

Утверждаю

от " _____ " 2024 года

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для питания детей с 1 до 3 лет, с 3 до 7 лет (с 12 - ти часовым пребыванием детей),

посещающих муниципальные автономные дошкольные образовательные учреждения г. Череповца

с 01.07.2024 года по 31.10.2024 года (завтраки, обеды, полдники, ужины)

Утверждаю

Директор МКУ "Центр социального питания"

С.В. Шакина



от "01" июля 2024 года

Наименование-блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)				Энергетическая калорийность	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)			
			Б			У			Б			У				
			Ж						Ж							
Сд													Яси			

Первый день:

ЗАВТРАК:	Каша молочная рисовая	ТТК № 28/ (г,с)	180	2,7	0,2	36,9	165,6	170	2,5	0,2	34,9	156,4
	Бутерброд с маслом и сыром	ТТК № 87 / (г,с)	30/10/15	6,1	12,5	15,4	197,6	30/10/10	4,9	11,0	15,4	179,4
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 / (г,с)	180	2,8	2,2	10,5	73,5	150	2,3	1,8	8,7	61,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кисель "Витаминный"	ТТК № 11 (г,с)	180	0,0	0,0	25,7	80,8					
	Кисель из ягода	ТТК № 77/ (г,с)						150	0,3	0,0	93,7	52,0
			595	11,6	14,9	88,5	517,5	520	10,0	13,0	152,7	449,0
ОБЕД:	Суп картофельный с бобовыми, курой и грибами	ТТК № 107/ (г,с), ТТК №37/ (г,с)	180/10/10	7,3	4,8	17,2	177,5	150/10/10	6,5	4,1	14,5	156,9
	Паста "Новинка" (свинина)	ТТК № 34/ (г,с)	190 (60/130)	10,6	18,4	29,2	352,3	160 (40/120)	8,2	15,2	26,7	279,0
	Напиток из изюма	ТТК № 14/ (г,с)	180	0,3	0,0	15,6	58,3	180	0,3	0,0	15,6	58,3
	Хлеб ржано-пшеничный подпорванный		32	2,2	0,3	13,1	64,0	31	2,2	0,3	13,1	62,0
ИТОГО:			602	21,8	13,1	84,8	652,1	541	17,8	9,8	64,9	556,2
ПОЛДНИК:	Напиток яблочный	ТТК № 33/ (г,с)	200	0,1	0,0	26,4	102,0	180	0,2	0,0	23,8	91,8
	Зефир		60	0,1	0,0	48,6	195,0	60	0,1	0,0	48,6	195,0
ИТОГО:			260	0,2	0,0	75,0	297,0	240	0,3	0,0	72,4	286,8
УЖИН:	Эрзэз рыбленные из говядины	ТТК № 7/ (г,с)	70	9,5	11,4	10,9	185,5	50	6,8	8,1	7,8	132,5
	Рату овощное	ТТК № 72 / (г,с)	130	3,3	7,4	15,1	138,2	110	2,8	6,2	12,8	116,9
	Овощи порционные (помидор свежий)	ТТК № 91 (г,с)	50	0,6	0,1	1,9	10	30	0,4	0,1	1,1	6
	Напиток из мандаринов	ТТК № 32 / (г,с)	180	0,2	0,0	9,6	43,6	180	0,2	0,0	9,6	43,6
	Батон подпорванный		30	2,4	0,9	15,3	78,0	30	2,4	0,9	15,3	78,0
ИТОГО:			450	40,7	33,2	316,3	455,3	410	33,5	25,4	285,0	377,0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1907	74,2	61,2	564,6	1921,9	1711	61,6	48,2	575,0	1669,0

Наименование блюда	№ рецептуры	Сал						Если			
		Выход блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
Третий день:											

ЗАВТРАК:	Каша геркулесовая молочная	ТТК № 18/ (Я,С)	180	5,0	9,4	23,8	207,0	180	23,8	207,0	19,8	172,5
	Бутерброд с сыром	ТТК № 65 / (Я,С)	30/10	4,1	3,8	15,3	113,4	30/10	4,1	3,8	15,3	113,4
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	200	5,0	20,0	9,7	82,7
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Сушари		20	2,0	0,6	16,6	50,0	10	1,0	0,3	8,3	25,0
	Напиток из ягода	ТТК №62/ (Я,С)	200	0,0	0,0	10,0	48,0	150	0,0	0,0	9,0	36,0
ИТОГО:			640	11,3	13,8	70,7	438,4	580	33,9	231,1	62,1	429,6
ОБЕД:	Борщ с капустой, картофелем, филе куриным и сметаной	ТТК № 40/ (Я,С)	180/10/10	5,6	5,5	9,9	102,6	150/5/10	4,9	5,7	10,5	109,7
	Котлеты рубленые из курицы, соус красный	ТТК № 7/(Я,С) ТТК № 73/(Я,С)	70/30	16,1	16,2	16,5	312,1	50/30	11,7	12,0	12,5	230,5
	Греча отварная	ТТК № 78/ (Я,С)	130	7,2	6,8	37,0	241,8	110	6,1	5,7	31,3	204,6
	Напиток из сухофруктов	ТТК № 6/ (Я,С)	200	0,2	0,0	12,4	50,0	150	0,2	0,0	9,3	37,5
	Хлеб ржано-пшеничный		38	2,3	0,3	15,6	76,0	29	2,0	0,3	11,9	58,0
ИТОГО:			668	31,4	28,8	90,4	782,5	534	24,9	23,7	75,5	640,3
ПОЛДНИК:	Напиток кефирный фруктовый	ТТК № 4/ (Я,С)	200	5,5	4,9	22,0	156,0	150	4,2	3,7	16,5	117,0
	Фрукты свежие (яблоко)		106	0,4	0,4	10,4	49,8	95	0,4	0,4	9,3	44,6
ИТОГО:			306	5,9	5,3	32,4	205,8	245	4,6	4,1	25,8	161,6
	Пюре картофельное	ТТК № 22/ (Я,С)	130	2,8	5,8	18,7	141,7	110	2,3	4,9	15,8	119,9
	Шницель рыбный "диетический"	ТТК № 57/ (Я,С);	80	9,7	5,3	12,8	239,0	70	8,5	4,6	11,2	209,1
	Чай с лимоном	ТТК № 6/ (Я,С)	200/10	0,3	0,0	5,3	21,6	200/10	0,3	0,0	5,3	21,6
	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,1	0,3	12,3	60,0	30	2,1	0,3	12,3	60,0
ИТОГО:			450	14,9	11,4	49,1	462,3	420	13,2	9,8	44,6	410,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2064	63,5	59,3	243,6	1889,0	1779	76,6	268,7	208,0	1642,1

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход					Зернителе					Бли				
			Блюда (г)	Пищевые вещества (г)			ценность	Блюда (г)	Пищевые вещества (г)			ценность	Блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У			Б	Ж	У	

Четвертый день:

ЗАВТРАК:	Вармишель молочная	ТТК № 86/ (г,с)	180	6,5	10,8	29,6	218,3	150	5,4	9,0	24,7	181,9					
	Бытерброд с сыром	ТТК № 65 / (г,с)	30/10	4,1	3,8	15,3	113,4	30/10	4,1	3,8	15,3	113,4					
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 (г,с)						150	2,3	1,8	8,7	61,2					
	Напиток кофейный с молоком (витаминный)	ТТК № 2 / (г,с)	200	3,1	2,4	11,5	81,7										
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кисель из ягод	ТТК № 77/ (г,с)	180	0,4	0,0	62,4	111,6	150	0,3	0,0	52,0	93,7					
ИТОГО:			600	16,5	18,5	87,8	525,0	490	13,5	14,9	75,6	470,7					
ОБЕД:	Суп крестьянский с курой и сметаной	ТТК № 109/ (г,с)	180/10/10	6,7	7,9	13,9	153,7	150/10/10	5,6	6,6	11,6	128,1					
	Рагу из птицы	ТТК № 79/ (г,с)	40/135	16,1	12,6	19,2	276,7	35/125	15,1	11,8	17,4	248,5					
	Напиток из изюма	ТТК № 14/ (г,с)	200	0,3	0,0	17,3	64,8	180	0,2	0,0	15,5	58,3					
	Хлеб ржано-пшеничный		42	2,6	0,4	17,2	84,0	32	2,2	0,3	13,1	64,0					
ИТОГО:																	
УЖИН:	Котлета с овощами из говяжьих, соев красных	ТТК № 73/ (г,с) ТТК № 76/ (г,с)	70/30	9,9	15,5	14,7	238,1	50/30	7,3	11,5	11,2	177,6					
	Рис отварной	ТТК № 10/ (г,с)	130	3,2	5,4	33,4	197,6	110	2,7	4,5	28,3	167,2					
	Овощи порционно (оружье)	ТТК № 91 / (г,с)	36	2,3	0,1	1,0	5,4	20	0,2	0,0	0,6	3,0					
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (г,с)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	200	0,2	0,0	5,0	20,0					
	Батон подпорванный		40	3,2	1,2	20,4	104,0	30	2,4	0,9	15,3	78,0					
ИТОГО:			506	57,10	55,90	258,50	565,10	440	48,00	48,34	212,50	445,80					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1973	113,7	124,2	420,0	1944,9	1672	105,0	118,3	687,9	1589,4					

Наименование блюда	№ рецептуры	Сред					Если				
		Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	

Питательный день:											
ЗАВТРАК:	Каша жидкая молочная пшеничная	ТТК № 56/ (г,с)	150	5,4	3,2	23,8	120,1	130	4,5	2,7	104,1
	Какао с молоком	ТТК № 19/ (г,с)	150	2,0	2,9	9,7	82,7	130	2,0	2,9	71,1
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Бутерброд с маслом	ТТК № 1 / (г,с)	30/10	2,3	8,1	15,5	144,6	30/9	2,3	8,1	138,0
	Чай с апельсином	ТТК № 5/ (г,с)	180/5	0,1	0,0	4,9	20,2	150/5	0,1	0,0	18,0
ИТОГО:			525	9,8	14,2	53,9	367,6	455	8,9	13,7	331,2
ОБЕД:	Суп картофельный с рисом и филе куриным	ТТК № 49 / (г,с)	180/10	7,4	2,0	15,1	99,5	150/10	6,6	1,7	85,1
	Котлета "Новость"	ТТК № 58/ (г,с)	70	13,3	5,9	11,9	147,0	50	10,7	4,8	105,0
	Капуста тушеная	ТТК № 8/ (г,с)	130	2,6	4,7	10,2	100,1	110	2,2	4,0	84,7
	Напиток апельсиновый	ТТК № 21/ (г,с)	180	0,2	0,0	8,6	34,9	150	0,1	0,0	29,1
	Хлеб ржано-пшеничный подпорванный		45	3,2	0,4	18,5	90,0	32	2,0	0,3	64,0
ИТОГО:			615	26,7	13,0	64,3	471,5	502	21,6	10,8	367,9
ПОЛДНИК:	Бюкефир	ТТК № / (г,с)	200	5,1	5,6	8,0	99,4	150	3,8	4,2	74,6
	Печенье сахарное		50	3,6	6,4	34,5	210,0	50	3,7	6,4	210,0
ИТОГО:			250	8,7	12,0	42,5	309,4	200	7,5	10,6	284,6
УЖИН:	Сырники из творога с соусом ягодным	ТТК № 84/ (г,с)	130/20	19,4	13,0	61,1	404,8	110/20	16,4	11,0	329,6
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (г,с)	200	0,2	0,0	12,7	20,0	200	0,2	0,0	20,0
	Фрукты свежие (яблоки)		130	0,5	0,5	10,4	61,1	102	0,5	0,5	47,9
ИТОГО:			480,0	20,1	13,5	84,2	485,9	432,0	17,1	11,5	397,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1870,0	65,3	52,7	244,9	1634,4	1589,0	55,1	46,6	1381,2

			Блюда (г)					Выход					Энергетическая ценность (ккал)				
Наименование блюда	№ рецептуры	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Выход	Блюда (г)	Пищевые вещества (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Выход	Блюда (г)	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	
Салат																	
Ясли																	

Шестой день:

ЗАВТРАК:	Каша манная жидкая молочная	ТТК №1/ (Я,С)	150	4,6	2,6	24,3	138,8	150	4,6	2,6	24,3	138,8	144,6	61,2			
	Напиток кофейный с молоком	ТТК № 2 (Я,С)						150	2,3	1,8	8,7						
	Напиток кофейный с молоком (витаминный)	ТТК № 2 / (Я,С)	180	2,8	2,2	10,5	73,5										
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Чай с сахаром	ТТК №9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	150	0,2	0,0	3,8	15,0					
ИТОГО:			590	9,9	12,9	55,3	376,9	490	9,4	12,5	52,3	359,6					
ОБЕД:	Суп картофельный с вермишелью и филе куриным	ТТК № 108/ (Я,С)	180/10	4,7	2,0	15,1	99,5	150/10	4,3	1,7	12,6	85,1					
	Котлета "Новость", соус красный	ТТК № 58/ (Я,С) ТТК № 73/ (Я,С)	70/30	13,3	6,9	13,7	173,4	60/30	11,1	6,1	12,1	152,4					
	Печка с овощами	ТТК №8/(Я,С)	130	7,6	11,1	38,0	290,4	110	6,5	9,4	32,2	245,8					
	Напиток из мандаринов	ТТК № 32/ (Я,С)	200	0,2	0,0	11,7	45,7	150	0,1	0,0	8,1	30,9					
	Хлеб ржано-пшеничный		45	2,9	0,4	18,5	90,0	33	2,2	0,3	13,5	62,0					
ИТОГО:			665	28,7	20,4	97	699	543	24,2	17,5	78,5	576,2					

ПОЛДНИК:	Напиток из сухофруктов	ТТК № 6/ (Я,С)	180	0,2	0,0	11,2	45,0	150	0,2	0,0	9,3	37,5					
	Фрукты свежие (груша)		115	0,4	0,3	12,5	48,3	95	0,4	0,3	10,4	39,9					
ИТОГО:			315	0,6	0,3	23,7	93,3	245	0,6	0,3	19,7	77,4					
УЖИН:	Овощи по-провански (отвар)	ТТК № 91 / (Я,С)	50	0,4	0,1	1,4	7,5	20	0,2	0,1	0,5	3,0					
	Картофельная запеканка с мясом говядины и соусом	ТТК № 102/ (Я,С)	160/30	12,1	9,5	25,7	237,0	130/30	9,8	7,7	20,9	192,6					
	Чай с апельсинами	ТТК №5/ (Я,С)	200/5	0,2	0,0	5,4	21,9	200/5	0,2	0,0	10,4	39,9					
	Батон поджаренный		30	2,4	0,9	15,3	78,0	25	2,0	0,8	12,8	65,0					
ИТОГО:			475	14,7	10,4	46,4	344,4	410	12,0	8,5	44,1	300,5					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2045	53,8	44,0	222,4	1513,6	1688	46,2	38,8	194,6	1313,7					

			Салат										Ясли			
	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Выход (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)				
			Пищевые вещества (г)				кал	Пищевые вещества (г)								

Седьмой день:

ЗАВТРАК:	Каша геркулесовая молочная	ТТК № 18/ (Я,С)	180	5,0	9,4	23,8	207,0	180	23,8	207,0	23,8	207,0	23,8	207,0
	Бутерброд с маслом	ТК № 1 / (Я,С)	30/10	2,3	8,1	15,5	144,0	30/10	2,3	8,1	15,5	144,0	15,5	144,0
	Чай с молоком	ТК № 4/ (Я,С)	150	2,0	0,9	3,5	59,6	150	2,0	0,9	3,5	59,6	3,5	59,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Напиток из плодов шиповника	ТТК № 13 (Я,С)	180	0,5	0,2	7,7	41,0	180	0,5	0,2	7,7	41,0	7,7	41,0
	Сушка		10	1,0	0,5	7,0	36,5	10	1,0	0,5	7,0	36,5	7,0	36,5
	Суп рыбный "Мозайка"	ТТК № 3/ (Я,С)	180/10	5,3	2,2	15,7	103,8	150/10	4,7	1,8	13,1	87,5	13,1	87,5
	Кангута тушеная с курой	ТТК № 48/ (Я,С)	160/50	14,3	10,8	15,1	2115,8	120/30	8,8	7,9	11,3	152,0	11,3	152,0
	Напиток из ягод	ТТК № 62/ (Я,С)	200	0,0	0,0	13,3	48,0	180	0,0	0,0	12,0	43,2	12,0	43,2
	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,1	0,3	12,3	60,0	30	2,1	0,3	12,3	60,0	12,3	60,0
ИТОГО:			630	22,6	10,9	59,7	2327,6	520	20,2	9,5	53,6	342,7	53,6	342,7
ПОЛДНИК:	Бюкефир	ТК № 2/ (Я,С)	200	6,0	5,0	8,0	102,0	180	5,4	4,5	7,2	91,8	7,2	91,8
	Булочка "Витушка" с маком	ТТК № 38/ (Я,С)	50	3,9	5,2	21,3	188,1	50	3,9	5,2	21,3	188,1	21,3	188,1
ИТОГО:			250	9,9	10,2	29,3	290,1	230	9,3	9,7	28,5	279,9	28,5	279,9
	Запеканка "Диетическая" со сгущенным молоком	ТТК № 54/ (Я,С)	150/20	12,4	14,3	41,7	310,2	110/15	10,7	12,4	30,7	228,0	30,7	228,0
УЖИН:	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	200	0,2	0,0	5,0	20,0	5,0	20,0
	Фрукты свежие (яблоко)		106	0,4	0,4	10,4	49,8	100	0,4	0,4	9,8	47,0	9,8	47,0
ИТОГО:			476	13,0	14,7	57,1	380,0	430	11,3	12,8	45,5	295,0	12,8	45,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1916	56,3	54,9	203,6	3485,8	1740	70,4	248,7	185,1	1405,7	248,7	1405,7

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход					Блюда (г)					Энергетическая ценность (ккал)				
			Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность					Выход				
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У

Восьмой день:																	
ЗАВТРАК:	Каша жидкая молочная	ТТК № 42/ (Я,С)	180	5,4	2,8	22,2	137,0	4,8	2,5	19,7	121,8						
	Бутерброд с сыром	ТТК № 65 / (Я,С)	30/10	4,9	3,8	15,3	113,4	4,9	3,8	15,3	113,4						
	Какао с молоком	ТТК № 19 / (Я,С)	150	2,0	2,9	9,7	82,7	2,0	2,9	9,7	82,7						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Чай с апельсином	ТТК № 5/ (Я,С)	200/5	0,2	0,0	5,4	21,9	0,2	0,0	5,4	21,9						
ИТОГО:			575	12,5	9,5	52,6	355,0	11,9	9,2	50,1	339,8						
ОБЕД:	Щи из свежей капусты с филе куринным и сметаной	ТТК № 94/ (Я,С)	180/10/10	4,3	4,8	7,6	92,5	4,1	4,3	6,4	81,9						
	Плов с филе куринным	ТТК № 66/ (Я,С)	50/150	22,7	10,0	35,4	325,4	19,8	10,3	30,7	294,9						
	Напиток из сухофруктов	ТТК № 6/ (Я,С)	200	0,2	0,0	12,4	50,0	0,2	0,0	11,2	45,0						
	Хлеб ржано-пшеничный		31	2,2	0,3	12,7	62,0	1,8	0,3	10,7	54,0						
ИТОГО:			631	25,2	22,9	86,7	529,9	22,5	20,1	74,7	475,8						
ПОЛДНИК:	Напиток кефирный фруктовый	ТК № 4/ (Я,С)	200	5,5	4,9	22,0	156,0	4,2	3,7	16,5	117,0						
	Фрукты/свежие (яблоко)		110	0,4	0,4	10,8	51,7	0,4	0,4	9,8	44,7						
ИТОГО:			310	5,9	5,3	32,8	207,7	4,6	4,1	26,3	161,7						
УЖИН:	Жаркое по-домашнему (свинина)	ТТК № 17/ (Я,С)	40/130	15,2	8,4	18,4	212,5	13,4	7,4	16,2	187,5						
	Овощи порционно (помидор свежий)	ТТК № 91/(Я,С)	50	0,6	0,1	1,9	10,0	0,4	0,1	1,1	6,0						
	Чай с сахаром	ТТК № 9/ (Я,С)	200	0,2	0,0	5,0	20,0	0,2	0,0	5,0	20,0						
	Хлеб ржано-пшеничный		40	2,8	0,4	16,4	80,0	1,8	0,2	10,3	50,0						
	Подпорванный																
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1976	460	18,8	8,9	41,7	322,5	405	15,8	7,7	32,6	263,5	1241			

	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход					Цена					Если				
			Выход блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Выход блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Выход блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)

Десятый день:																	
ЗАВТРАК:	Вареники с молочной	ТК № 86/ (г,с)	200	7,2	12,0	32,9	242,6	150	5,4	9,0	24,7	181,9					
	Бутерброд с маслом и сыром	ТК № 87 / (г,с)	30/5/10	3,7	10,0	15,4	160,9	30/5/10	3,7	10,0	15,4	160,9					
	Чай с молоком	ТК № 4/ (г,с)	180	2,3	1,1	4,2	71,5	160	2,0	1,0	3,7	63,6					
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	Кисель "Витаминный"	ТК № 11/ (г,с)	200	0,0	0,0	29,6	89,8										
	Кисель из ягод	ТК № 77/ (г,с)						180	0,4	0,0	62,4	112,4					
ИТОГО:			620	13,2	23,1	82,1	564,8	530	11,5	20,0	106,2	518,8					
	Свекольник с филе куриным и сметаной	ТК № 61/ (г,с)	180/10/10	4,9	5,9	11,6	101,2	150/10/5	4,5	1,6	9,3	92,5					
	Биточек "Ботырский" под сметанным соусом	ТК № 67/ (г,с)	90 (70/20)	12,3	11,9	8,6	154,7	70 (50/20)	8,9	9,1	6,4	117,5					
	Пюре картофельное	ТК № 22/ (г,с)	130	2,8	5,8	18,7	141,7	110	2,3	4,9	15,8	119,9					
	Компот из свежих груш	ТК № 44 (г,с)	200	0,2	0,0	35,8	142,0	180	0,2	0,0	32,2	127,8					
	Хлеб ржано-пшеничный		33	2,3	0,3	13,5	66,0	25	1,7	0,2	10,3	50,0					
ИТОГО:			653	22,5	23,9	88,2	605,6	550	17,6	15,8	74,0	507,7					
ПОЛДНИК:	Напиток из изюма	ТК № 14/ (г,с)	200	0,3	0,0	17,3	84,7	200	0,3	0,0	17,3	84,7					
	Бабли		50	2,3	12,0	33,5	245,0	50	2,3	12,0	33,5	245,0					
ИТОГО:			250	2,6	12	50,8	329,7	250	2,6	12	50,8	329,7					
УЖИН:	Омлет натральный	ТК № 111/ (г,с)	160	12,9	14,6	5,1	207,3	130	10,5	11,9	4,2	168,4					
	Зеленный горошек припущенный	ТК № 15 / (г,с)	50	2,5	0,4	6,1	48,3	30	1,5	0,2	3,8	29,0					
	Чай с лимоном	ТК № 6/ (г,с)	200/10	0,3	0,0	5,4	23,5	200/10	0,3	0,0	5,4	23,5					
	Батон подорожанный		30	2,4	0,9	15,3	78,0	30	2,4	0,9	15,3	78,0					
ИТОГО:			450	18,1	15,9	31,9	357,1	400	14,7	13,0	28,7	298,9					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1973,0	56,4	74,9	253,0	1857,2	1730,0	46,4	60,8	259,7	1655,1					

Примечание

1. Все напитки и сладкие блюда готовятся по технологии приготовления компотов.

2. При приготовлении блюд используется только лимонная кислота.

3. Для приготовления блюд из курры используется филе грудинки цыпленка.

4. Блюда из курры проходят двойную термическую обработку: обжариваются и тушатся в соусе или бульоне в жарочном шкафу.

5. Приготовление соусов производится непосредственно перед подачей блюда.

6. Исходя из стоимости сырья в меню завтраков и обедов возможно включение свежих овощей и фруктов, натуральных соков.

7. Для увеличения потребления йода используется йодированный хлеб (батонны «Нарезные», хлеб ржано-пшеничный йодированный), для приготовления блюд используется только йодированная соль и продукты с богатым содержанием йода (морская рыба – минтай).

8. Для составления меню были использованы технико-технологические карты и сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

9. Химический состав и энергетическая ценность блюд рассчитаны по справочнику «Химический состав пищевых продуктов» под редакцией А.А. Покровского 1976 г., при расчете применены потери пищевых веществ при тепловой кулинарной обработке продуктов.

10. Меню составлено согласно СанПин 2.3./2.4.3590-20, Методических рекомендаций МР 2.4.0179-20, МР 2.3.6.0233-21 и сборников рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при дошкольных образовательных организациях 2015 года.

11. Для соблюдения норм пищевых веществ в меню включены блюда из овощей, напитки из фруктов.

Согласовано:

Зам. директора по производству

Инженер-технолог

Крепышева А.Д./

Исручевич К.Г./

от «01» июля 2024 г.