,7620	154,5850	0,9000	308/2014
	Бройлер-цыпленок		96,0000	44,0000						
	Хлеб пшеничный		11,0000	11,0000						
	Молоко или вода		14,0000	14,0000						
	Соль		0,4000	0,4000						
	Масса полуфабриката			69,0000						
	Масса готовых фрикаделек			60,0000						
	Масло сливочное		5,0000	5,0000						
	Выход с маслом сливочным			65,0000						
	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	520			23,9358	28,4888	88,9293	522,5120	25,8300	
	ПОЛДНИК									
	Запеканка из творога	70			9,8690	7,7580	19,0670	185,9180	0,4300	223/2005
	творог		47,0000	46,0000						
	крупа манная		3,0000	3,0000						
	сахар-песок		4,0000	4,0000						
	яйцо куриное		2,0000	2,0000						
	масло сливочное		2,0000	2,0000						
	сухари		2,0000	2,0000						
	сметана		2,0000	2,0000						
	масса готовой запеканки			50,0000						
	молоко сгущенное		20,0000	20,0000						
	Чай с сахаром	150			0,0400	0,0100	6,9900	28,0000	0,0200	392/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
	Итого за полдник	220			9,9090	7,7680	26,0570	213,9180	0,4500	

Итого за 2 день		1215			45,5348	46,5668	173,9563	1110,2300	37,4400	
3 ДЕНЬ	Первая неделя									
Завтрак	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	150			6,4036	4,1438	33,8378	197,0160	1,3000	183/2005
	гречневая крупа		28,6000	28,6000						
	молоко		100,0000	100,0000						
	вода		21,4000	21,4000						
	сахар-песок		4,4000	4,4000						
	соль йодированная		0,2000	0,2000						
	Масса каши			143,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005
	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с молоком	150/7-3,5			2,6500	2,3300	11,3100	77,0000	1,1900	394/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						375/2005
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		40,0000	40,0000						
	молоко		92,0000	90,0000						
Второй завтрак										
	Сок	100	100,0000	100,0000	0,0000	0,0000	10,5000	42,0000		
	Итого за завтрак	440			11,4000	19,6700	76,9300	507,0000	2,4900	
ОБЕД										
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150			1,6860	1,7445	12,4230	70,9470	9,9000	103/2005
	картофель		60,0000	45,0000						
	макароны или лапша или вермишель		6,0000	6,0000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	морковь		7,5000	6,0000						
	масло растительное подсолнечное		1,5000	1,5000						
	вода		105,0000	105,0000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	Икра свекольная	120			2,2200	8,9910	26,9220	196,4600	16,5000	75/2005
	свекла свежая		115,0000	90,0000						
	лук репчатый		25,0000	21,0000						
	томатная паста		12,0000	12,0000						

	масло растительное подсолнечное		9,0000	9,0000						
	сахар-песок		1,4400	1,4400						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	Тефтели	60			8,7955	13,4305	11,5955	203,4845	3,2000	618/2009
	говядина(котлетное мясо)		52,0000	38,0000						
	вода		12,0000	12,0000						
	хлеб пшеничный		8,0000	8,0000						
	лук репчатый		24,0000	20,0000						
	масло растительное подсолнечное		6,0000	6,0000						
	мука пшеничная		4,0000	4,0000						
	соль йодированная		2,0000	2,0000						
	Соус красный основной	50								759/2009
	вода		50,0000	50,0000						
	масло растительное подсолнечное		1,0000	1,0000						
	мука пшеничная в/с		2,5000	2,5000						
	томатная паста		2,0000	2,0000						
	морковь		5,0000	4,0000						
	лук репчатый		1,2000	1,0000						
	сахар-песок		0,7500	0,7500						
	соль йодированная		0,5000	0,5000						
	лавровый лист		0,0200	0,0200						
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009
	сухофрукты (смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед:	600			16,6915	27,5160	87,3055	669,1915	35,1800	
	ПОЛДНИК									
	Картофель, тушеный в соусе	100			2,1400	5,9300	15,5300	124,0000	9,2300	133/2014
	Картофель, тушеный в соусе		123,0000	92,0000						
	морковь		7,0000	5,0000						
	лук репчатый		6,0000	5,0000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	масло растительное		5,0000	5,0000						

	Соус сметанный									354/2014
	сметана		5,0000	5,0000						
	мука пшеничная		1,5000	1,5000						
	вода		15,0000	15,0000						
	соль йодированная		0,1600	0,1600						
	Молоко кипяченое	150	158,0000	150,0000	4,2000	4,8000	7,0500	87,0000	1,9500	385/2005
	Вафли	25	25,0000	25,0000	0,8750	7,0000	16,0000	132,0000	0,0000	
	Итого за полдник	275			7,2150	17,7300	38,5800	343,0000	11,1800	
Всего за 3 день		1315			35,3065	64,9160	202,8155	1519,1915	48,8500	
4 ДЕНЬ	Первая неделя									
Завтрак										
	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150			3,5000	2,3000	33,9000	171,7000	0,9000	182/2005
	крупя рисовая		22,1000	22,1000						
	молоко		71,4000	71,4000						
	вода		53,6000	53,6000						
	сахар-песок		4,4000	4,4000						
	соль йодированная		0,2000	0,2000						
	Масса каши			143,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	Бутерброд с сыром	45			5,7600	5,2500	14,9400	132,6000	0,4200	3/2005
	сыр Российский		16,0000	15,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Какао с молоком	150			3,1500	2,7200	12,9600	89,0000	1,2000	397/2005
	какао порошок		2,0000	2,0000						
	сахар-песок		8,0000	8,0000						
	вода		65,0000	65,0000						
	молоко		92,0000	92,0000						
	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/2014
	Итого за завтрак	445			11,4300	12,2600	64,5000	416,6000	11,6200	
ОБЕД										
	Суп картофельный с клецками	150			2,1275	3,3675	11,9025	87,4350	6,9750	108/2005
	картофель		40,0000	30,0000						

	морковь		7,5000	6,0000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	масло растительное подсолнечное		1,5000	1,5000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	вода или бульон		112,5000	112,5000						
	Клёцки	39			0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	109/2005
	мука пшеничная		12,0000	12,0000						
	масло сливочное		1,4000	1,4000						
	яйцо куриное столовое, гр		3,4000	3,4000						
	вода		18,8000	18,8000						
	соль йодированная		0,4000	0,4000						
	Кнели куриные с рисом	65			10,4700	9,8200	3,5200	144,0000	0,3400	312/2014
	Цыпленок-бройлер		130,0000	57,0000						
	Крупа рисовая		5,0000	5,0000						
	Масса вязкой рисовой каши			22,5000						
	Молоко или вода		6,0000	6,0000						
	Масло сливочное		2,0000	2,0000						
	Соль		0,6000	0,6000						
	Масса полуфабриката			80,0000						
	Масса готовых кнелей			60,0000						
	Масса сливочное		5,0000	5,0000						
	Выход с маслом сливочным			65,0000						
	Капуста тушеная	150			4,2700	6,2600	17,1500	144,0000	98,5000	139/2005
	Капуста свежая		213,0000	171,0000						
	Раствор лимонной кислоты		4,5000	4,5000						
	Масло растительное		6,0000	6,0000						
	Томатная паста		3,6000	3,6000						
	Морковь		4,5000	3,8000						
	Лук репчатый		7,5000	6,0000						
	Лавровый лист		0,0120	0,0120						
	Мука пшеничная		1,5000	1,5000						
	Сахар		4,5000	4,5000						
	Соль		0,5000	0,5000						
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009
	сухофрукты (смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						

	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	610			23,3975	23,8675	67,8675	590,9850	106,0550	
ПОЛДНИК	Яйцо вареное	1	1,0000	40,0000	5,1000	4,6000	0,3000	63,0000	0,0000	209/2005
	Консервированные овощи закусочные (порциями) Икра кабачковая	50	53,0000	50,0000	0,8000	4,4500	3,8600	59,5000	3,5000	50/2009
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	150			0,0000	0,0000	38,9800	151,9000	1,2000	358/2005
	Сок плодовый ягодный		60,0000	60,0000						
	сахар-песок		24,0000	24,0000						
	крахмал картофельный		10,0000	10,0000						
	вода		140,0000	140,0000						
	Пряник	45	45,0000	45,0000	2,1600	1,2600	34,9650	157,5000	0,0000	
	Итого за полдник	265			9,8400	10,8100	88,4250	483,7000	4,7000	
Всего за 4 день		1320			44,6675	46,9375	220,7925	1491,2850	122,3750	
5 ДЕНЬ	Покрывная неделя									
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150			5,4000	9,9400	28,3800	153,5600	0,8600	173/2005
	хлопья овсяные"Геркулес"		30,0000	30,0000						
	молоко		68,2000	68,2000						
	вода		41,0000	41,0000						
	сахар-песок		4,1000	4,1000						
	соль йодированная		0,7500	0,7500						
	Масса каши			136,4000						
	сахар-песок		6,8000	6,8000						
	масло сливочное		6,8000	6,8000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005

	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с сахаром	150			0,0400	0,0100	6,9900	28,0000	0,0200	392/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/20014
	Итого за завтрак	440			8,2300	18,5000	60,2400	370,2600	10,8800	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150			1,1990	3,5480	21,6415	122,2000	12,1590	82/2005
	свекла		25,5000	20,5000						
	капуста белокачанная свежая		13,0000	10,5000						
	картофель		23,5000	17,5000						
	морковь		10,0000	7,5000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	томатная паста		2,0000	2,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	сахар-песок		1,5000	1,5000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	вода или бульон		120,0000	120,0000						
	сметана		3,0000	3,0000						
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	60			8,2816	16,1263	7,1444	207,6610	0,7640	295/2005
	бройлер-цыпленок		93,0000	38,2000						
	хлеб пшеничный		8,7000	8,7000						
	вода		14,4000	14,4000						
	сухари панировочные		5,5000	5,5000						
	внутренний жир		2,2000	2,2000						
	соль йодированная		1,4000	1,4000						
	масло растительное		3,3000	3,3000						
	масло сливочное		5,6000	5,6000						
	Пюре из бобовых	120			13,8000	0,9600	30,4800	188,4000	0,0000	409/2009
	фасоль или горох		60,6000	60,0000						
	соль йодированная		0,5000	0,5000						

	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009
	сухофрукты(смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	550			27,2706	23,9843	95,6309	716,5610	18,5030	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	60			4,1000	7,2900	36,4700	227,6500	0,0000	415/2005
	Мука пшеничная		33,6000	33,6000						
	Сахар		9,6000	9,6000						
	Масло сливочное		8,4000	8,4000						
	Яйцо куриное столовое, гр.		4,1400	4,1400						
	Соль		0,2000	0,2000						
	Дрожжи сухие		1,0000	1,0000						
	Вода для замеса теста		12,0000	12,0000						
	Масса теста			65,0000						
	Сахар для посыпки		3,6000	3,6000						
	Масло растительное для смазки листов		0,3000	0,3000						
	Яйца для смазки кренделя, гр.		0,4000	0,4000						
	Ряженка	150	155,0000	150,0000	4,3500	3,7500	6,3000	76,0000	0,4500	401/2014
	Итого за полдник:	210			8,4500	11,0400	42,7700	303,6500	0,4500	
Всего за 5 день		1200			43,9506	53,5243	198,6409	1390,4710	29,8330	
6 ДЕНЬ	Вторая неделя									
ЗАВТРАК	Вареники из полуфабриката промышленного производства	105			9,6600	13,3375	35,9550	293,2525	10,3600	395/2005
	Вареники из полуфабриката промышленного производства		92,5000	92,5000						
	Соль		0,5000	0,5000						
	Масло сливочное		5,0000	5,0000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005

	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с лимоном	150			0,0700	0,0100	7,1000	29,0000	1,4200	393/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	лимон свежий		4,0000	3,5000						
	вода		130,0000	130,0000						
Второй завтрак	Сок	100	100,0000	100,0000	0,0000	0,0000	10,5000	42,0000		
	Итого за завтрак	395			12,1200	21,4975	68,6250	508,9295	11,7800	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	150			3,5415	3,3285	11,9955	92,8350	6,9750	102/2005
	картофель		40,0000	30,0000						
	горох лущеный		12,2000	12,0000						
	лук репчатый		7,5000	6,0000						
	морковь		9,5000	7,5000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	вода		105,0000	105,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	Шницель рыбный натуральный	60			8,9800	2,6800	5,8400	83,0000	1,8300	511/2009
	Минтай		111,2000	51,0000						
	лук репчатый		12,0000	10,0000						
	масло растительное		6,4000	6,4000						
	Петрушка		3,0000	2,0000						
	Молоко или вода		5,0000	5,0000						
	Яйцо		2,4000	2,4000						
	Сухари		7,2000	7,2000						
	Соль		0,3000	0,3000						
	Масса полуфабриката			75,2000						
	Масло сливочное			4,0000						
	Пюре картофельное	110			1,2720	1,9880	7,3155	52,1700	8,2145	312/2005
	картофель		125,4000	94,0000						
	масло сливочное		3,9000	3,9000						
	молоко		17,4000	16,5000						
	соль йодированная		0,5000	0,5000						

	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009
	сухофрукты(смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	540			17,3535	11,2965	59,7160	418,8050	17,1995	
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром	150			6,3600	9,1900	33,7500	243,3000	1,2400	183/2005
	гречневая крупа из ядрицы быстрорастворивающейся		28,6000	28,6000						
	молоко		100,0000	100,0000						
	вода		21,4000	21,4000						
	сахар		4,4000	4,4000						
	соль йодированная		0,2000	0,2000						
	Массас каши			143,0000						
	сахар		7,0000	7,0000						
	Чай с сахаром	150/7			0,0400	0,0100	6,9900	28,0000	0,0200	392/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
	Печенье	30	30,0000	30,0000	2,2500	3,5400	22,3200	130,8000	0,0000	
	Итого за полдник	330			8,6500	12,7400	63,0600	402,1000	1,2600	
Всего за 6 день		1265			38,1235	45,5340	191,4010	1329,8345	30,2395	
7 ДЕНЬ	Вторая неделя									
ЗАВТРАК	Завтрак зерновой витаминизированный с молоком	150			5,4900	4,6500	27,2400	169,2000	0,7200	61/2007
	Молоко		120,0000	120,0000						

	Шарики шоколадные		30,0000	30,0000						
	Бутерброд с сыром	45			5,7600	5,2500	14,9400	132,6000	0,4200	3/2005
	сыр Российский		16,0000	15,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с сахаром	150/7			0,0400	0,0100	6,9900	28,0000	0,0200	392/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/2014
	Итого за завтрак	445			11,6900	10,3100	58,9700	373,8000	11,1600	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150			1,1990	3,5480	21,6415	122,2000	12,1590	82/2005
	свекла		25,5000	20,5000						
	капуста белокачанная свежая		13,0000	10,5000						
	картофель		23,5000	17,5000						
	морковь		10,0000	7,5000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	томатная паста		2,0000	2,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	сахар-песок		1,5000	1,5000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	вода или бульон		120,0000	120,0000						
	сметана		3,0000	3,0000						
	Рис отварной	120			2,9200	4,3000	29,3600	167,7600	0,0000	315/2014
	Крупа рисовая		43,0000	43,0000						
	Масло сливочное		5,4000	5,4000						
	Соль		1,0000	1,0000						
	Фрикадельки и птицы	65			9,3500	10,3800	5,7620	154,5850	0,9000	308/2014
	Цыпленок-бройлер		96,0000	44,0000						
	Хлеб пшеничный		11,0000	11,0000						
	Молоко или вода		14,0000	14,0000						
	Соль		0,4000	4,0000						
	Масса полуфабrikата			69,0000						
	Масса готовых фрикаделек			60,0000						
	Масло сливочное		5,0000	5,0000						
	Выход с маслом сливочным			65,0000						

	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	550			23,1775	11,1480	85,5223	688,8120	25,3990	
ПОЛДНИК	Оладьи с повидлом или джемом	110			5,3070	6,7898	41,5397	250,3160	0,0500	401/2005
	<i>Тесто для оладий</i>			107,0000						400/2005
	мука пшеничная в/с		48,3000	48,3000						
	яйцо куриное столовое,гр		2,3000	2,3000						
	вода		48,3000	48,3000						
	дрожжи пекарские сухие		0,3400	0,3400						
	сахар-песок		1,7000	1,7000						
	соль йодированная		0,9000	0,9000						
	масло растительное для жарки		6,0000	6,0000						
	Кефир	150	155,3000	150,0000	4,3500	3,7500	6,0000	75,0000	1,0500	401/2014
	Итого за полдник	260			9,6570	10,5398	47,5397	325,3160	1,1000	
Всего за 7 день		1255			44,5245	31,9978	192,0320	1387,9280	37,6590	
8 ДЕНЬ	Вторая неделя									
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	150			4,2755	2,5058	29,7389	157,1060	0,9282	181/2005
	крупка манная		22,1000	22,1000						
	молоко		71,4000	71,4000						
	вода		53,6000	53,6000						
	сахар-песок		4,4000	4,4000						
	Соль йодированная		0,2000	0,2000						
	Масса каши			143,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005
	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Какао с молоком	150			3,1500	2,7200	12,9600	89,0000	1,2000	397/2005
	какао порошок		2,0000	2,0000						
	сахар-песок		8,0000	8,0000						
	вода		65,0000	65,0000						
	молоко		92,0000	92,0000						

Второй завтрак	Сок	100	100,0000	100,0000	0,0000	0,0000	10,5000	42,0000		
	Итого за завтрак	440			7,9400	14,6900	59,5700	403,7000	1,2000	
ОБЕД	Суп рыбный из консервов	150			6,5000	1,6000	12,3000	90,9000	9,5000	42/2007
	картофель		57,5000	42,0000						
	морковь		12,0000	10,0000						
	лук репчатый		7,5000	6,3000						
	крупа рисовая		6,0000	6,0000						
	вода		180,0000	180,0000						
	соль йодированная		0,3000	0,3000						
	консервы рыбные(лосось, сайра,горбуша)		24,0000	24,0000						
	Зразы рубленые	60			8,2956	10,5535	6,8834	156,7774	4,7000	274/2005
	говядина		44,6000	35,6000						
	хлеб пшеничный		7,0000	7,0000						
	молоко		9,4000	9,4000						
	лук репчатый		26,6000	24,0000						
	масло растительное		3,4000	3,4000						
	яйца куриные столовые, гр		4,3000	4,3000						
	сухари панировочные		5,1000	5,1000						
	масло растительное подсолнечное		3,4000	3,4000						
	петрушка (зелень)		2,6000	2,6000						
	Соус сметанный	30			0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	330/2005
	сметана		7,5000	7,5000						
	мука пшеничная		2,3000	2,3000						
	вода		22,5000	22,5000						
	соль йодированная		0,1300	0,1300						
	Макаронные изделия отварные с маслом	120			4,2960	3,3510	28,6290	164,6100	0,0000	309/2005
	макаронные изделия в/с		41,0000	41,0000						
	соль йодированная		3,0000	3,0000						
	масло сливочное"Крестьянское"		4,0000	4,0000						
	Овощи натуральные свежие (огурец)	30	31,8000	30,0000	0,4300	0,0500	1,8000	7,5000	5,4000	71/2005
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009


	сухофрукты(смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	580			23,0816	18,8545	84,1774	610,5874	19,7800	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	83			8,3124	13,2750	1,1589	158,8080	0,2925	438/2009
	яйцо куриное столовое, гр		1,5 шт	60,0000						
	молоко		22,5000	22,5000						
	соль йодированная		0,7500	0,7500						
	масло сливочное		3,8000	3,8000						
	масло сливочное		4,0000	4,0000						
	Консервы овощные закусочные зеленый горошек	50	77,0000	50,0000	1,5500	0,1000	3,2500	20,0000	9,6000	50/2009
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200			0,0100	0,0000	11,2600	43,5000	1,0000	358/2005
	сок плодовый или ягодный натуральный		60,0000	60,0000						
	сахар-песок		24,0000	24,0000						
	крахмал картофельный		10,0000	10,0000						
	вода		140,0000	140,0000	0,0000	0,0000	38,9800	151,9000	1,2000	
	Пряник	45	45,0000	45,0000	2,1600	1,2600	34,9650	157,5000	0,0000	
	Итого за полдник	328			13,8124	15,1350	60,9539	431,6080	10,8925	
Всего за 8 день		1348			44,8340	48,6795	204,7013	1445,8954	31,8725	
9 ДЕНЬ	Вторая неделя									
	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150			3,5000	2,5000	33,9000	171,7000	0,9000	182/2005
	крупя рисовая		22,1000	22,1000						
	молоко		71,4000	71,4000						
	вода		53,6000	53,6000						

	сахар		4,4000	4,4000						
	соль йодированная		0,2000	0,2000						
	Масса каши			143,0000						
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	Бутерброд с сыром	45			5,7600	5,2500	14,9400	132,6000	0,4200	3/2005
	сыр Российский		16,0000	15,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
	Чай с молоком	150			2,6500	2,3300	11,3100	77,0000	1,1900	394/2014
	чай-заварка		20,0000	20,0000						391/2014
	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	молоко		92,0000	90,0000						
	вода		40,0000	40,0000						
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/2014
	Итого за завтрак	445			12,3100	10,4800	69,9500	425,3000	12,5100	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150			1,1990	3,5480	21,6415	122,2000	15,0200	82/2005
	свекла		25,5000	20,5000						
	капуста белокочанная свежая		13,0000	10,5000						
	картофель		23,5000	17,5000						
	морковь		10,0000	7,5000						
	лук репчатый		7,2000	6,0000						
	томатная паста		2,0000	2,0000						
	масло растительное подсолнечное		3,0000	3,0000						
	сахар-песок		1,5000	1,5000						
	соль йодированная		1,0000	1,0000						
	лавровый лист		0,0060	0,0060						
	вода или бульон		120,0000	120,0000						
	сметана		3,0000	3,0000						
	Запеканка картофельная с мясом	145			10,8000	8,0000	24,7000	213,9000	21,6000	284/2005
	Говядина (котлетное мясо)		107,0000	79,0000						
	Масло растительное		4,0000	4,0000						
	Масса готовых мясопродуктов			50,0000						
	Картофель		152,0000	110,0000						
	Масса вареного протертого картофеля			108,0000						
	Лук репчатый		10,0000	8,0000						
	Масло сливочное		1,0000	1,0000						
	Масса пассерованного лука			4,0000						
	Масло растительное		2,0000	2,0000						

	сахар-песок		7,0000	7,0000						
	вода		130,0000	130,0000						
	Бутерброд с маслом	40			2,3900	8,1500	15,0700	144,7000	0,0000	1/2005
	масло сливочное		10,0000	10,0000						
	хлеб пшеничный		30,0000	30,0000						
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	100	114,0000	100,0000	0,4000	0,4000	9,8000	44,0000	10,0000	368/2014
	Итого за завтрак	440			6,6400	12,3600	48,0600	329,7000	10,9200	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	150			1,1800	1,6400	8,7500	54,4500	5,0000	80/2014
	Картофель		60,0000	45,0000						
	Крупа рисовая		3,0000	3,0000						
	Морковь		7,5000	6,0000						
	Лук репчатый		7,2000	6,0000						
	Масло растительное		1,5000	1,5000						
	Соль		0,1000	0,1000						
	Бульон или вода		105,0000	105,0000						
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	60			8,2816	16,1263	7,1444	207,6610	0,7640	295/2005
	бройлер-цыпленок		93,0000	38,2000						
	хлеб пшеничный		8,7000	8,7000						
	молоко или вода		14,4000	14,4000						
	сухари панировочные		5,5000	5,5000						
	внутренний жир		2,2000	2,2000						
	соль йодированная		1,4000	1,4000						
	масло растительное		3,3000	3,3000						
	масло сливочное		5,6000	5,6000						
	Капуста тушеная	150			4,2700	6,2600	17,1500	144,0000	63,4000	139/2005
	Капуста свежая		213,0000	171,0000						
	Раствор лимонной кислоты		4,5000	4,5000						
	Масло растительное		6,0000	6,0000						
	Томатная паста		3,6000	3,6000						
	Морковь		4,5000	3,8000						
	Лук репчатый		7,5000	6,0000						
	Лавровый лист		0,0120	0,0120						
	Мука пшеничная		1,5000	1,5000						
	Сахар		4,5000	4,5000						
	Соль		0,5000	0,5000						
	Компот из смеси сухофруктов	150			0,0000	0,0000	14,9850	78,0000	0,1800	868/2009

	сухофрукты(смесь)		15,0000	37,5000						
	сахар-песок		15,0000	15,0000						
	вода		150,0000	150,0000						
	кислота лимонная		0,1500	0,1500						
	Хлеб пшеничный	20	20,0000	20,0000	1,7800	0,5000	10,3200	51,8000	0,0000	г/п
	Хлеб ржаной	20	20,0000	20,0000	1,7800	2,8000	9,2600	61,0000	0,0000	г/п
	Итого за обед	550			17,2916	27,3263	67,6094	596,9110	69,3440	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	60			4,1000	7,2900	36,4700	227,6500	0,0000	415/2005
	Мука пшеничная		33,6000	33,6000						
	Сахар		9,6000	9,6000						
	Масло сливочное		8,4000	8,4000						
	Яйцо куриное столовое, гр.		4,1400	4,1400						
	Соль		0,2000	0,2000						
	Дрожжи сухие		1,0000	1,0000						
	Вода для замеса теста		12,0000	12,0000						
	Масса теста									
	Сахар для посыпки		3,6000	3,6000						
	Масло растительное для смазки листов		0,3000	0,3000						
	Яйца для смазки кренделя, гр.		0,4000	0,4000						
	Ряженка	150	155,0000	150,0000	4,3500	3,7500	6,3000	76,0000	0,4500	401/2014
	Итого за полдник	210			8,4500	11,0400	42,7700	303,6500	0,4500	
Всего за 10день		1200			32,3816	50,7263	158,4394	1230,2610	80,7140	

Составил: ответственный за организацию питания

 О.В. Лутченко

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью

23 *собрать* *т.п.* листов

Директор МБДОУ «ЦРР-д/с №15»
[Signature] О.В. Трегубова

