

Директор

" 29 "



2024

Генеральный директор

" 29 "



«Фабрика Социального питания»

Д.С. Семикопенко

" 29 " мая 2024 года

2024 г.

**Примерное  
десятидневное сбалансированное меню  
рационов горячего питания  
Белгородского района  
для детей дошкольного возраста от 1 до 3 лет  
(Белгородский район)**

2024 г.

День: первый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
54-3г-2020 [2]	Макароны отварные с сыром	150	7,95	8,70	28,65	224,70	0,05	0,05	0,05	0,71	126,00	100,05	10,95	0,75
	Кондитерское изделие пром. производства	40	3,52	3,64	9,96	86,68	0,09	0,42	8,76	0,15	32,60	101,36	27,45	0,71
ТТК 7.14	Чай с сахаром и лимоном	200 /7	0,14	0,02	15,20	61,54	0,00	2,84	0,00	0,02	14,20	4,40	2,40	0,36
	<b>Итого</b>	<b>397</b>	<b>11,61</b>	<b>12,36</b>	<b>53,81</b>	<b>372,92</b>	<b>0,14</b>	<b>3,31</b>	<b>8,81</b>	<b>0,87</b>	<b>172,80</b>	<b>205,81</b>	<b>40,80</b>	<b>1,82</b>
<b>Завтрак 2</b>														
	Фрукты (порц.)	100	0,93	0,13	9,53	43,07	0,04	10,00	0,00	1,13	20,00	34,00	16,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,93</b>	<b>0,13</b>	<b>9,53</b>	<b>43,07</b>	<b>0,04</b>	<b>10,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,13</b>	<b>20,00</b>	<b>34,00</b>	<b>16,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>														
24 [4]	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,27	1,80	1,08	21,21	0,00	2,46	0,00	0,09	5,70	10,17	4,80	0,21
101[4]	Суп картофельный с рисовой крупой	150	1,35	2,10	7,80	55,65	0,00	0,15	3,15	13,35	20,40	38,70	0,75	1,35
ТТК 5.43	Цыплята (бедро б/к) запеченные	50	9,95	9,27	0,05	127,08	0,01	0,03	0,01	1,40	11,95	10,20	86,50	0,75
378 [1]	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110	3,27	2,97	28,25	152,79	0,18	0,00	0,01	0,44	11,29	149,11	99,35	3,41
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,81	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
ТТК 7.9	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,28	0,10	28,88	117,54	0,00	19,30	0,00	0,16	13,66	7,38	5,78	0,47
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>18,60</b>	<b>16,74</b>	<b>87,77</b>	<b>579,65</b>	<b>0,26</b>	<b>21,94</b>	<b>3,17</b>	<b>16,09</b>	<b>75,70</b>	<b>273,56</b>	<b>214,08</b>	<b>7,59</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
ТТК 5.38	Тефтели мясные с рисом, с соусом	50 /30	6,56	11,20	6,40	152,80	0,00	0,08	0,72	1,28	29,76	16,40	80,80	0,88
ТТК 6.12	Рагу из овощей	110	3,41	8,14	16,78	153,97	0,09	59,39	0,00	3,21	115,05	92,64	52,35	1,57
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>420</b>	<b>17,72</b>	<b>24,72</b>	<b>44,63</b>	<b>471,94</b>	<b>0,24</b>	<b>62,07</b>	<b>0,76</b>	<b>4,94</b>	<b>393,51</b>	<b>334,04</b>	<b>175,25</b>	<b>3,85</b>
	<b>Итого за 1 день</b>	<b>1507</b>	<b>48,86</b>	<b>53,95</b>	<b>195,74</b>	<b>1467,58</b>	<b>0,68</b>	<b>97,31</b>	<b>12,73</b>	<b>23,04</b>	<b>662,01</b>	<b>847,41</b>	<b>446,13</b>	<b>13,86</b>

День: второй

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>															
181[4]	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	150 /10	4,64	8,16	24,64	190,56	0,06	0,90	0,05	49,38	101,92	90,08	15,52	0,32	
1 [5]	Бутерброд с маслом	40	2,44	7,56	14,64	136,00	0,04	0,00	0,00	0,48	9,28	29,08	9,88	0,60	
ТТК 7.16	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,04	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>7,16</b>	<b>15,74</b>	<b>54,28</b>	<b>387,02</b>	<b>0,10</b>	<b>0,94</b>	<b>0,05</b>	<b>49,86</b>	<b>122,30</b>	<b>121,96</b>	<b>26,80</b>	<b>1,20</b>	
<b>Завтрак 2</b>															
418 [5]	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,20	0,04	8,00	0,00	0,40	37,20	28,00	21,20	5,60	
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>85,20</b>	<b>0,04</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>37,20</b>	<b>28,00</b>	<b>21,20</b>	<b>5,60</b>	
<b>Обед</b>															
ТТК 3.18	Салат из капусты б/к с кукурузой	30	0,48	1,65	1,65	24,63	0,00	10,74	0,00	1,35	14,49	12,00	6,90	0,24	
ТТК 4.4	Солянка «Школьная»	150	4,34	3,56	6,63	75,98	0,05	0,15	9,21	0,44	29,37	120,24	33,12	2,31	
ТТК 5.52	Рыба, запеченная под овощами с сыром	50 /30	9,04	6,48	1,84	101,84	0,08	0,88	0,00	1,52	38,40	179,92	45,68	0,80	
339 [5]	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	11,66	87,30	0,10	13,32	0,02	0,13	27,12	63,50	20,35	0,74	
ТТК 7.7	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	19,88	113,60	0,02	0,90	0,00	0,08	13,94	4,40	5,14	0,94	
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20	
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20	
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>19,74</b>	<b>15,87</b>	<b>63,38</b>	<b>508,72</b>	<b>0,32</b>	<b>25,99</b>	<b>9,23</b>	<b>4,17</b>	<b>136,02</b>	<b>438,06</b>	<b>128,09</b>	<b>6,42</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>															
218 [4]	Вареники ленивые отварные со сметанным соусом	130 /30	21,76	11,68	33,12	324,00	0,06	0,53	0,08	0,48	211,36	245,12	31,52	0,48	
	<b>Фрукты (порц.)</b>	<b>100</b>	<b>0,93</b>	<b>0,13</b>	<b>9,53</b>	<b>43,07</b>	<b>0,04</b>	<b>10,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,13</b>	<b>20,00</b>	<b>34,00</b>	<b>16,00</b>	<b>0,60</b>	
ТТК 7.16	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,04	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	
	<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>22,77</b>	<b>11,83</b>	<b>57,65</b>	<b>427,53</b>	<b>0,10</b>	<b>10,57</b>	<b>0,08</b>	<b>1,61</b>	<b>242,46</b>	<b>281,92</b>	<b>48,92</b>	<b>1,36</b>	
	<b>Итого за 2 день</b>	<b>1680</b>	<b>50,68</b>	<b>43,45</b>	<b>195,51</b>	<b>1408,46</b>	<b>0,57</b>	<b>45,50</b>	<b>9,36</b>	<b>56,04</b>	<b>537,98</b>	<b>869,94</b>	<b>225,01</b>	<b>14,58</b>	

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
ТТК 1.3	Каша "Боярская" с маслом сливочным	150 /5	7,24	11,01	29,73	248,43	0,12	4,96	0,03	2,22	148,34	206,58	40,02	2,00
3[5]	Бутерброд с сыром	45	4,73	6,89	14,58	139,19	0,05	0,07	0,05	0,49	96,12	77,58	13,41	0,72
ТТК 7.14	Чай с сахаром и лимоном	200 /7	0,14	0,02	15,20	61,54	0,00	2,84	0,00	0,02	14,20	4,40	2,40	0,36
	<b>Итого</b>	<b>407</b>	<b>12,10</b>	<b>17,91</b>	<b>59,51</b>	<b>449,16</b>	<b>0,17</b>	<b>7,87</b>	<b>0,08</b>	<b>2,73</b>	<b>258,66</b>	<b>288,56</b>	<b>55,83</b>	<b>3,08</b>
<b>Завтрак 2</b>														
ТТК 7.2	Кефир с сахаром	200/15	5,80	5,00	22,96	160,00	0,20	1,40	0,00	0,00	241,40	180,00	28,00	0,30
	<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>22,96</b>	<b>160,00</b>	<b>0,20</b>	<b>1,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>241,40</b>	<b>180,00</b>	<b>28,00</b>	<b>0,30</b>
<b>Обед</b>														
ТТК 3.9	Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27
82 [4]	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 /10	1,31	4,50	6,96	73,34	0,00	6,49	10,00	1,82	29,89	38,80	16,65	0,77
ТТК 5.51	Спагетти с мясным соусом	50 /110	10,47	10,15	14,79	223,06	0,05	0,50	0,00	1,52	16,27	116,98	16,83	1,82
ТТК 7.8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	28,02	115,62	0,02	0,68	0,00	0,50	32,36	23,44	17,46	0,69
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>16,25</b>	<b>15,32</b>	<b>72,62</b>	<b>523,81</b>	<b>0,17</b>	<b>15,17</b>	<b>10,00</b>	<b>4,70</b>	<b>95,42</b>	<b>245,02</b>	<b>73,84</b>	<b>4,95</b>
<b>Полдник</b>														
ТТК 5.17	Котлеты "Нежные"	50	5,30	6,15	5,55	98,20	0,05	0,05	0,55	0,75	12,00	68,00	8,85	0,80
378 [1]	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110	3,27	2,97	28,25	152,79	0,18	0,00	0,01	0,44	11,29	149,11	99,35	3,41
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
ТТК 7.7	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	19,88	113,60	0,02	0,90	0,00	0,08	13,94	4,40	5,14	0,94
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>10,68</b>	<b>9,66</b>	<b>65,53</b>	<b>423,17</b>	<b>0,32</b>	<b>0,95</b>	<b>0,56</b>	<b>1,72</b>	<b>45,93</b>	<b>266,51</b>	<b>127,44</b>	<b>6,35</b>
	<b>Итого за 3 день</b>	<b>1612</b>	<b>44,83</b>	<b>47,88</b>	<b>220,62</b>	<b>1556,13</b>	<b>0,86</b>	<b>25,39</b>	<b>10,64</b>	<b>9,15</b>	<b>641,40</b>	<b>980,09</b>	<b>285,11</b>	<b>14,67</b>

День: четвертый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
223 [4]	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130 /10	13,22	9,74	19,78	225,90	0,04	1,15	0,07	4,02	145,94	176,75	19,49	0,46
1 [5]	Бутерброд с маслом	40	2,44	7,56	14,64	136,00	0,04	0,00	0,00	0,48	9,28	29,08	9,88	0,60
ТТК 7.16	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,04	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>15,74</b>	<b>17,32</b>	<b>49,42</b>	<b>422,36</b>	<b>0,08</b>	<b>1,19</b>	<b>0,07</b>	<b>4,50</b>	<b>166,32</b>	<b>208,63</b>	<b>30,77</b>	<b>1,34</b>
<b>Завтрак 2</b>														
	Фрукты (порц.)	100	0,93	0,13	9,53	43,07	0,04	10,00	0,00	1,13	20,00	34,00	16,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,93</b>	<b>0,13</b>	<b>9,53</b>	<b>43,07</b>	<b>0,04</b>	<b>10,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,13</b>	<b>20,00</b>	<b>34,00</b>	<b>16,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>														
ТТК 3.27	Салат из свежего огурца с луком	30	0,21	1,80	0,69	19,80	0,00	2,85	0,00	0,81	6,54	12,00	3,99	0,15
102 [4]	Суп картофельный с горохом	150	3,30	3,15	9,90	88,95	0,15	3,45	0,00	1,50	25,65	52,80	21,30	1,20
ТТК 5.47	Шницель куриный	50	6,58	8,09	2,14	107,65	0,05	0,20	6,20	0,75	38,00	183,50	0,06	0,00
378 [1]	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	110	2,64	2,95	23,08	129,40	0,02	0,00	14,19	0,19	4,33	57,06	18,67	0,39
ТТК 7.3	Кисель ягодный	200	0,58	0,06	30,20	123,66	0,00	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,38
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>16,79</b>	<b>16,56</b>	<b>87,72</b>	<b>574,83</b>	<b>0,30</b>	<b>7,60</b>	<b>20,39</b>	<b>4,08</b>	<b>102,92</b>	<b>379,68</b>	<b>64,28</b>	<b>3,52</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
3.3	Икра овощная (кабачковая)	40	0,68	1,20	2,40	23,12	0,00	2,48	0,00	0,88	14,56	14,56	5,32	0,28
54-10-2020 [2]	Омлет натуральный	130	10,99	16,84	2,73	205,60	0,05	0,26	0,17	0,33	93,60	174,85	14,30	1,82
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>19,42</b>	<b>23,41</b>	<b>26,58</b>	<b>393,89</b>	<b>0,21</b>	<b>5,34</b>	<b>0,21</b>	<b>1,66</b>	<b>356,86</b>	<b>414,41</b>	<b>61,72</b>	<b>3,50</b>
	<b>Итого за 4 день</b>	<b>1440</b>	<b>52,87</b>	<b>57,42</b>	<b>173,26</b>	<b>1434,15</b>	<b>0,63</b>	<b>24,13</b>	<b>20,67</b>	<b>11,36</b>	<b>646,10</b>	<b>1036,72</b>	<b>172,77</b>	<b>8,96</b>

День: пятый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
173 [4]	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	150 /10	6,40	9,92	22,88	206,40	0,14	0,74	0,03	0,48	113,92	179,04	53,92	1,28
1 [5]	Бутерброд с маслом	40	2,44	7,56	14,64	136,00	0,04	0,00	0,00	0,48	9,28	29,08	9,88	0,60
416[5]	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	1,58	0,02	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48
0.00	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>12,92</b>	<b>21,02</b>	<b>55,10</b>	<b>460,92</b>	<b>0,24</b>	<b>2,32</b>	<b>0,05</b>	<b>0,96</b>	<b>275,42</b>	<b>332,68</b>	<b>85,14</b>	<b>2,36</b>
<b>Завтрак 2</b>														
418 [5]	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,20	0,04	8,00	0,00	0,40	37,20	28,00	21,20	5,60
0.00	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>85,20</b>	<b>0,04</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>37,20</b>	<b>28,00</b>	<b>21,20</b>	<b>5,60</b>
<b>Обед</b>														
14[5]	Салат из свежих помидоров с луком	30	0,33	1,83	1,41	23,73	0,00	6,00	0,00	0,93	5,25	9,84	5,31	0,24
ТТК 4.3	Свекольник со сметаной	150 /10	1,31	5,70	9,66	95,40	0,15	6,19	10,00	1,37	21,04	35,65	13,35	0,92
ТТК 5.17	Котлеты "Нежные"	50	5,30	6,15	5,55	98,20	0,05	0,05	0,55	0,75	12,00	68,00	8,85	0,80
339 [5]	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	11,66	87,30	0,10	13,32	0,02	0,13	27,12	63,50	20,35	0,74
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,81	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
ТТК 7.7	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	19,88	113,60	0,02	0,90	0,00	0,08	13,94	4,40	5,14	0,94
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>12,83</b>	<b>17,87</b>	<b>69,88</b>	<b>523,61</b>	<b>0,40</b>	<b>26,46</b>	<b>10,57</b>	<b>3,91</b>	<b>92,05</b>	<b>239,39</b>	<b>69,90</b>	<b>5,03</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
5.37	Суфле куриное, запеченное со сметаной	50	6,19	8,71	1,52	109,10	0,04	0,05	0,72	1,37	23,75	14,37	6,54	0,88
ТТК 6.7	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	4,05	3,31	18,29	114,76	0,04	0,00	0,11	0,72	3,56	27,26	15,49	0,81
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,21	0,00	0,00	0,00	0,30	6,00	19,50	4,20	0,30
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>18,33</b>	<b>17,22</b>	<b>44,21</b>	<b>400,67</b>	<b>0,16</b>	<b>2,65</b>	<b>0,87</b>	<b>2,39</b>	<b>273,31</b>	<b>241,12</b>	<b>54,22</b>	<b>2,19</b>
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1590</b>	<b>45,08</b>	<b>56,11</b>	<b>189,39</b>	<b>1470,40</b>	<b>0,85</b>	<b>39,43</b>	<b>11,49</b>	<b>7,66</b>	<b>677,97</b>	<b>841,20</b>	<b>230,46</b>	<b>15,18</b>

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
181[4]	Каша жидкая молочная с манной крупой с маслом сливочным	150 /5	8,53	7,91	23,87	200,73	0,06	0,87	0,05	47,83	98,74	87,27	15,04	0,31
	Кондитерское изделие пром.	40	3,52	3,64	9,96	86,68	0,09	0,42	8,76	0,15	32,60	101,36	27,45	0,71
ТТК 7.16	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,04	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	<b>Итого</b>	<b>395</b>	<b>12,13</b>	<b>11,57</b>	<b>48,83</b>	<b>347,87</b>	<b>0,16</b>	<b>1,33</b>	<b>8,81</b>	<b>47,98</b>	<b>142,44</b>	<b>191,43</b>	<b>43,89</b>	<b>1,30</b>
<b>Завтрак 2</b>														
	Фрукты (подц.)	100	0,93	0,13	9,53	43,07	0,04	10,00	0,00	1,13	20,00	34,00	16,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,93</b>	<b>0,13</b>	<b>9,53</b>	<b>43,07</b>	<b>0,04</b>	<b>10,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,13</b>	<b>20,00</b>	<b>34,00</b>	<b>16,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>														
ТТК 3.27	Салат из свежих огурцов с луком	30	0,21	1,80	0,69	20,19	0,00	28,50	0,00	0,81	6,54	12,00	3,99	0,15
ТТК 4.11	Суп лапша по - домашнему	150 /10	1,76	1,76	11,20	67,68	0,00	5,28	0,00	0,80	18,72	43,20	22,72	0,80
ТТК 5.3	Голубцы ленивые в томатном- сметанном соусе	50 /30	6,08	14,38	6,74	186,31	0,15	11,38	0,01	2,00	25,47	82,52	19,84	0,94
378 [1]	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110	3,27	2,97	28,25	152,79	0,18	0,00	0,01	0,44	11,29	149,11	99,35	3,41
ТТК 7.9	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,28	0,10	28,88	117,54	0,00	19,30	0,00	0,16	13,66	7,38	5,78	0,47
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
	<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>15,08</b>	<b>21,52</b>	<b>97,47</b>	<b>649,89</b>	<b>0,40</b>	<b>64,46</b>	<b>0,02</b>	<b>4,86</b>	<b>88,38</b>	<b>352,21</b>	<b>168,58</b>	<b>7,16</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
ТТК 5.7	Запеканка картофельная с мясом	50 /110	4,64	19,20	34,56	332,96	0,00	0,32	2,72	2,88	10,88	101,44	48,16	12,48
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>12,39</b>	<b>24,58</b>	<b>56,01</b>	<b>498,14</b>	<b>0,16</b>	<b>2,92</b>	<b>2,76</b>	<b>3,33</b>	<b>259,58</b>	<b>326,44</b>	<b>90,26</b>	<b>13,88</b>
	<b>Итого за 6 день</b>	<b>1515</b>	<b>40,53</b>	<b>57,80</b>	<b>211,84</b>	<b>1538,95</b>	<b>0,75</b>	<b>78,70</b>	<b>11,59</b>	<b>57,30</b>	<b>510,39</b>	<b>904,07</b>	<b>318,73</b>	<b>22,95</b>

День: седьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>															
ТТК 1.1	Каша «Дружба» с маслом сливочным	150 /5 /5	9,44	4,48	39,52	236,16	0,16	0,32	0,00	1,12	119,04	36,64	155,20	0,64	
1 [5]	Бутерброд с маслом	40	2,44	7,56	14,64	136,00	0,04	0,00	0,00	0,48	9,28	29,08	9,88	0,60	
416[5]	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	1,58	0,02	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>15,96</b>	<b>15,58</b>	<b>71,74</b>	<b>490,68</b>	<b>0,26</b>	<b>1,90</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	<b>280,54</b>	<b>190,28</b>	<b>186,42</b>	<b>1,72</b>	
<b>Завтрак 2</b>															
418 [5]	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,20	0,04	8,00	0,00	0,40	37,20	28,00	21,20	5,60	
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>85,20</b>	<b>0,04</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>37,20</b>	<b>28,00</b>	<b>21,20</b>	<b>5,60</b>	
<b>Обед</b>															
ТТК 3.9	Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	
102 [4]	Суп картофельный с горохом	150	3,30	3,15	9,90	88,95	0,15	3,45	0,00	1,50	25,65	52,80	21,30	1,20	
ТТК 5.15	Котлеты куриные	50	3,78	6,78	4,31	93,86	0,05	0,00	0,00	1,70	9,20	63,80	7,55	0,70	
339 [5]	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	11,66	87,30	0,10	13,32	0,02	0,13	27,12	63,50	20,35	0,74	
ТТК 7.8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	28,02	115,62	0,02	0,68	0,00	0,50	32,36	23,44	17,46	0,69	
ТТК2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20	
ТТК2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20	
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>13,79</b>	<b>14,11</b>	<b>76,74</b>	<b>497,52</b>	<b>0,41</b>	<b>24,95</b>	<b>0,02</b>	<b>4,69</b>	<b>111,23</b>	<b>269,34</b>	<b>89,56</b>	<b>5,00</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>															
ТТК 5.12	Кнели мясные с соусом	50 /20	10,57	8,47	3,96	134,47	0,00	0,07	0,77	1,05	16,80	95,38	12,43	1,12	
ТТК 6.7	Макаронные изделия отварные с	110	4,05	3,31	18,29	114,76	0,04	0,00	0,11	0,72	3,56	27,26	15,49	0,81	
ТТК2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20	
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>22,37</b>	<b>17,16</b>	<b>43,70</b>	<b>414,41</b>	<b>0,20</b>	<b>2,67</b>	<b>0,92</b>	<b>2,22</b>	<b>269,06</b>	<b>347,63</b>	<b>70,01</b>	<b>3,33</b>	
	<b>Итого за 7 день</b>	<b>1600</b>	<b>53,12</b>	<b>46,85</b>	<b>212,38</b>	<b>1487,81</b>	<b>0,91</b>	<b>37,52</b>	<b>0,96</b>	<b>8,91</b>	<b>698,03</b>	<b>835,26</b>	<b>367,19</b>	<b>15,65</b>	



День: восьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
ТТК 2.8	Запеканка творожно-рисовая со сметанным соусом	130 /30	10,10	11,70	19,30	229,76	0,06	1,70	0,10	4,69	135,01	215,84	32,88	0,93
3 5	Бутерброд с сыром	45	4,73	6,89	14,58	139,19	0,05	0,07	0,05	0,49	96,12	77,58	13,41	0,72
ТТК 7.14	Чай с сахаром лимоном	200 /7	0,14	0,02	15,20	61,54	0,00	0,00	2,84	0,02	14,20	2,40	4,40	0,36
	Итого	412	14,96	18,60	49,08	430,49	0,11	1,77	2,98	5,20	245,33	295,82	50,69	2,01
<b>Завтрак 2</b>														
ТТК 7.2	Кефир с сахаром	200 /15	5,80	5,00	22,96	160,00	0,20	1,40	0,00	0,00	241,40	180,00	28,00	0,30
	Итого	215	5,80	5,00	22,96	160,00	0,20	1,40	0,00	0,00	241,40	180,00	28,00	0,30
<b>Обед</b>														
24  4	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,27	1,80	1,08	21,21	0,00	2,46	0,00	0,09	5,70	10,17	4,80	0,21
82  4	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 /10	1,31	4,50	6,96	73,34	0,00	6,49	10,00	1,82	29,89	38,80	16,65	0,77
ТТК 5.38	Тефтели мясные с рисом, с соусом	50 /30	12,30	12,86	9,79	204,09	0,08	0,72	0,00	1,28	29,76	80,80	16,40	0,88
ТТК 6.7	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	4,05	3,31	18,29	114,76	0,04	0,00	0,11	0,72	3,56	27,26	15,49	0,81
ТТК 7.9	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,28	0,10	28,88	117,54	0,00	19,30	0,00	0,16	13,66	7,38	5,78	0,47
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
	Итого	630	21,70	23,08	86,72	636,31	0,20	28,97	10,11	4,72	95,27	222,41	76,02	4,54
<b>Уплотненный полдник</b>														
ТТК 5.36	Суфле из печени	50	9,00	2,65	4,30	77,20	0,00	0,63	0,00	2,19	13,05	40,05	10,85	0,25
ТТК 6.12	Рагу из овощей	110	3,41	8,14	16,78	153,97	0,09	59,39	0,00	3,21	115,05	92,64	52,35	1,57
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,21	0,00	0,00	0,00	0,30	6,00	19,50	4,20	0,30
ТТК 7.8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	28,02	115,62	0,02	0,68	0,00	0,50	32,36	23,44	17,46	0,69
	Итого	390	15,37	11,09	63,89	417,00	0,11	60,69	0,00	6,20	166,46	175,63	84,86	2,81
	Итого за 8 день	1647	57,83	57,77	222,65	1643,79	0,62	92,83	13,09	16,11	748,46	873,86	239,57	9,66

День: девятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
173 [4]	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	150 /10	6,40	9,92	22,88	206,40	0,14	0,74	0,03	0,48	113,92	179,04	53,92	1,28
1 [5]	Бутерброд с маслом	40	2,44	7,56	14,64	136,00	0,04	0,00	0,00	0,48	9,28	29,08	9,88	0,60
ТТК 7.16	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,04	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>8,92</b>	<b>17,50</b>	<b>52,52</b>	<b>402,86</b>	<b>0,18</b>	<b>0,78</b>	<b>0,03</b>	<b>0,96</b>	<b>134,30</b>	<b>210,92</b>	<b>65,20</b>	<b>2,16</b>
<b>Завтрак 2</b>														
	Фрукты (порц.)	100	0,93	0,13	9,53	43,07	0,04	10,00	0,00	1,13	20,00	34,00	16,00	0,60
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,93</b>	<b>0,13</b>	<b>9,53</b>	<b>43,07</b>	<b>0,04</b>	<b>10,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,13</b>	<b>20,00</b>	<b>34,00</b>	<b>16,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>														
34 [5]	Салат из свеклы	30	0,42	1,80	2,49	28,17	0,00	2,85	0,00	0,82	10,50	12,27	6,27	0,39
ТТК 4.9	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150 /20	1,53	1,87	10,54	72,08	0,00	7,48	0,00	0,85	20,23	49,13	20,23	0,85
ТТК 5.55	Шницель рыбный	50	9,15	3,65	3,10	81,80	0,06	0,18	11,10	1,41	23,50	123,05	24,15	0,80
339 [5]	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	11,66	87,30	0,10	13,32	0,02	0,13	27,12	63,50	20,35	0,74
	Кисель ягодный	200	0,58	0,06	30,20	123,66	0,00	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,38
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,81	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>17,41</b>	<b>11,41</b>	<b>79,71</b>	<b>498,39</b>	<b>0,23</b>	<b>24,93</b>	<b>11,12</b>	<b>4,04</b>	<b>109,75</b>	<b>322,27</b>	<b>91,26</b>	<b>4,56</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
3.3	Икра овощная (кабачковая)	40	0,68	1,20	2,40	23,12	0,00	2,48	0,00	0,88	14,56	14,56	5,32	0,28
54-10-2020 [2]	Омлет натуральный	130	10,99	16,84	2,73	205,60	0,05	0,26	0,17	0,33	93,60	174,85	14,30	1,82
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20
385[4]	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>19,42</b>	<b>23,41</b>	<b>26,58</b>	<b>393,89</b>	<b>0,21</b>	<b>5,34</b>	<b>0,21</b>	<b>1,66</b>	<b>356,86</b>	<b>414,41</b>	<b>61,72</b>	<b>3,50</b>
	<b>Итого за 9 день</b>	<b>1510</b>	<b>46,68</b>	<b>52,45</b>	<b>168,34</b>	<b>1338,20</b>	<b>0,67</b>	<b>41,05</b>	<b>11,36</b>	<b>7,78</b>	<b>620,91</b>	<b>981,60</b>	<b>234,18</b>	<b>10,82</b>

День: десятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>															
183[4]	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	150 /5	16,14	6,22	70,57	413,25	0,34	0,31	0,22	99,87	149,20	399,88	219,84	6,98	
3[5]	Бутерброд с сыром	45	4,73	6,89	14,58	139,19	0,05	0,07	0,05	0,49	96,12	77,58	13,41	0,72	
ТТК 7.14	Чай с сахаром и лимоном	200 /7	0,14	0,02	15,20	61,54	0,00	2,84	0,00	0,02	14,20	4,40	2,40	0,36	
	<b>Итого</b>	<b>407</b>	<b>21,00</b>	<b>13,12</b>	<b>100,35</b>	<b>613,97</b>	<b>0,39</b>	<b>3,22</b>	<b>0,26</b>	<b>100,38</b>	<b>259,52</b>	<b>481,86</b>	<b>235,65</b>	<b>8,06</b>	
<b>Завтрак 2</b>															
418 [5]	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,20	0,04	8,00	0,00	0,40	37,20	28,00	21,20	5,60	
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>85,20</b>	<b>0,04</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>37,20</b>	<b>28,00</b>	<b>21,20</b>	<b>5,60</b>	
<b>Обед</b>															
ТТК 3.15	Салат из капусты б/к с огурцом	30	0,45	1,53	2,37	25,05	0,00	9,90	0,00	1,17	13,08	10,50	5,55	0,18	
ТТК 4.3	Свекольник со сметаной	150 /10	1,31	5,70	9,66	95,40	0,15	6,19	10,00	1,37	21,04	35,65	13,35	0,92	
ТТК 5.14	Колобки мясные с сыром	50 /20	8,02	6,87	3,21	106,76	0,00	0,77	0,00	1,05	16,66	95,20	12,25	1,12	
378 [1]	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	110	2,64	2,95	23,08	129,40	0,02	0,00	14,19	0,19	4,33	57,06	18,67	0,39	
ТТК 7.7	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	19,88	113,60	0,02	0,90	0,00	0,08	13,94	4,40	5,14	0,94	
ТТК 2.18	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	46,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20	
ТТК 2.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,38	11,85	58,58	0,08	0,00	0,00	0,45	8,70	45,00	14,10	1,20	
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>16,06</b>	<b>17,72</b>	<b>79,91</b>	<b>575,59</b>	<b>0,27</b>	<b>17,76</b>	<b>24,19</b>	<b>4,51</b>	<b>81,75</b>	<b>260,81</b>	<b>71,86</b>	<b>4,94</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>															
218 [4]	Вареники ленивые отварные со сметанным соусом	130 /30	21,76	11,68	33,12	324,00	0,06	0,53	0,08	0,48	211,36	245,12	31,52	0,48	
	Фрукты (порц.)	100	0,93	0,13	9,53	43,07	0,04	10,00	0,00	1,13	20,00	34,00	16,00	0,60	
ТТК 7.8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	28,02	115,62	0,02	0,68	0,00	0,50	32,36	23,44	17,46	0,69	
	<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>22,69</b>	<b>11,81</b>	<b>42,65</b>	<b>367,07</b>	<b>0,10</b>	<b>10,53</b>	<b>0,08</b>	<b>1,61</b>	<b>231,36</b>	<b>279,12</b>	<b>47,52</b>	<b>1,08</b>	
	<b>Итого за 10 день</b>	<b>1687</b>	<b>60,75</b>	<b>42,65</b>	<b>243,12</b>	<b>1641,82</b>	<b>0,80</b>	<b>39,51</b>	<b>24,53</b>	<b>106,90</b>	<b>609,84</b>	<b>1049,79</b>	<b>376,22</b>	<b>19,68</b>	

**Сводная таблица о потреблении пищевых веществ и энергии обучающихся образовательных учреждений за 10 дней**

День недели	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность на 10 дней, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
	Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	48,86	53,95	195,74	1467,58	0,68	97,31	12,73	23,04	662,01	847,41	446,13	13,86
2	50,68	43,45	195,51	1408,46	0,57	45,50	9,36	56,04	537,98	869,94	225,01	14,58
3	44,83	47,88	220,62	1556,13	0,86	25,39	10,64	9,15	641,40	980,09	285,11	14,67
4	52,87	57,42	173,26	1434,15	0,08	2,60	0,04	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
5	45,08	56,11	189,39	1470,40	0,85	39,43	11,49	7,66	677,97	841,20	230,46	15,18
6	40,53	57,80	211,84	1538,95	0,75	78,70	11,59	57,30	510,39	904,07	318,73	22,95
7	53,12	46,85	212,38	1487,81	0,91	37,52	0,96	8,91	698,03	835,26	367,19	15,65
8	57,83	57,77	222,65	1643,79	0,62	92,83	13,09	16,11	748,46	873,86	239,57	9,66
9	46,68	52,45	168,34	1338,20	0,67	41,05	11,36	7,78	620,91	981,60	234,18	10,82
10	60,75	42,65	243,12	1641,82	0,80	39,51	24,53	106,90	609,84	1049,79	376,22	19,68
<b>Всего за 10 дней</b>	<b>501,23</b>	<b>516,34</b>	<b>2032,84</b>	<b>14987,31</b>	<b>6,78</b>	<b>499,84</b>	<b>105,79</b>	<b>292,88</b>	<b>5946,98</b>	<b>8363,22</b>	<b>2750,61</b>	<b>137,25</b>

**Среднесуточный набор пищевых продуктов за 10 дней**

к СанПиН2.3/2.4.3590-20

№п/п	Наименование продуктов	Среднесуточные нормы	Среднесуточная норма 85% (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный)	Норма за 10 дней	Получено фактически	%	Недостаток, г	%	Избыток, г	%
1	Хлеб пшеничный (в том числе батон)	60	51	510	495	97,06	15	2,94	-	-
2	Хлеб ржаной-пшеничный	40	34	480	430	89,58	50	10,42		
3	Мука пшеничная	25	21,25	212,5	212,5	100,00	-	-	-	-
4	Крупы, бобовые	30	25,5	255	265	103,92	-	-	10,00	3,92
5	Макаронные изделия	8	6,8	68	74	108,82	-	-	6,00	8,82
6	Картофель	120	102	1020	940	92,16	80	7,84	-	-
7	Овощи свежие, зелень	180	153	1530	1453	94,97	77	5,03	-	-
8	Фрукты (плоды) свежие	95	80,75	807,5	807,5	100,00	-	-	-	-
9	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, кисель	9	7,65	76,5	76,5	100,00	-	-	-	-
10	Соки плодоовощные	100	85	850	850	100,00	-	-	-	-
11	Мясо жилованное 1 кат. (нетто)	50	42,5	425	439,8	103,48	-	-	14,8	3,48
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	17	170	101	59,41	69	40,59	-	-
13	Цыплята 1 кат. (нетто)	20	17	170	230,25	135,44	-	-	60,25	35,44
14	Рыба-филе (нетто)	32	27,2	272	175	64,34	97	35,66	-	-
15	Молоко	390	331,5	3315	3100	93,51	215	6,49	-	-
16	Творог 9%	30	25,5	255	240	94,12	15	5,88	-	-
17	Сыр	4	3,4	34	72	211,76	-	-	38,00	111,76
18	Сметана 15%	9	7,65	76,5	87	113,73	-	-	10,50	13,73
19	Масло сливочное	18	15,3	153	153	100,00	-	-	-	-
20	Масло растительное	9	7,65	76,5	76,5	100,00	-	-	-	-
21	Яйцо	40	34	340	340	100,00	-	-	-	-
22	Сахар	25	21,25	212,5	212,5	100,00	-	-	-	-
23	Кондитерские изделия	9	7,65	76,5	90	117,65	-	-	-	-
24	Чай	0,5	0,425	4,25	4,25	100,00	-	-	-	-
25	Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,34	3,4	3,4	100,00	-	-	-	-
26	Соль	3	2,55	25,5	25,5	100,00	-	-	-	-

## Библиография

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А. И. Здобнов, В. А. Цыганенко, М. И. Пересичный. – К. : Арий, М.: Лада, 2008. – 688 с.
2. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 289 с.
3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 192 с.
4. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.
5. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015.-640 с.
6. Справочник «Химический состав российских пищевых продуктов»/ Под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна. – М. : ДеЛи принт, 2002. – 236 с.

---

### Пояснение

\* При приготовлении блюд используются овощи и фрукты урожая 2023-2024гг. После 1 марта допускается использовать только после термической обработки.