УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ № 40
_____/ О.В. Ганус
Приказ № 03-17
от «29» января 2025г.

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
С ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ (ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ) КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДЕТСКИЙ САД № 40»
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. КРАСНОЯРСК, УЛ. КЛЮЧЕВСКАЯ, 99)

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное 20-дневное цикличное меню разработано для детского дошкольного учреждения, для детей в возрасте с 1,5 до 7 лет.

Меню разработано на основании следующих нормативных документов:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания».

-Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 г.

Технологические (технико-технологические) карты приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

Приложение N 6
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Перечень пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей

1. Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачественности.
2. Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.
3. Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.
4. Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.
5. Непотрошеная птица.
6. Мясо диких животных.
7. Яйца и мясо водоплавающих птиц.
8. Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
9. Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.
10. Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
11. Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.
12. Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
13. Зельцы, изделия из мясной обрези, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
14. Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленым яйцом.
15. Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
16. Простокваша - "самоквас".
17. Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.
18. Квас.
19. Соки концентрированные диффузионные.
20. Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.
21. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
22. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.
23. Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.
24. Жареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.
25. Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).
26. Острые соусы, кетчупы, майонез.
27. Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.
28. Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).
29. Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).
30. Ядро абрикосовой косточки, арахис.
31. Газированные напитки; газированная вода питьевая.
32. Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.

33. Жевательная резинка.

34. Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).

35. Карамель, в том числе леденцовая.

36. Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.

37. Окрошки и холодные супы.

38. Яичница-глазунья.

39. Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.

40. Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.

41. Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.

42. Изделия из рубленного мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.

43. Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.

44. Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.

45. Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 40» (МАДОУ № 40)
юридический адрес: ул. Ключевская, д. 99, Красноярск, 660006, тел. 8 (391) 269-86-89
фактический адрес: ул. Ключевская, д. 99, Красноярск, 660006, тел. 8 (391) 269-86-89;
ул. Весёлая, д. 6, Красноярск, 660006, тел. 8 (391) 226-42-10;
ул. Туристская, д. 86, 660054, тел. 8 (391) 269-81-14
ОГРН 1062464036271 ИНН\КПП 2464084075\246401001
E-mail: dou40@mailkrsk.ru

ПРИКАЗ

№ 03-17 от 29.01.2025г.

«Об утверждении и организации питания детей
в МАДОУ № 40 по 20-ти дневному цикличному меню»

В целях обеспечения в пищевых веществах и энергии с учетом физиологических потребностей детей в возрасте от 1,5 до 7 лет,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить 20-ти дневное цикличное меню 5-ти разовое (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин) с 29.01.2025г.
2. Организовать с 03 февраля 2025г. питание детей в МАДОУ № 40 (ул. Ключевская, 99) по 20-ти дневному цикличному меню, утвержденному 29.01.2025г.
3. Провести ознакомительную работу с работниками пищеблока, воспитателями, младшими воспитателями о введении нового 5-ти разового режима питания детей в МАДОУ № 40. Обновить графики раздачи пищи в связи с изменением количества приемов пищи.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий МАДОУ № 40 О.В. Ганус

С приказом ознакомлены:

Заместитель заведующего по УВР М.В. Михайлова

Кладовщик Е.И. Лемиш

	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 1																			
	Завтрак																		
15/182	Каша жидкая молочная	130	4.52	3.89	14.00	109.13	18.780	0.075	0.146	0.520	0.056	0.970	109.569	38.454	117.712	168.971	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	10.20	9.12	37.43	272.80	50.100	0.136	0.253	0.877	0.140	1.480	200.950	57.081	216.441	321.882	0.015	0.010	0.154
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
4/472	Маринад овощной	40	0.49	4.44	3.75	56.88	347.000	0.016	0.018	0.980	0.000	0.250	9.781	10.832	19.010	62.697	0.002	0.000	0.019
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3.09	3.42	7.80	74.32	101.334	0.048	0.050	9.238	0.004	0.647	32.079	16.936	47.441	290.514	0.004	0.001	0.137
6/375	Плов с мясом	130	12.51	10.14	23.63	235.65	130.65	0.047	0.082	0.624	0.029	1.011	22.19	20.69	125.57	144.023	0.003	0.004	0.072
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	565	18.32	18.40	63.66	494.77	580.264	0.148	0.160	13.242	0.033	2.740	83.450	57.070	226.085	555.006	0.011	0.007	0.378
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0.84	1.00	23.20	106.20	0.900	0.010	0.010	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	210	5.75	4.96	31.06	192.92	24.660	0.062	0.226	0.936	0.054	0.607	194.880	24.924	151.740	260.124	0.014	0.003	0.032
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
82/355	Тефтели рыбные	60	7.44	3.85	4.77	83.48	10.188	0.048	0.077	0.483	0.151	0.458	43.226	23.460	112.574	183.754	0.054	0.007	0.248
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
	Итого	410	14.18	7.02	44.63	302.01	103.87	0.24	0.22	26.23	0.20	3.38	96.49	76.14	267.94	1159.37	0.06	0.01	0.29
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		51.05	42.50	181.06	1317.02	780.89	0.62	1.03	41.99	0.45	8.39	720.01	234.23	954.45	2442.65	0.23	0.03	1.18
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		121.56	90.42	89.19	94.07	173.532	77.625	114.111	93.302	4.520	83.910	90.001	292.783	136.350	610.663	########	213.333	84.571

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	396	13.16	14.19	30.68	302.87	119.33	0.13	0.40	1.01	1.04	2.12	241.13	54.30	267.92	350.64	0.02	0.02	0.20
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
58/58	сыром	30	1.22	2.92	2.95	43.11	9.080	0.007	0.021	1.509	0.029	0.480	38.530	8.134	29.049	90.368	0.002	0.001	0.006
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	5.35	3.63	13.69	108.85	128.240	0.090	0.120	7.128	0.359	1.126	27.726	24.856	88.552	454.349	0.007	0.006	0.138
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9.22	4.99	20.26	162.78	2155.840	0.191	0.757	14.661	0.582	3.402	21.910	35.761	179.455	660.809	0.008	0.014	0.119
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	557	18.22	11.87	65.83	443.73	2306.48	0.32	0.92	23.46	0.97	6.36	118.06	85.09	337.48	1340.33	0.02	0.02	0.44
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
90/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	2.25	1.64	17.28	92.86	8.920	0.027	0.027	0.052	0.073	0.333	12.762	4.103	24.587	38.807	0.001	0.002	0.002
	Итого	230	7.16	5.60	25.14	179.58	32.680	0.079	0.243	0.988	0.127	0.490	202.842	26.027	165.527	256.931	0.015	0.005	0.034
	Ужин																		
72	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0.57	2.67	2.31	35.70	45.900	0.007	0.015	2.100	0.000	0.930	12.300	4.500	11.100	94.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	495	14.23	12.17	44.01	347.18	126.82	0.17	0.17	160.87	0.00	3.90	129.32	55.50	174.75	776.62	0.01	0.01	0.39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		52.77	43.83	199.37	1408.16	2675.31	0.74	1.81	197.14	2.13	13.31	724.59	247.52	974.92	2998.38	0.19	0.05	1.37
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		125.65	93.26	98.21	100.58	594.514	92.750	201.000	438.078	21.330	133.100	90.574	309.401	139.274	749.596	#######	333.333	97.786

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	9.83	8.91	38.72	274.58	49.690	0.132	0.233	1.562	0.136	1.240	201.361	41.429	203.873	334.764	0.016	0.009	0.151
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	40	7.67	5.58	1.42	86.61	12.480	0.059	0.058	1.034	0.176	0.611	20.080	32.527	102.943	113.932	0.105	0.018	0.006
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2.98	2.95	7.90	70.03	105.150	0.040	0.049	6.168	0.027	0.801	31.591	17.519	48.018	268.596	0.005	0.001	0.130
40/409	Птица отварная	55	13.04	0.83	0.06	62.70	9.350	0.027	0.102	0.000	0.165	0.470	6.050	13.750	100.650	123.200	0.000	0.012	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.58	2.25	21.18	119.33	812.100	0.064	0.050	1.820	0.039	0.846	30.408	28.397	57.824	154.820	0.004	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	600	29.51	12.01	59.04	466.59	940.360	0.227	0.269	11.422	0.407	3.560	107.529	100.805	343.499	718.320	0.116	0.033	0.459
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
34/583	Булочка домашняя	50	3.82	6.18	25.86	174.26	28.830	0.045	0.047	0.065	0.178	0.435	21.402	6.242	41.419	53.819	0.002	0.002	0.003
	Итого	230	3.91	6.21	31.01	195.47	28.830	0.048	0.050	1.145	0.178	0.544	31.306	10.131	43.146	71.722	0.002	0.002	0.160
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1.78	3.75	2.92	52.53	15.600	0.009	0.047	0.538	0.220	0.305	15.189	4.254	26.787	43.226	0.002	0.003	0.009
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7.34	8.21	9.55	132.42	313.460	0.068	0.088	12.320	0.000	1.487	38.303	29.998	99.356	421.018	0.006	0.001	0.107
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	505	12.59	12.56	43.11	330.14	339.04	0.18	0.18	49.84	0.22	3.41	107.77	57.19	181.49	686.17	0.01	0.01	0.51
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		58.43	42.69	176.16	1321.30	1379.92	0.62	0.90	64.67	0.97	8.94	592.21	228.57	864.26	1957.24	0.27	0.05	1.61
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		139.13	90.83	86.78	94.38	306.648	77.875	100.222	143.711	9.710	89.400	74.026	285.706	123.466	489.311	########	346.667	114.857

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	390	16.13	13.24	23.41	277.40	162.08	0.14	0.47	2.28	1.84	2.63	196.32	41.21	281.51	323.04	0.03	0.03	0.20
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10.25	7.64	3.56	124.24	2969.770	0.131	1.044	7.840	0.715	3.558	14.327	10.405	167.968	148.661	0.004	0.020	0.129
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	625	24.46	12.84	70.24	498.05	3072.868	0.384	1.226	24.228	0.847	6.848	103.809	90.204	432.071	1215.441	0.082	0.032	0.790
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0.84	1.00	23.20	106.20	0.900	0.010	0.010	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	210	5.75	4.96	31.06	192.92	24.660	0.062	0.226	0.936	0.054	0.607	194.880	24.924	151.740	260.124	0.014	0.003	0.032
	Ужин																		
62/326	Сырники из творога	150	30.29	9.41	25.71	308.72	46.320	0.068	0.319	0.280	0.204	0.838	208.750	31.340	292.342	157.318	0.012	0.039	0.042
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	435	32.56	11.00	43.97	408.03	63.97	0.14	0.42	36.68	0.22	1.67	297.89	53.00	355.24	389.65	0.02	0.04	0.41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		81.50	45.04	172.96	1430.92	3345.58	0.77	2.51	64.82	2.99	11.94	937.13	228.35	1312.81	2334.52	0.27	0.10	1.76
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		194.05	95.83	85.20	102.21	743.462	95.750	278.889	144.051	29.850	119.410	117.142	285.434	187.544	583.631	#######	680.000	125.857

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 5																			
	Завтрак																		
45/275	Каша"Дружба"	130	4.09	3.67	16.95	117.12	18.260	0.055	0.124	0.507	0.055	0.346	106.530	21.427	104.070	139.234	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	9.77	8.90	40.38	280.79	49.580	0.116	0.231	0.864	0.139	0.856	197.911	40.054	202.799	292.145	0.015	0.010	0.154
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0.70	2.68	2.34	36.32	293.400	0.021	0.019	1.042	0.000	0.232	8.190	10.525	19.136	51.510	0.001	0.000	0.012
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5.41	2.60	12.24	94.04	78.198	0.048	0.056	3.200	0.026	1.307	24.809	21.800	63.156	283.405	0.002	0.000	0.125
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
42/343	Рыба по-польски	60	10.57	5.07	4.41	105.58	31.032	0.060	0.121	0.159	0.479	0.797	38.746	28.427	148.113	216.945	0.071	0.012	0.324
21/421	Рис отварной с овощами	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	605	24.05	14.50	73.46	523.98	717.53	0.26	0.29	21.62	0.57	5.30	111.96	114.36	386.96	1098.77	0.08	0.02	0.68
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
23/583	Сушка на сметане	50	4.56	4.28	29.20	173.53	23.472	0.049	2.044	0.026	0.147	0.524	20.962	6.669	43.574	57.262	0.002	0.003	0.005
	Итого	230	9.47	8.24	37.06	260.25	47.232	0.101	2.260	0.962	0.201	0.681	211.042	28.593	184.514	275.386	0.016	0.006	0.037
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
3	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	445	18.45	14.39	41.54	372.43	48.02	0.18	0.22	42.74	0.36	3.93	107.54	55.11	240.52	674.84	0.01	0.01	0.45
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		64.34	49.04	196.72	1491.97	884.36	0.70	3.17	66.89	1.30	10.96	772.69	257.13	1107.04	2487.41	0.25	0.05	1.65
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		153.20	104.33	96.91	106.57	196.524	87.125	352.111	148.644	13.040	109.590	96.586	321.406	158.148	621.852	########	313.333	117.786

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.49
2					21.63
3					19.61
4					19.81
5					20.06
Итого					100.60
Ср.зн.					20.12
% содер.					20.00
2 завтрак					
1					3.89
2					9.63
3					3.89
4					3.89
5					3.89
Итого					25.21
Ср.зн.					5.04
% содер.					5.00
обед					
1					35.34
2					31.69
3					33.33
4					35.57
5					37.43
Итого					173.36
Ср.зн.					34.67
% содер.					35.00
полдник					
1					13.78
2					12.83
3					13.96
4					13.78
5					18.59
Итого					72.94
Ср.зн.					14.59
% содер.					15.00
ужин					
1					21.57
2					24.80
3					23.58
4					29.15
5					26.60
Итого					125.70
Ср.зн.					25.14
% содер.					25.00

	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 1																			
	Завтрак																		
68/277	Плов вегетарианский с сухофруктами	130	3.85	3.65	33.00	180.25	24.174	0.039	0.030	0.048	0.065	0.714	26.615	43.926	81.179	123.272	0.001	0.007	0.321
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2.71	4.57	17.29	121.07	27.000	0.039	0.008	0.000	0.078	0.397	8.440	4.900	24.550	34.110	0.001	0.002	0.005
	Итого	351	8.30	9.58	58.76	354.40	59.094	0.102	0.112	0.360	0.161	1.254	104.296	61.183	162.398	271.013	0.007	0.011	0.435
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.00	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
76/82	Винегрет овощной	40	0.65	4.06	3.01	51.32	51.123	0.020	0.014	2.090	0.000	0.294	8.097	7.190	17.213	84.677	0.001	0.000	0.007
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	180	3.95	3.13	13.01	96.00	83.028	0.053	0.057	2.937	0.073	0.587	27.786	13.347	53.547	206.230	0.003	0.001	0.123
57/ТТК	Суфле из печени	60	8.66	3.87	9.31	106.71	2016.940	0.105	0.732	5.322	0.592	2.632	15.778	9.313	132.175	118.607	0.004	0.016	0.085
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	110	5.96	4.60	26.04	169.38	14.100	0.155	0.084	0.000	0.065	2.924	13.057	87.653	130.937	158.779	0.001	0.003	0.076
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	590	20.32	15.94	72.47	516.09	2166.47	0.35	0.90	12.75	0.73	7.10	81.12	124.02	358.19	612.12	0.01	0.02	0.44
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	30	0.84	1.00	23.20	106.20	0.900	0.010	0.010	0.000	0.000	0.450	4.800	3.000	10.800	42.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	210	5.75	4.96	31.06	192.92	24.660	0.062	0.226	0.936	0.054	0.607	194.880	24.924	151.740	260.124	0.014	0.003	0.032
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8.39	4.99	8.15	111.08	14.380	0.076	0.084	0.322	0.236	0.746	35.658	24.321	116.062	179.529	0.055	0.009	0.254
41/431	Картофель отварной	120	2.22	3.55	17.27	109.92	15.590	0.101	0.069	9.280	0.065	0.917	11.264	23.212	59.839	547.949	0.005	0.000	0.031
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
	Итого	405	14.57	9.05	46.91	330.95	111.47	0.27	0.21	27.10	0.30	3.71	71.62	77.03	262.45	1196.33	0.06	0.01	0.29
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	Ж	У	Эн/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		51.54	42.53	213.48	1448.88	2383.70	0.82	1.62	41.85	1.28	12.86	596.16	306.17	1027.03	2485.85	0.22	0.05	1.53
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		122.71	90.49	105.16	103.49	529.710	102.875	179.778	92.993	12.760	128.600	74.520	382.706	146.718	621.463	#######	320.000	109.429

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	356	8.37	10.14	30.41	246.17	56.933	0.111	0.260	1.014	0.156	1.246	221.773	49.948	200.930	304.155	0.017	0.005	0.181
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0.57	2.67	2.31	35.70	45.900	0.007	0.015	2.100	0.000	0.930	12.300	4.500	11.100	94.500	0.000	0.000	0.000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2.98	2.95	7.90	70.03	105.150	0.040	0.049	6.168	0.027	0.801	31.591	17.519	48.018	268.596	0.005	0.001	0.130
73/374	Жаркое по-домашнему	150	9.67	8.87	14.07	174.76	267.840	0.098	0.108	7.560	0.000	1.291	23.882	25.677	111.250	498.245	0.007	0.000	0.034
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	595	16.63	15.02	62.17	451.48	432.21	0.20	0.20	15.99	0.03	4.96	101.27	68.04	229.19	1024.75	0.02	0.00	0.35
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
26/ТТК	Бисквитик из моркови	50	4.52	4.37	28.27	170.55	263.250	0.055	0.048	0.415	0.175	0.621	16.604	12.328	47.296	79.375	0.002	0.003	0.012
	Итого	230	9.43	8.33	36.13	257.27	287.010	0.107	0.264	1.351	0.229	0.778	206.684	34.252	188.236	297.499	0.016	0.006	0.044
	Ужин																		
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	150	23.89	8.69	35.61	316.21	45.582	0.074	0.250	0.198	0.271	0.906	153.375	25.274	228.880	136.145	0.009	0.030	0.032
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	425	24.89	8.99	50.64	386.82	55.16	0.14	0.30	133.80	0.27	1.21	200.30	38.83	246.24	283.52	0.01	0.03	0.37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		59.32	42.48	213.06	1476.55	921.32	0.59	1.09	162.96	0.68	8.64	763.27	217.68	893.84	2183.79	0.18	0.05	1.25
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		141.23	90.39	104.95	105.47	204.737	74.000	121.222	362.124	6.830	86.380	95.408	272.094	127.692	545.948	########	300.000	89.286

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	9.83	8.91	38.72	274.58	49.690	0.132	0.233	1.562	0.136	1.240	201.361	41.429	203.873	334.764	0.016	0.009	0.151
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
71/59	Салат "Рубин"	40	0.62	3.07	7.41	60.37	1.012	0.011	0.017	1.360	0.000	0.618	16.494	23.693	20.137	141.862	0.002	0.000	0.015
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10.25	7.64	3.56	124.24	2969.770	0.131	1.044	7.840	0.715	3.558	14.327	10.405	167.968	148.661	0.004	0.020	0.129
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.58	2.25	21.18	119.33	812.100	0.064	0.050	1.820	0.039	0.846	30.408	28.397	57.824	154.820	0.004	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	605	25.04	15.38	71.59	529.08	3873.412	0.340	1.202	17.820	0.842	6.706	111.632	110.932	422.098	935.014	0.081	0.030	0.906
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
95/583	Манник со сгущенным молоком	75	6.32	7.72	39.81	254.19	44.186	0.056	0.151	0.287	0.215	0.538	104.241	16.073	102.996	156.720	0.005	0.003	0.021
	Итого	255	6.40	7.76	44.96	275.40	44.186	0.059	0.154	1.367	0.215	0.647	114.145	19.962	104.723	174.623	0.005	0.003	0.178
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1.78	3.75	2.92	52.53	15.600	0.009	0.047	0.538	0.220	0.305	15.189	4.254	26.787	43.226	0.002	0.003	0.009
31/386(88/395)	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	60	10.68	12.11	5.26	172.53	7.824	0.045	0.104	0.262	0.092	1.535	21.720	14.330	116.062	193.330	0.005	0.002	0.037
24/201	Рагу из овощей	120	1.88	1.49	10.63	63.53	127.04	0.061	0.05	11.7	0.026	0.731	27.61	20.436	46.102	370.91	0.004	0.001	0.057
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	435	16.67	17.72	39.86	385.93	150.94	0.15	0.22	13.38	0.34	4.04	84.55	50.81	224.90	677.49	0.01	0.01	0.35
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		60.54	52.76	199.41	1519.51	4140.23	0.72	1.98	34.83	1.56	12.82	655.92	242.14	1047.85	2268.16	0.24	0.05	1.92
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		144.15	112.26	98.23	108.54	920.050	90.375	219.556	77.404	15.610	128.180	81.991	302.676	149.692	567.040	#######	346.667	136.857

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	390	16.13	13.24	23.41	277.40	162.08	0.14	0.47	2.28	1.84	2.63	196.32	41.21	281.51	323.04	0.03	0.03	0.20
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	180	3.47	2.42	13.31	88.90	113.796	0.063	0.049	4.620	0.023	0.703	17.523	16.519	50.889	290.691	0.003	0.000	0.136
104/373	Гуляш (из птицы)	55	9.56	3.41	2.22	77.88	35.610	0.034	0.032	0.639	0.000	0.628	4.945	35.510	71.650	133.410	0.003	0.009	0.053
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	620	18.89	9.02	71.25	443.37	163.254	0.253	0.182	17.247	0.067	3.769	80.947	92.003	244.537	1058.982	0.015	0.013	0.411
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	0.18	0.00	28.00	113.40	0.000	0.000	0.004	0.000	0.000	0.560	7.350	2.450	3.850	19.250	0.000	0.000	0.000
	Итого	215	5.09	3.96	35.86	200.12	23.760	0.052	0.220	0.936	0.054	0.717	197.430	24.374	144.790	237.374	0.014	0.003	0.032
	Ужин																		
93/319	Запеканка из творога	130	26.44	9.81	18.41	267.75	50.885	0.057	0.321	0.431	0.217	0.673	218.057	30.540	276.276	173.568	0.014	0.034	0.044
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	415	28.71	11.40	36.67	367.06	68.54	0.13	0.42	36.83	0.23	1.50	307.19	52.20	339.18	405.90	0.02	0.03	0.41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		71.42	40.62	171.47	1342.47	439.63	0.61	1.46	57.99	2.22	8.81	926.13	228.80	1102.26	2171.56	0.20	0.08	1.39
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		170.04	86.42	84.47	95.89	97.696	76.750	162.444	128.873	22.180	88.070	115.766	285.995	157.466	542.891	########	520.000	98.929

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 5																			
	Завтрак																		
45/275	Каша"Дружба"	130	4.09	3.67	16.95	117.12	18.260	0.055	0.124	0.507	0.055	0.346	106.530	21.427	104.070	139.234	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	9.77	8.90	40.38	280.79	49.580	0.116	0.231	0.864	0.139	0.856	197.911	40.054	202.799	292.145	0.015	0.010	0.154
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
38/71	Салат "Полевой"	40	0.69	2.73	4.04	43.63	86.590	0.027	0.019	2.491	0.000	0.284	6.393	8.363	19.150	122.383	0.001	0.000	0.010
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3.03	2.96	9.65	77.33	82.610	0.041	0.051	4.670	0.027	0.953	31.823	18.865	51.630	282.130	0.005	0.000	0.140
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0.75	4.13	1.66	46.85	19.560	0.007	0.022	0.040	0.034	0.059	19.840	2.138	14.579	25.667	0.002	0.000	0.004
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	47.25	0.000	0.027	0.009	0.000	0.000	0.870	5.400	6.000	27.600	42.900	0.002	0.002	0.011
	Итого	585	23.54	24.28	53.43	513.86	306.86	0.25	0.33	29.76	0.43	6.21	133.06	91.22	368.68	1345.36	0.02	0.01	0.23
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.000	0.032	0.012	0.000	0.000	0.400	4.600	6.800	17.800	27.200	0.001	0.001	0.003
	Итого	200	6.51	4.16	17.68	134.32	23.760	0.084	0.228	0.936	0.054	0.557	194.680	28.724	158.740	245.324	0.015	0.004	0.035
	Ужин																		
42/343	Рыба по-польски	60	10.57	5.07	4.41	105.58	31.032	0.060	0.121	0.159	0.479	0.797	38.746	28.427	148.113	216.945	0.071	0.012	0.324
61/431	Картофель тушеный	120	2.09	2.99	15.39	96.81	277.6	0.09	0.064	7.98	0	0.907	16.025	26.631	61.013	472.287	0.005	0	0.037
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
25/501,502,503	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	475	15.11	8.45	41.34	304.82	318.55	0.23	0.22	44.32	0.48	2.72	103.90	73.52	245.12	875.79	0.08	0.01	0.75
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		57.53	48.80	157.11	1288.31	720.75	0.72	1.18	76.58	1.13	10.52	773.79	252.52	1067.59	2904.89	0.26	0.04	1.50
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		136.98	103.82	77.39	92.02	160.166	89.625	131.556	170.184	11.270	105.210	96.724	315.650	152.513	726.223	#######	260.000	106.857

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					25.31
2					17.58
3					19.61
4					19.81
5					20.06
Итого					102.38
Ср.зн.					20.48
% содер.					20.00
2 завтрак					
1					3.89
2					9.63
3					3.89
4					3.89
5					3.89
Итого					25.21
Ср.зн.					5.04
% содер.					5.00
обед					
1					36.86
2					32.25
3					37.79
4					31.67
5					36.70
Итого					175.28
Ср.зн.					35.06
% содер.					35.00
полдник					
1					13.78
2					18.38
3					19.67
4					14.29
5					9.59
Итого					75.72
Ср.зн.					15.14
% содер.					15.00
ужин					
1					23.64
2					27.63
3					27.57
4					26.22
5					21.77
Итого					126.83
Ср.зн.					25.37
% содер.					25.00

	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 1																			
	Завтрак																		
15/182	Каша жидкая молочная	130	4.52	3.89	14.00	109.13	18.780	0.075	0.146	0.520	0.056	0.970	109.569	38.454	117.712	168.971	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	10.20	9.12	37.43	272.80	50.100	0.136	0.253	0.877	0.140	1.480	200.950	57.081	216.441	321.882	0.015	0.010	0.154
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0.57	2.67	2.31	35.70	45.900	0.007	0.015	2.100	0.000	0.930	12.300	4.500	11.100	94.500	0.000	0.000	0.000
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3.09	3.42	7.80	74.32	101.334	0.048	0.050	9.238	0.004	0.647	32.079	16.936	47.441	290.514	0.004	0.001	0.137
6/375	Плов с мясом	130	12.51	10.14	23.63	235.65	130.65	0.047	0.082	0.624	0.029	1.011	22.19	20.69	125.57	144.023	0.003	0.004	0.072
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	555	18.41	16.63	62.22	473.59	279.164	0.139	0.157	14.362	0.033	3.420	85.969	50.738	218.175	586.809	0.009	0.007	0.359
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	0.18	0.00	28.00	113.40	0.000	0.000	0.004	0.000	0.000	0.560	7.350	2.450	3.850	19.250	0.000	0.000	0.000
	Итого	215	5.09	3.96	35.86	200.12	23.760	0.052	0.220	0.936	0.054	0.717	197.430	24.374	144.790	237.374	0.014	0.003	0.032
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
96/341	Суфле рыбное	60	11.25	4.20	1.67	89.64	100.824	0.064	0.113	0.482	0.418	0.789	38.715	35.007	163.657	260.509	0.086	0.012	0.399
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
	Итого	410	17.99	7.37	41.53	308.17	194.50	0.25	0.25	26.23	0.46	3.71	91.98	87.69	319.02	1236.13	0.09	0.02	0.44
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	Ж	У	Эн/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		54.29	40.08	181.32	1309.19	569.53	0.62	1.05	43.11	0.72	9.51	720.57	238.89	990.68	2528.46	0.26	0.04	1.32
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		129.25	85.29	89.32	93.51	126.562	77.250	117.111	95.789	7.190	95.120	90.071	298.614	141.525	632.115	#######	246.667	94.000

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	150	4.88	4.20	12.93	109.05	21.990	0.070	0.179	0.702	0.060	0.708	145.330	33.974	132.023	195.507	0.011	0.003	0.039
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27/99,100	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	396	13.16	14.19	30.68	302.87	119.33	0.13	0.40	1.01	1.04	2.12	241.13	54.30	267.92	350.64	0.02	0.02	0.20
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7.07	3.27	1.94	65.69	10.050	0.058	0.049	1.362	0.110	0.697	17.940	31.421	93.115	121.748	0.099	0.016	0.003
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	3.29	3.03	11.91	88.21	86.370	0.059	0.053	5.270	0.027	0.684	21.391	17.845	55.193	291.982	0.004	0.001	0.132
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9.22	4.99	20.26	162.78	2155.840	0.191	0.757	14.661	0.582	3.402	21.910	35.761	179.455	660.809	0.008	0.014	0.119
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	567	22.01	11.62	63.04	445.67	2265.58	0.34	0.88	21.46	0.72	6.14	91.13	101.37	368.19	1209.34	0.11	0.03	0.43
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	4.91	3.96	7.86	86.72	23.76	0.052	0.216	0.936	0.054	0.157	190.08	21.924	140.94	218.124	0.014	0.003	0.032
86/ТТК	Булочка "Тарочка" с курагой	50	4.87	3.76	28.52	167.40	34.440	0.057	0.061	0.137	0.166	0.640	29.544	11.174	54.745	120.591	0.002	0.004	0.007
	Итого	230	9.78	7.72	36.38	254.12	58.200	0.109	0.277	1.073	0.220	0.797	219.624	33.098	195.685	338.715	0.016	0.007	0.039
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	495	13.90	9.53	42.21	315.38	82.42	0.17	0.17	160.27	0.00	3.15	123.92	55.20	170.85	724.42	0.01	0.01	0.39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		58.85	43.06	206.01	1452.84	2615.53	0.79	1.80	194.62	1.98	12.64	709.05	270.57	1031.89	2896.98	0.28	0.06	1.37
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		140.12	91.63	101.48	103.77	581.230	98.875	199.444	432.478	19.750	126.420	88.631	338.210	147.412	724.245	########	413.333	97.500

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	9.83	8.91	38.72	274.58	49.690	0.132	0.233	1.562	0.136	1.240	201.361	41.429	203.873	334.764	0.016	0.009	0.151
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6.59	5.38	9.90	114.35	79.700	0.071	0.081	5.240	0.058	1.274	16.089	21.572	86.990	388.930	0.005	0.001	0.133
105/414	Суфле из кур с рисом	53	9.32	4.31	2.83	89.25	28.810	0.023	0.092	0.000	0.302	0.475	8.092	11.143	80.624	89.771	0.001	0.010	0.005
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.58	2.25	21.18	119.33	812.100	0.064	0.050	1.820	0.039	0.846	30.408	28.397	57.824	154.820	0.004	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	588	21.97	12.37	62.90	454.75	923.390	0.201	0.239	10.960	0.399	3.607	80.889	73.924	266.702	733.593	0.012	0.013	0.461
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	7.21	3.33	23.44	152.58	18.142	0.050	0.075	0.087	0.134	0.496	43.172	9.459	72.983	66.492	0.003	0.008	0.008
	Итого	230	7.30	3.36	28.59	173.79	18.142	0.053	0.078	1.167	0.134	0.605	53.076	13.348	74.710	84.395	0.003	0.008	0.165
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом	40	1.78	3.75	2.92	52.53	15.600	0.009	0.047	0.538	0.220	0.305	15.189	4.254	26.787	43.226	0.002	0.003	0.009
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	150	7.34	8.21	9.55	132.42	313.460	0.068	0.088	12.320	0.000	1.487	38.303	29.998	99.356	421.018	0.006	0.001	0.107
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	505	13.33	12.87	56.98	390.04	349.54	0.16	0.20	23.74	0.22	9.31	82.52	88.74	193.34	886.92	0.01	0.01	0.37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		55.02	40.51	191.47	1347.68	1362.76	0.59	0.92	38.13	0.92	14.95	562.09	236.45	830.88	2185.94	0.17	0.04	1.47
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		131.00	86.20	94.32	96.26	302.835	73.125	102.333	84.733	9.190	149.530	70.261	295.564	118.697	546.485	########	260.000	105.286

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	390	16.13	13.24	23.41	277.40	162.08	0.14	0.47	2.28	1.84	2.63	196.32	41.21	281.51	323.04	0.03	0.03	0.20
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
87/59,22	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	40	0.59	3.05	5.72	52.65	0.590	0.010	0.014	1.360	0.000	0.550	14.590	21.390	18.390	115.720	0.020	0.000	0.016
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	180	5.67	4.57	9.89	103.35	94.380	0.037	0.039	0.564	0.023	0.544	15.470	10.144	49.464	80.068	0.001	0.000	0.171
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8.39	4.99	8.15	111.08	14.380	0.076	0.084	0.322	0.236	0.746	35.658	24.321	116.062	179.529	0.055	0.009	0.254
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
74/699	Лимонный напиток	180	0.12	0.01	14.00	56.60	0.168	0.004	0.002	2.240	0.000	0.114	13.817	3.193	2.685	19.314	0.000	0.000	0.176
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	635	20.27	15.76	78.97	539.76	121.698	0.273	0.232	12.734	0.303	4.098	117.297	91.629	298.714	967.898	0.085	0.013	0.663
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	1.23	1.45	33.83	154.88	1.310	0.010	0.020	0.000	0.000	0.660	7.000	4.380	15.750	61.250	0.000	0.000	0.000
	Итого	215	7.03	7.85	41.83	272.88	45.310	0.070	0.360	1.400	0.100	0.860	247.000	32.380	205.750	353.250	0.018	0.004	0.040
	Ужин																		
63/325	Пудинг творожный	130	21.95	7.88	28.51	272.74	37.404	0.058	0.256	0.196	0.277	1.027	157.506	58.552	227.666	199.262	0.010	0.029	0.060
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	415	24.22	9.47	46.77	372.05	55.05	0.13	0.36	36.60	0.29	1.86	246.64	80.21	290.57	431.59	0.01	0.03	0.43
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		70.25	49.32	195.26	1516.62	406.15	0.65	1.59	53.71	2.56	9.63	951.50	264.44	1168.79	2222.05	0.27	0.07	1.66
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		167.26	104.94	96.19	108.33	90.254	81.625	176.333	119.353	25.600	96.330	118.937	330.550	166.970	555.512	#######	493.333	118.643

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 5																			
	Завтрак																		
56/266	Каша"Рябчик"	130	4.19	3.58	15.19	109.89	17.760	0.063	0.131	0.510	0.052	0.561	107.080	27.054	107.808	148.752	0.008	0.003	0.037
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
27/99,100	Бутерброд с маслом	41	2.71	4.57	17.29	121.07	27.000	0.039	0.008	0.000	0.078	0.397	8.440	4.900	24.550	34.110	0.001	0.002	0.005
	Итого	351	8.64	9.51	40.95	284.04	52.68	0.13	0.21	0.82	0.15	1.10	184.76	44.31	189.03	296.49	0.01	0.01	0.15
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	0.70	2.68	2.34	36.32	293.400	0.021	0.019	1.042	0.000	0.232	8.190	10.525	19.136	51.510	0.001	0.000	0.012
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3.14	3.19	10.70	83.95	84.510	0.057	0.051	4.448	0.027	0.668	21.480	16.640	57.245	285.943	0.003	0.001	0.131
57/ТТК	Суфле из печени	60	8.66	3.87	9.31	106.71	2016.940	0.105	0.732	5.322	0.592	2.632	15.778	9.313	132.175	118.607	0.004	0.016	0.085
21/421	Рис отварной с овощами	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	605	19.87	13.89	76.82	515.02	2709.75	0.32	0.89	28.03	0.68	6.50	85.67	90.09	365.11	1002.97	0.01	0.03	0.44
	Полдник2																		
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.901	34.514	0.081	0.008	0.02	97.5	0	0.21	13.679	3.105	1.206	0.125	0	0	0.193
92/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	50	5.56	6.06	24.85	148.17	16.910	0.042	0.064	0.328	0.488	0.472	15.210	8.158	62.848	79.199	0.008	0.003	0.058
	Итого	230	5.80	6.17	32.75	182.68	16.991	0.050	0.084	97.828	0.488	0.682	28.889	11.263	64.054	79.324	0.008	0.003	0.251
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
3	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	445	18.45	14.39	41.54	372.43	48.02	0.18	0.22	42.74	0.36	3.93	107.54	55.11	240.52	674.84	0.01	0.01	0.45
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		55.36	46.96	196.34	1408.69	2849.44	0.71	1.58	170.13	1.71	12.40	551.09	219.78	950.96	2199.89	0.18	0.05	1.63
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		131.81	99.92	96.72	100.62	633.208	88.750	175.667	378.056	17.140	124.010	68.886	274.723	135.851	549.974	#######	306.667	116.214

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.49
2					21.63
3					19.61
4					19.81
5					20.29
Итого					100.84
Ср.зн.					20.17
% содер.					20.00
2 завтрак					
1					3.89
2					9.63
3					3.89
4					3.89
5					3.89
Итого					25.21
Ср.зн.					5.04
% содер.					5.00
обед					
1					33.83
2					31.83
3					32.48
4					38.55
5					36.79
Итого					173.48
Ср.зн.					34.70
% содер.					35.00
полдник					
1					14.29
2					18.15
3					12.41
4					19.49
5					13.05
Итого					77.40
Ср.зн.					15.48
% содер.					15.00
ужин					
1					22.01
2					22.53
3					27.86
4					26.58
5					26.60
Итого					125.58
Ср.зн.					25.12
% содер.					25.00

	Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 1																			
	Завтрак																		
15/182	Каша жидкая молочная	130	4.52	3.89	14.00	109.13	18.780	0.075	0.146	0.520	0.056	0.970	109.569	38.454	117.712	168.971	0.008	0.003	0.038
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	44	3.94	3.87	14.96	110.59	23.400	0.037	0.033	0.045	0.066	0.367	22.140	6.270	42.060	39.280	0.002	0.005	0.007
	Итого	354	10.20	9.12	37.43	272.80	50.100	0.136	0.253	0.877	0.140	1.480	200.950	57.081	216.441	321.882	0.015	0.010	0.154
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0.57	2.67	2.31	35.70	45.900	0.007	0.015	2.100	0.000	0.930	12.300	4.500	11.100	94.500	0.000	0.000	0.000
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3.03	2.96	9.65	77.33	82.610	0.041	0.051	4.670	0.027	0.953	31.823	18.865	51.630	282.130	0.005	0.000	0.140
48/373	Гуляш	60	9.00	7.00	1.13	103.52	19.500	0.025	0.071	0.315	0.000	0.690	13.972	2.400	81.930	102.810	0.003	0.000	0.001
21/421	Рис отварной с овощами	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	595	17.51	16.50	66.10	484.45	384.19	0.14	0.18	10.71	0.09	3.93	96.31	58.69	237.52	628.97	0.01	0.01	0.49
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20	1.60	0.20	9.82	47.60	0.000	0.032	0.012	0.000	0.000	0.400	4.600	6.800	17.800	27.200	0.001	0.001	0.003
	Итого	200	7.40	6.60	17.82	165.60	44.000	0.092	0.352	1.400	0.100	0.600	244.600	34.800	207.800	319.200	0.019	0.005	0.043
	Ужин																		
69/359	Сельдь с луком репчатым	60	8.29	7.61	0.74	104.94	9.600	0.014	0.064	0.900	14.400	0.600	41.190	20.460	134.890	118.950	0.000	0.000	0.003
41/431	Картофель отварной	120	2.22	3.55	17.27	109.92	15.590	0.101	0.069	9.280	0.065	0.917	11.264	23.212	59.839	547.949	0.005	0.000	0.031
44/501,504,505	Чай с лимоном	180	0.21	0.05	4.71	20.09	0.475	0.002	0.009	0.883	0.000	0.722	13.427	5.688	7.801	27.473	0.000	0.000	0.237
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
	Итого	400	13.22	11.57	41.52	323.95	25.67	0.16	0.15	11.06	14.47	3.04	73.48	56.16	233.93	741.57	0.01	0.00	0.28
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	Ж	У	Эн/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		50.93	46.79	167.15	1301.33	525.96	0.57	1.10	24.75	14.83	9.23	759.58	225.74	987.95	2157.89	0.18	0.03	1.30
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		121.26	99.55	82.34	92.95	116.879	71.000	122.333	54.989	148.270	92.340	94.948	282.170	141.135	539.473	########	173.333	92.929

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	130	4.23	3.64	11.21	94.51	19.058	0.061	0.155	0.608	0.052	0.614	125.953	29.444	114.420	169.439	0.010	0.003	0.034
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	376	12.51	13.63	28.96	288.33	116.40	0.12	0.38	0.92	1.03	2.02	221.76	49.77	250.32	324.57	0.02	0.02	0.20
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Итого	180	0.00	0.00	33.70	134.80	90.000	0.036	0.072	10.800	0.000	0.360	9.000	21.600	27.000	273.600	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
79/ТТК	Салат "Овощная мозайка"	40	0.59	3.07	3.12	42.62	110.553	0.022	0.016	2.135	0.000	0.252	7.035	7.707	17.469	89.954	0.001	0.000	0.009
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	2.98	2.95	7.90	70.03	105.150	0.040	0.049	6.168	0.027	0.801	31.591	17.519	48.018	268.596	0.005	0.001	0.130
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	60	10.25	7.64	3.56	124.24	2969.770	0.131	1.044	7.840	0.715	3.558	14.327	10.405	167.968	148.661	0.004	0.020	0.129
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
7/527	Компот из сухофруктов	180	0.31	0.013	12.594	51.737	13.32	0.001	0.011	0.165	0	0.609	23.293	10.24	12.272	92.255	0	0	0.165
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	615	18.65	16.61	59.42	462.71	3210.97	0.32	1.21	24.56	0.79	6.78	110.41	74.45	339.44	1144.13	0.02	0.02	0.47
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
75/574	Крендель сахарный	50	3.76	5.37	25.69	166.13	26.460	0.044	0.046	0.052	0.182	0.446	18.835	5.950	40.438	51.236	0.002	0.002	0.004
	Итого	230	9.56	11.77	33.69	284.13	70.460	0.104	0.386	1.452	0.282	0.646	258.835	33.950	230.438	343.236	0.020	0.006	0.044
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.90	34.51	0.081	0.008	0.020	97.500	0.000	0.210	13.679	3.105	1.206	0.125	0.000	0.000	0.193
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	495	13.90	9.53	42.21	315.38	82.42	0.17	0.17	160.27	0.00	3.15	123.92	55.20	170.85	724.42	0.01	0.01	0.39
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		54.62	51.54	197.99	1485.36	3570.26	0.76	2.21	198.00	2.10	13.04	748.16	239.98	1020.29	2810.22	0.19	0.05	1.41
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		130.05	109.66	97.53	106.10	793.390	94.375	245.556	439.996	20.960	130.440	93.520	299.969	145.756	702.555	#######	346.667	100.643

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	4.15	3.68	15.29	110.91	18.370	0.071	0.126	1.205	0.052	0.730	109.980	22.802	105.144	181.853	0.009	0.002	0.035
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	370	12.20	9.25	33.87	267.69	88.69	0.15	0.35	1.52	0.95	2.02	203.58	43.01	245.05	365.21	0.02	0.02	0.17
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	7.07	3.27	1.94	65.69	10.050	0.058	0.049	1.362	0.110	0.697	17.940	31.421	93.115	121.748	0.099	0.016	0.003
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	5.41	2.60	12.24	94.04	78.198	0.048	0.056	3.200	0.026	1.307	24.809	21.800	63.156	283.405	0.002	0.000	0.125
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
70/325	Азу	60	6.80	6.40	2.62	95.28	5.100	0.031	0.064	1.420	0.000	1.310	10.572	13.024	88.958	170.878	0.003	0.000	0.029
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3.58	2.25	21.18	119.33	812.100	0.064	0.050	1.820	0.039	0.846	30.408	28.397	57.824	154.820	0.004	0.000	0.173
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	180	0.12	0.08	12.14	50.67	1.280	0.002	0.003	2.400	0.000	0.087	12.800	2.512	5.914	15.222	0.000	0.000	0.141
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
	Итого	605	25.10	14.92	66.46	502.26	906.73	0.24	0.23	10.20	0.18	4.99	103.13	103.25	337.12	788.62	0.11	0.02	0.48
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	180	0.09	0.03	5.15	21.21	0.000	0.003	0.003	1.080	0.000	0.109	9.904	3.889	1.727	17.903	0.000	0.000	0.157
114/606	Печенье песочное	40	4.06	4.10	25.77	156.27	21.192	0.042	0.040	0.000	0.221	0.507	9.610	5.126	36.655	41.154	0.002	0.003	0.003
	Итого	220	4.15	4.13	30.92	177.48	21.192	0.045	0.043	1.080	0.221	0.616	19.514	9.015	38.382	59.057	0.002	0.003	0.160
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.500	0.006	0.006	1.500	0.000	0.180	6.900	4.200	7.200	42.300	0.000	0.000	0.000
82/355	Тефтели рыбные	60	7.44	3.85	4.77	83.48	10.188	0.048	0.077	0.483	0.151	0.458	43.226	23.460	112.574	183.754	0.054	0.007	0.248
32/434	Картофельное пюре	120	2.40	2.62	15.91	96.83	12.180	0.093	0.080	8.248	0.044	0.819	27.562	22.481	65.563	502.117	0.006	0.001	0.030
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.96	42.00	0.000	0.018	0.006	0.000	0.000	0.580	3.600	4.000	18.400	28.600	0.001	0.001	0.007
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	505	14.94	7.21	51.76	338.11	113.37	0.29	0.25	62.33	0.20	3.47	129.74	86.59	284.09	1306.62	0.06	0.01	0.43
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		58.99	38.51	187.30	1340.06	1151.98	0.76	1.03	75.83	1.57	11.29	600.20	260.88	996.89	2665.79	0.33	0.05	1.57
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		140.45	81.93	92.26	95.72	255.995	95.000	114.889	168.511	15.710	112.850	75.025	326.099	142.413	666.446	########	326.667	112.143

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	1.17	0.07	2.37	14.76	12	0.032	0.016	1.6	0	0.244	7.04	7.308	21.576	32.868	0	0.001	0.002
16/510,511	Какао с молоком	180	1.92	1.49	7.56	51.30	7.943	0.018	0.074	0.312	0.018	0.306	71.003	13.174	54.107	88.488	0.005	0.001	0.139
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	390	16.13	13.24	23.41	277.40	162.08	0.14	0.47	2.28	1.84	2.63	196.32	41.21	281.51	323.04	0.03	0.03	0.20
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	40	0.95	6.31	2.40	70.27	8.170	0.008	0.022	0.500	0.110	4.630	15.170	48.840	25.330	286.160	0.085	0.001	0.004
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	132	9.22	4.99	20.26	162.78	2155.840	0.191	0.757	14.661	0.582	3.402	21.910	35.761	179.455	660.809	0.008	0.014	0.119
55/527	консервированных	180	0.12	0.12	18.27	73.82	0.000	0.012	0.000	3.270	0.000	0.489	9.000	2.977	2.420	58.130	0.000	0.000	0.040
ГП	Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35.25	0.000	0.017	0.001	0.000	0.000	0.165	3.000	2.100	9.750	13.950	0.001	0.001	0.002
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	587	21.74	13.96	77.19	523.34	2253.26	0.36	0.87	22.83	0.78	10.70	87.28	137.50	395.86	1508.15	0.17	0.03	0.62
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5.8	6.4	8	118	44	0.06	0.34	1.4	0.1	0.2	240	28	190	292	0.018	0.004	0.04
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	35	1.23	1.45	33.83	154.88	1.310	0.010	0.020	0.000	0.000	0.660	7.000	4.380	15.750	61.250	0.000	0.000	0.000
	Итого	215	7.03	7.85	41.83	272.88	45.310	0.070	0.360	1.400	0.100	0.860	247.000	32.380	205.750	353.250	0.018	0.004	0.040
	Ужин																		
93/319	Запеканка из творога	130	26.44	9.81	18.41	267.75	50.885	0.057	0.321	0.431	0.217	0.673	218.057	30.540	276.276	173.568	0.014	0.034	0.044
2/490	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	4.700	0.006	0.038	0.100	0.005	0.020	20.700	3.400	21.900	36.500	0.001	0.000	0.003
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0.79	0.55	5.58	30.41	3.45	0.007	0.036	0.203	0.007	0.715	35.187	7.811	24.852	48.58	0.002	0	0.224
	Итого	415	28.71	11.40	36.67	367.06	68.54	0.13	0.42	36.83	0.23	1.50	307.19	52.20	339.18	405.90	0.02	0.03	0.41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		76.21	49.45	183.38	1495.20	2551.19	0.74	2.29	64.04	2.98	15.88	982.03	282.30	1314.54	2736.61	0.36	0.09	1.60
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		181.45	105.21	90.33	106.80	566.931	92.500	254.778	142.313	29.770	158.790	122.754	352.878	187.792	684.151	########	613.333	114.286

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 5																			
	Завтрак																		
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	130	6.96	6.27	20	164.27	30.78	0.06	0.043	0.028	0.161	0.736	86.187	9.448	79.622	55.344	0.001	0.001	0.009
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1.74	1.36	8.47	53.08	7.920	0.024	0.074	0.312	0.018	0.143	69.241	12.357	56.669	113.631	0.005	0.002	0.109
27(99,100)	Бутерброд с маслом	26	1.57	4.45	9.92	85.82	27.000	0.023	0.007	0.000	0.078	0.232	5.440	2.800	14.800	20.160	0.001	0.001	0.003
	Итого	336	10.27	12.08	38.39	303.17	65.700	0.107	0.124	0.340	0.257	1.111	160.868	24.605	151.091	189.135	0.007	0.004	0.121
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2.6	3	4.28	54.52	22	0.04	0.17	0.7	0.03	0.1	120	14	90	146	0.009	0.002	0.02
	Итого	100	2.60	3.00	4.28	54.52	22.000	0.040	0.170	0.700	0.030	0.100	120.000	14.000	90.000	146.000	0.009	0.002	0.020
	Обед																		
54/ТТК	Салат "Сытный"	40	1.41	2.96	1.46	38.12	14.610	0.014	0.044	1.864	0.198	0.345	11.413	4.990	25.630	62.600	0.002	0.002	0.007
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	3.14	3.19	10.70	83.95	84.510	0.057	0.051	4.448	0.027	0.668	21.480	16.640	57.245	285.943	0.003	0.001	0.131
65/417	[illegible] куриные	60	6.00	6.86	5.67	126.42	23.472	0.042	0.076	0.435	0.057	0.624	25.098	10.562	81.041	114.930	0.003	0.001	0.055
21/421 (17/423)	Рис отварной с овощами/пюре из гороха с маслом	110	2.67	3.47	24.53	139.98	234.900	0.033	0.030	1.220	0.065	0.523	18.817	24.308	58.800	91.757	0.002	0.005	0.200
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1.60	0.16	4.64	28.80	80.000	0.048	0.048	16.000	0.000	1.120	11.200	19.200	51.200	384.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	590	16.78	17.04	64.92	501.28	437.49	0.23	0.26	23.97	0.35	4.44	95.21	83.70	310.72	996.43	0.01	0.01	0.41
	Полдник2																		
33/538	Напиток из шиповника	180	0.24	0.11	7.901	34.514	0.081	0.008	0.02	97.5	0	0.21	13.679	3.105	1.206	0.125	0	0	0.193
102/622,623,562	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)	50	3.23	3.58	21.74	132.09	18.908	0.040	0.045	0.728	0.137	0.688	21.205	6.619	37.581	84.687	0.002	0.003	0.005
	Итого	230	3.47	3.69	29.64	166.60	18.989	0.048	0.065	98.228	0.137	0.898	34.884	9.724	38.787	84.812	0.002	0.003	0.198
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	25	0.75	4.13	1.66	46.85	19.560	0.007	0.022	0.040	0.034	0.059	19.840	2.138	14.579	25.667	0.002	0.000	0.004
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
23/301,302,303	Чай с сахаром	180	0.17	0.04	4.57	19.33	0.415	0.001	0.008	0.083	0.000	0.696	11.880	5.209	6.844	20.709	0.000	0.000	0.241
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0.76	0.19	7.13	36.10	9.500	0.057	0.029	36.100	0.000	0.095	33.250	10.450	16.150	147.250	0.000	0.000	0.143
	Итого	470	19.20	18.52	43.20	419.28	67.58	0.18	0.24	42.78	0.40	3.99	127.38	57.25	255.10	700.51	0.01	0.01	0.45
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	11.04	0.66	2.25	0.27	0.12	0.00	0.00
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	500	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	13.200	4.350	0.000	0.000	0.000	0.000	0.312
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		52.32	54.33	180.43	1444.85	611.76	0.61	0.86	166.02	1.17	10.63	562.58	194.29	847.94	2117.15	0.16	0.03	1.51
	Суточная потребность		42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности		124.57	115.60	88.88	103.20	135.946	76.125	95.889	368.929	11.690	106.260	70.322	242.856	121.134	529.289	#######	193.333	107.929

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.49
2					20.60
3					19.12
4					19.81
5					21.66
Итого					100.67
Ср.зн.					20.13
% содер.					20.00
2 завтрак					
1					3.89
2					9.63
3					3.89
4					3.89
5					3.89
Итого					25.21
Ср.зн.					5.04
% содер.					5.00
обед					
1					34.60
2					33.05
3					35.88
4					37.38
5					35.81
Итого					176.72
Ср.зн.					35.34
% содер.					35.00
полдник					
1					11.83
2					20.29
3					12.68
4					19.49
5					11.90
Итого					76.19
Ср.зн.					15.24
% содер.					15.00
ужин					
1					23.14
2					22.53
3					24.15
4					26.22
5					29.95
Итого					125.98
Ср.зн.					25.20
% содер.					25.00

	Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 1,5-3 лет																	
		Пищевые вещества (г)				Витамины					Минеральные вещества							
		Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
	Итого за 20 дней	1195.28	910.85	3767.44	#######	33886.21	13.71	31.19	1838.03	45.24	226.39	#######	4876.39	20492.84	48755.44	4.68	1.05	29.99
	Итого за 1 дней	59.76	45.54	188.37	1407.34	1694.310	0.685	1.559	91.902	2.262	11.320	730.437	243.819	1024.642	2437.772	0.234	0.053	1.499
	Суточная потребность	42.00	47.00	203.00	1400.00	450.000	0.800	0.900	45.000	10.000	10.000	800.000	80.000	700.000	400.000	0.007	0.015	1.400
	Процент удовлетворения суточной потребности	142.30	96.90	92.79	100.52	376.513	85.669	173.261	204.226	22.619	113.197	91.305	304.774	146.377	609.443	#######	350.333	107.089

Расчет продуктов питания (в г раммах) на одну порцию, на одного ребенка

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыпленок-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
15	Каша жидкая молочная					15								2	2			100									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	160	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
4	Маринад овощной								42				0.03	1.3		5											
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом							35	50.7							1.8				11				5			
6	Плов с мясом					33			20						2	2				52							
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	5	33	0	35	112.7	0	16	0	0.03	9.3	2	8.8	0	0	0	63	0	0	0	5	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												30														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
82	Тефтели рыбные			5		3			7							3	3	12					39				
32	Картофельное пюре							102							3			18									
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	20	20	5	0	3	0	102	37	160	0	0	0	0	3	3	3	30	0	0	0	0	39	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	65	40	5	5	51	0	137	149.7	160	16	0	30.03	16.3	12	11.8	3	470	0	63	0	0	39	5	9	0	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Первая неделя, день 2																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыпленок-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																												
37	Суп молочный с крупой					10								2	1.5			135									
16	Какао с молоком													5				60									
94	Яйцо отварное																40										
27	Бутерброд с маслом	20													6												
	Итого	20	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	7	7.5	0	40	195	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																												
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
58	Салат из свеклы с чесноком и сыром								36.9							2									3		
19	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы							84	17.2						1.8		14					23		5			
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							111	27						5		3				47						
7	Компот из сухофруктов											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	0	0	0	195	81.1	0	0	15	0	5	6.8	2	17	0	0	0	47	23	0	5	3	0	0
Полдник																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
90	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			26									11	3	2.5	0.8	3.25	11									
	Итого	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	11	3	2.5	0.8	3.25	191	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																												
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								30																		
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150							8				43							
33	Напиток из шиповника											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	1.3	0	0	0	0	180	0	95	15	0	5	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	55	40	27.3	0	10	0	195	261.1	180	95	30	11	20	16.8	10.8	60.25	386	0	43	47	23	0	5	3	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Первая неделя, день 3																												
№ ТК (ТТК)	**Прием пищи/наименование блюда**	**Хлеб пшеничный**	**Хлеб ржаной**	**Мука пшеничная**	**Крахмал**	**Крупы, бобовые**	**Макаронные изделия**	**Картофель**	**Овощи**	**Соки фруктовые (овощные)**	**Фрукты свежие**	**Сухофрукты**	**Кондитерские изделия**	**Сахар**	**Масло сливочное**	**Масло растительное**	**Яйцо**	**Молоко, кисломол. продукты**	**Творог**	**Мясо**	**Субпродукты**	**Птица (цыпленок-бройлеры 1 категории потр.)**	**Рыба**	**Сметана**	**Сыр**	**Чай**	**Кофейный напиток**
Завтрак																												
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					13					18			2	2			98									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	7	0	0	158	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
35	Салат "Океан" (с кальмарами)								8							4	8						39				
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							28	56.2				0.17		1.8					11				5			
40	Птица отварная								3.5													79					
49	Макаронные изделия отварные с овощами						25		81.2						3												
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	5	0	25	28	148.9	0	16	0	0.17	8	4.8	4	8	0	0	11	0	79	39	5	0	0	0
Полдник																												
20	Компот из ягод замороженных										18			5													
34	Булочка домашняя			30.4										7.4	8	0.8	3	13									
	Итого	0	0	30.4	0	0	0	0	0	0	18	0	0	12.4	8	0.8	3	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																												
67	Кукуруза с яйцом								47							3	10										
84	Рагу из овощей с мясом							33	87						3	5				31							
44	Чай с лимоном										5			5												0.83	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	0	0	0	0	33	134	0	100	0	0	5	3	8	10	0	0	31	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	65	40	30.4	5	13	25	61	282.9	0	152	0	0.17	32.4	22.8	12.8	21	271	0	42	0	79	39	5	9	0.83	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Первая неделя, день 4																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																												
11	Омлет натуральный														5		80	70									
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62																		
16	Какао с молоком													5				60									
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8							44				
64	Печень говяжья по-строгановски			0.5											0.5	5					59			10			
32	Картофельное пюре							102							3			18									
74	Лимонный напиток										14			15													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	15	40	0.5	0	4.5	0	149	44	0	14	0	0	15	3.5	6.8	0	18	0	0	59	0	44	10	0	0	0
Полдник																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												30														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																												
62	Сырники из творога			20										10	4		5		140								
2	Молоко сгущенное																	25									
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
12	Чай с молоком													5				23								0.83	
	Итого	0	0	20	0	0	0	0	0	0	95	0	0	15	4	0	5	48	140	0	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	35	40	20.5	0	4.5	0	149	106	0	109	0	30	35	12.5	6.8	85	476	140	0	59	0	44	10	0	0.83	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Первая неделя, день 5																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																												
45	Каша"Дружба"					17								2	2			98									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	158	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								46.1							3											
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					14		35	16.2						1.8					11							
60	Гренки из пшеничного хлеба	28																									
42	Рыба по-польски			6												3	17	11					51				
21	Рис отварной с овощами					33			29						5												
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	28	40	6	0	47	0	35	91.3	160	0	0	0	0	6.8	6	17	11	0	11	0	0	51	0	0	0	0
Полдник																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
23	Сушка на сметане			35										7	2	0.7	5							16			
	Итого	0	0	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0.7	5	180	0	0	0	0	0	16	0	0	0
Ужин																												
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6		13			75							
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
25	Чай с сахаром													5												0.83	
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	0	24	0	9	0	0	99	0	95	0	0	5	6	0	13	0	0	75	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	78	40	65	0	73	0	35	190.3	160	95	0	0	19	21.8	6.7	35	449	0	86	0	0	51	16	9	0.83	1.67

Вторая неделя, день 1																											
№ ТК (ТТК)	**Прием пищи/наименование блюда**	**Хлеб пшеничный**	**Хлеб ржаной**	**Мука пшеничная**	**Крахмал**	**Крупы, бобовые**	**Макаронные изделия**	**Картофель**	**Овощи**	**Соки фруктовые (овощные)**	**Фрукты свежие**	**Сухофрукты**	**Кондитерские изделия**	**Сахар**	**Масло сливочное**	**Масло растительное**	**Яйцо**	**Молоко, кисломол. продукты**	**Творог**	**Мясо**	**Субпродукты**	**Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)**	**Рыба**	**Сметана**	**Сыр**	**Чай**	**Кофейный напиток**
Завтрак																											
68	Плов вегетарианский с сухофруктами					54						8		7	5												
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
27	Бутерброд с маслом	35													6												
	Итого	35	0	0	0	54	0	0	0	0	0	8	0	12	11	0	0	60	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
76	Винегрет овощной							8.2	33.1							4											
53	Суп картофельный с клецками, с мясом			11				31	16.2						2.3		1.8	11		11							
57	Суфле из печени			11												2	5	8			40						
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					50									5												
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	0	20	22	5	50	0	39.2	49.3	0	16	0	0	8	7.3	6	6.8	19	0	11	40	0	0	0	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												30														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15							5							4	7	8					40				
41	Картофель отварной							120							5												
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	30	20	0	0	0	0	120	35	160	0	0	0	0	5	4	7	8	0	0	0	0	40	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										

	Итого за день	65	40	22	5	104	0	159.2	84.3	160	16	8	30	20	23.3	10	13.8	367	0	11	40	0	40	0	0	0	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Вторая неделя, день 2																												
№ ТК (ТТК)	**Прием пищи/наименование блюда**	**Хлеб пшеничный**	**Хлеб ржаной**	**Мука пшеничная**	**Крахмал**	**Крупы, бобовые**	**Макаронные изделия**	**Картофель**	**Овощи**	**Соки фруктовые (овощные)**	**Фрукты свежие**	**Сухофрукты**	**Кондитерские изделия**	**Сахар**	**Масло сливочное**	**Масло растительное**	**Яйцо**	**Молоко, кисломол. продукты**	**Творог**	**Мясо**	**Субпродукты**	**Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)**	**Рыба**	**Сметана**	**Сыр**	**Чай**	**Кофейный напиток**
Завтрак																												
37	Суп молочный с крупой					10								2	1.5			135									
16	Какао с молоком													5				60									
27	Бутерброд с маслом	20													6												
	Итого	20	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	7	7.5	0	0	195	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																												
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								30																		
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							28	56.2				0.17		1.8					11				5			
73	Жаркое по-домашнему							80	31.8							4				47							
7	Компот из сухофруктов											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	15	40	0	0	0	0	108	118	0	0	15	0.17	5	1.8	4	0	0	0	58	0	0	0	5	0	0	0
Полдник																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
26	Бисквитик из моркови			35					20					5	5	0.2	5							3			
	Итого	0	0	35	0	0	0	0	20	0	0	0	0	5	5	0.2	5	180	0	0	0	0	0	3	0	0	0
Ужин																												
100	Вареники ленивые с маслом сливочным			33										13	5		8		99								
33	Напиток из шиповника											15		5													
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	0	0	33	0	0	0	0	0	0	95	15	0	18	5	0	8	0	99	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	35	40	68	0	10	0	108	138	180	95	30	0.17	35	19.3	4.2	13	375	99	58	0	0	0	8	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Вторая неделя, день 3																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный
Завтрак																												
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					13					18			2	2			98										
36	Кофейный напиток с молоком													5				60										1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9			
	Итого	30	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	7	0	0	158	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67	
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																												
71	Салат "Рубин"								31			8				3												
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8							44					
64	Печень говяжья по-строгановски			0.5											0.5	5					59			10				
49	Макаронные изделия отварные с овощами						25		81.2						3													
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8														
ГП	Хлеб пшеничный	15																										
ГП	Хлеб ржаной		20																									
	Итого	15	20	0.5	5	4.5	25	47	126.2	0	16	8	0	8	3.5	9.8	0	0	0	0	59	0	44	10	0	0	0	
Полдник																												
20	Компот из ягод замороженных										18			5														
95	Манник со сгущенным молоком					32								5	2.5	1	7	62.5						23				
	Итого	0	0	0	0	32	0	0	0	0	18	0	0	10	2.5	1	7	62.5	0	0	0	0	0	23	0	0	0	
Ужин																												
67	Кукуруза с яйцом								47							3	10											
31.88	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	7		4					5							4	4	12		49								
24/201	Рагу из овощей							52	57						2													
44	Чай с лимоном										5			5												0.83		
ГП	Хлеб пшеничный	15																										
ГП	Хлеб ржаной		20																									
	Итого	22	20	4	0	0	0	52	109	0	5	0	0	5	2	7	14	12	0	49	0	0	0	0	0	0.83	0	
	поваренной йодированной на																											
	Итого за день	67	40	4.5	5	49.5	25	99	235.2	0	57	8	0	30	15	17.8	21	332.5	0	49	59	0	44	33	9	0.83	1.67	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																											
Вторая неделя, день 4																											
№ ТК (ТТК)	**Прием пищи/наименование блюда**	**Хлеб пшеничный**	**Хлеб ржаной**	**Мука пшеничная**	**Крахмал**	**Крупы, бобовые**	**Макаронные изделия**	**Картофель**	**Овощи**	**Соки фруктовые (овощные)**	**Фрукты свежие**	**Сухофрукты**	**Кондитерские изделия**	**Сахар**	**Масло сливочное**	**Масло растительное**	**Яйцо**	**Молоко, кисломол. продукты**	**Творог**	**Мясо**	**Субпродукты**	**Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)**	**Рыба**	**Сметана**	**Сыр**	**Чай**	**Кофейный напиток**
Завтрак																											
11	Омлет натуральный														5		80	70									
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62																		
16	Какао с молоком													5				60									
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
80	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом						7	52	19.2						1.8					11							
104	Гуляш (из птицы)			2.4					5.9							3						75					
32	Картофельное пюре							102							3			18									
74	Лимонный напиток										14			15													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	15	40	2.4	0	0	7	154	55.1	0	14	0	0	15	4.8	3	0	18	0	11	0	75	0	0	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												35														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
93	Запеканка из творога					9								9	4		5	32	121					4			
2	Молоко сгущенное																	25									
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
12	Чай с молоком													5				23								0.83	
	Итого	0	0	0	0	9	0	0	0	0	95	0	0	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	4	0	0.83	0
	Норма соли пищевой																										
	Итого за день	35	40	2.4	0	9	7	154	117.1	0	109	0	35	34	13.8	3	85	508	121	11	0	75	0	4	0	0.83	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																											
Вторая неделя, день 5																											
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
45	Каша"Дружба"					17								2	2			98					51				
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	158	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
38	Салат "Полевой"							20	23.04							3											
29	Свекольник со сметаной, с мясом							29	59.7					0.8	1.8					11				5			
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6		13			75							
30	Соус сметанный натуральный			1.3											1.3									25			
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб ржаной		30																								
	Итого	0	30	25.3	0	9	0	49	181.74	160	0	0	0	0.8	9.1	3	13	0	0	86	0	0	0	30	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20																									
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
42	Рыба по-польски			6												3	17	11					51				
61	Картофель тушеный							89	33							3											
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
25	Чай с сахаром													5												0.83	
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	0	6	0	0	0	89	33	0	95	0	0	5	0	6	17	11	0	0	0	0	51	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой																										
	Итого за день	70	30	31.3	0	26	0	138	214.74	160	95	0	0	12.8	16.1	9	30	449	0	86	0	0	51	30	9	0.83	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
15	Каша жидкая молочная					15								2	2			100									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	160	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								30																		
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом							35	50.7							1.8				11				5			
6	Плов с мясом					33			20						2	2				52							
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	5	33	0	35	100.7	0	16	0	0	8	2	3.8	0	0	0	63	0	0	0	5	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												35														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
96	Суфле рыбное			0.8					11						2	1.2	12	7					63				
32	Картофельное пюре							102							3			18									
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	20	20	0.8	0	0	0	102	41	160	0	0	0	0	5	1.2	12	25	0	0	0	0	63	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	65	40	0.8	5	48	0	137	141.7	160	16	0	35	15	14	5	12	465	0	63	0	0	63	5	9	0	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
37	Суп молочный с крупой					10								2	1.5			135									
16	Какао с молоком													5				60									
94	Яйцо отварное																40										
27	Бутерброд с маслом	20													6												
	Итого	20	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	7	7.5	0	40	195	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																											
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)								9		9					2	5						37				
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом					4.5		50	19.3						1.8					11				5			
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							111	27						5		3				47						
7	Компот из сухофруктов											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	0	4.5	0	161	55.3	0	9	15	0	5	6.8	2	8	0	0	11	47	0	37	5	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
86	Булочка "Тарочка" с курагой			35.9								5		4	4	0.7	4.9	14									
	Итого	0	0	35.9	0	0	0	0	0	0	0	5	0	4	4	0.7	4.9	194	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150							8				43							
33	Напиток из шиповника											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	1.3	0	0	0	0	180	0	95	15	0	5	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой																										
	Итого за день	55	40	37.2	0	14.5	0	161	235.3	180	104	35	0	21	18.3	10.7	52.9	389	0	54	47	0	37	5	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																											
Третья неделя, день 3																											
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					13					18			2	2			98									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	7	0	0	158	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
101	Суп картофельный с мясными фрикадельками							62	10						1.4		1.8			29							
105	Суфле из кур с рисом					4									5		6					92					
49	Макаронные изделия отварные с овощами						25		81.2						3												
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0	5	4	25	62	121.2	0	16	0	0	8	9.4	0	7.8	0	0	29	0	92	0	0	0	0	0
Полдник																											
20	Компот из ягод замороженных										18			5													
98	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			29.8										5	2.5	0.8	4.2	10	18								
	Итого	0	0	29.8	0	0	0	0	0	0	18	0	0	10	2.5	0.8	4.2	10	18	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
67	Кукуруза с яйцом								47							3	10										
84	Рагу из овощей с мясом							33	87						3	5				31							
44	Чай с лимоном										5			5												0.83	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	0	0	0	0	33	134	0	100	0	0	5	3	8	10	0	0	31	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	65	40	29.8	5	17	25	95	255.2	0	152	0	0	30	21.9	8.8	22	268	18	60	0	92	0	0	9	0.83	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
11	Омлет натуральный														5		80	70									
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62																		
16	Какао с молоком													5				60									
ГП	Хлеб пшеничный	40																									
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
87	моркови) с изюмом (или черносливом)								34			5				3											
78	Суп с лапшой, с мясом птицы						14		16.2						1.8							23					
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15							5							4	7	8					40				
32	Картофельное пюре							102							3			18									
74	Лимонный напиток										14			15													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	30	40	0	0	0	14	102	55.2	0	14	5	0	15	4.8	7	7	26	0	0	0	23	40	0	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												35														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
63	Пудинг творожный					10						11		13		3	11		98								
2	Молоко сгущенное																	25									
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
12	Чай с молоком													5				23								0.83	
	Итого	0	0	0	0	10	0	0	0	0	95	11	0	18	0	3	11	48	98	0	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	70	40	0	0	10	14	102	117.2	0	109	16	35	38	9.8	10	98	484	98	0	0	23	40	0	0	0.83	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																											
Третья неделя, день 5																											
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
56	Каша"Рябчик"					15								2	2			98									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
27	Бутерброд с маслом	35													6												
	Итого	35	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	8	0	0	158	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								46.1							3											
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					3.5		50	22.2						1.8					11				5			
57	Суфле из печени			11												2	5	8			40						
21	Рис отварной с овощами					33			29						5												
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	15	40	11	0	36.5	0	50	97.3	160	0	0	0	0	6.8	5	5	8	0	11	40	0	0	5	0	0	0
Полдник																											
33	Напиток из шиповника											15		5													
92	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом			22.9		1.7			1.5					1.4	3.7	0.7	3	6					13				
	Итого	0	0	22.9	0	1.7	0	0	1.5	0	0	15	0	6.4	3.7	0.7	3	6	0	0	0	0	13	0	0	0	0
Ужин																											
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6		13			75							
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
25	Чай с сахаром													5												0.83	
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	0	24	0	9	0	0	99	0	95	0	0	5	6	0	13	0	0	75	0	0	0	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой																										
	Итого за день	70	40	57.9	0	62.2	0	50	197.8	160	95	15	0	18.4	24.5	5.7	21	272	0	86	40	0	13	5	0	0.83	1.67
	Итого	70	40	57.9	0	62.2	0	50	197.8	160	95	15	0	18.4	24.5	5.7	21	272	0	86	40	0	13	5	0	0.83	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
15	Каша жидкая молочная					15								2	2			100									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										9		
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	160	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								30																		
29	Свекольник со сметаной, с мясом							29	59.7					0.8	1.8					11				5			
48	Гуляш			1.3					3.5							1.5				72							
21	Рис отварной с овощами					33			29						5												
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	1.3	5	33	0	29	122.2	0	16	0	0	8.8	6.8	1.5	0	0	0	83	0	0	0	5	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	20																									
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
69	Сельдь с луком репчатым								9							4							48				
41	Картофель отварной							120							5												
44	Чай с лимоном										5			5												0.83	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	20	20	0	0	0	0	120	9	0	5	0	0	5	5	4	0	0	0	0	0	0	48	0	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	85	40	1.3	5	48	0	149	131.2	0	21	0	0	20.8	18.8	5.5	0	440	0	83	0	0	48	5	9	0.83	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 2

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
37	Суп молочный с крупой					9								1.7	1.3			117									
16	Какао с молоком													5				60									
94	Яйцо отварное																40										
27	Бутерброд с маслом	20													6												
	Итого	20	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	6.7	7.3	0	40	177	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																											
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
79	Салат "Овощная мозайка"							11.3	30.05							3											
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							28	56.2				0.17		1.8					11				5			
64	Печень говяжья по-строгановски			0.5											0.5	5					59			10			
32	Картофельное пюре							102							3			18									
7	Компот из сухофруктов											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	15	20	0.5	0	0	0	141.3	86.25	0	0	15	0.17	5	5.3	8	0	18	0	11	59	0	0	15	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
75	Крендель сахарный			28										8	7	0.3	4	10									
	Итого	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	7	0.3	4	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150							8				43							
33	Напиток из шиповника											15		5													
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	1.3	0	0	0	0	180	0	95	15	0	5	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	55	40	29.8	0	9	0	141.3	266.25	180	95	30	0.17	24.7	19.6	16.3	44	385	0	54	59	0	0	15	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Четвертая неделя, день 3																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																												
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					13					18			2	2			98									
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
94	Яйцо отварное																40										
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
	Итого	20	0	0	0	13	0	0	0	0	18	0	0	7	2	0	40	158	0	0	0	0	0	0	0	0	1.67
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)								9		9					2	5						37				
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					14		35	16.2						1.8					11							
60	Гренки из пшеничного хлеба	28																									
70	Азу			2					24.1							2				47							
49	Макаронные изделия отварные с овощами						25		81.2						3												
22	Кисель из ягод свежемороженных				5						16			8													
ГП	Хлеб ржаной		20																								
	Итого	28	20	2	5	14	25	35	130.5	0	25	0	0	8	4.8	4	5	0	0	58	0	0	37	0	0	0	0
Полдник																												
20	Компот из ягод замороженных										18			5													
97	Песочник (печенье песочное)			31									0.08	6	5	0.16	7										
	Итого	0	0	31	0	0	0	0	0	0	18	0	0.08	11	5	0.16	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																												
18	Овощи натуральные соленые или свежие								30																		
82	Тефтели рыбные			5		3			7							3	3	12					39				
32	Картофельное пюре							102							3			18									
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
ГП	Хлеб ржаной		20																								
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	20	5	0	3	0	102	37	160	95	0	0	0	3	3	3	30	0	0	0	0	39	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	68	40	38	5	30	25	137	167.5	160	156	0	0.08	26	14.8	7.16	55	288	0	58	0	0	76	0	0	0	1.67

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

Четвертая неделя, день 4

№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																											
11	Омлет натуральный														5		80	70									
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								62																		
16	Какао с молоком													5				60									
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	62	0	0	0	0	5	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 завтрак																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																											
28	Салат из морской капусты с яйцом								33							3	5										
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14							1.8							44				
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							111	27						5		3				47						
55/527	Компот из плодов консервированных										121			2													
ГП	Хлеб пшеничный	15																									
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	15	40	0	0	4.5	0	158	74	0	121	0	0	2	5	4.8	8	0	0	0	47	0	44	0	0	0	0
Полдник																											
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)												35														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																											
93	Запеканка из творога					9								9	4		5	32	121					4			
2	Молоко сгущенное																	25									
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
12	Чай с молоком													5				23								0.83	
	Итого	0	0	0	0	9	0	0	0	0	95	0	0	14	4	0	5	80	121	0	0	0	0	4	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	35	40	0	0	13.5	0	158	136	0	216	0	35	21	14	4.8	93	490	121	0	47	0	44	4	0	0.83	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание																												
Четвертая неделя, день 5																												
№ ТК (ТТК)	Прием пищи/наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Завтрак																												
51	Макаронные изделия, запеченные с сыром						46								5										9		
36	Кофейный напиток с молоком													5				60									1.67
27	Бутерброд с маслом	20													6												
	Итого	20	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0	0	5	11	0	0	60	0	0	0	0	0	0	9	0	1.67
2 завтрак																												
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																												
54	Салат "Сытный"								35							2	9										
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					3.5		50	22.2						1.8					11				5			
65	Котлеты, биточки, шницели куриные	11														4		16				108					
21/17	Рис отварной с овощами/пюре из гороха с маслом					33			29						5												
ГП	Сок фруктовый (овощной)									160																	
ГП	Хлеб ржаной		40																								
	Итого	11	40	0	0	36.5	0	50	86.2	160	0	0	0	0	6.8	6	9	16	0	11	0	108	0	5	0	0	0
Полдник																												
33	Напиток из шиповника											15		5													
102	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)			23.8							17			5.5	4	0.8	3.5	12									
	Итого	0	0	23.8	0	0	0	0	0	0	17	15	0	10.5	4	0.8	3.5	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																												
66	Голубцы ленивые			24		9			99						6		13			75							
30	Соус сметанный натуральный			1.3											1.3									25			
ГП	Хлеб пшеничный	20																									
25	Чай с сахаром													5												0.83	
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)										95																
	Итого	20	0	25.3	0	9	0	0	99	0	95	0	0	5	7.3	0	13	0	0	75	0	0	0	25	0	0.83	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																										
	Итого за день	51	40	49.1	0	45.5	46	50	185.2	160	112	15	0	20.5	29.1	6.8	25.5	188	0	86	0	108	0	30	9	0.83	1.67

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток
Итого за 20 дней	1189	790	520.3	40	647.7	167	2415.5	3612.69	2000	1915	187	241.62	489.9	358.2	173.7	790.45	7752.5	597	993	398	400	629	185	84	9.96	20.04
Итого за 1 день	59.45	39.5	26.015	2	32.385	8.35	120.78	180.635	100	95.75	9.35	12.081	24.495	17.91	8.683	39.5	387.625	29.85	49.65	19.9	20	31.5	9.25	4.2	0.498	1.0
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	60	40	25	2	30	8	120	180	100	95	9	12	25	18	9	40	390	30	50	20	20	32	9	4	0.5	1
Процент удовлетворения норм питания	**99.08**	**98.75**	**104.06**	**100.00**	**107.95**	**104.38**	**100.65**	**100.35**	**100.00**	**100.79**	**103.89**	**100.68**	**97.98**	**99.50**	**96.48**	**98.81**	**99.39**	**99.50**	**99.30**	**99.50**	**100.00**	**98.28**	**102.78**	**105.00**	**99.60**	**100.20**
Процент отклонения от норм питания	**-0.92**	**-1.25**	**4.06**	**0.00**	**7.95**	**4.38**	**0.65**	**0.35**	**0.00**	**0.79**	**3.89**	**0.67**	**-2.02**	**-0.50**	**-3.52**	**-1.19**	**-0.61**	**-0.50**	**-0.70**	**-0.50**	**0.00**	**-1.72**	**2.78**	**5.00**	**-0.40**	**0.20**

Какао-порошок	Соль пищ.поваренная.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
0	3	0

Какао-порошок	Соль пищевойодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0

	3	
1.25	3	1.14

Какао-порошок	Соль пищ.лов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
0	3	1.14

Какао-порошок	Соль пищ.лов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
1.25	3	0

0		0					0			0								0			0					Какао-порошок							
3	3	0					0			0								0			0					Соль пищ.пов.йодир.							
0		0					0			0								0			0					Дрожжи хлебопекарные							

| | | |

0	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.йод.др.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
1.25	3	0

| | | |

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
1.25	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
0	3	0

| | | |

	3	
0	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
1.25	3	1.14

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йод.пр.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
0	3	1.14

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
1.25	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
0	3	1.14
0	3	1.14

| | | |

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
1.25	3	1.14

| | | |

	3	
0	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
1.25		
1.25	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
0	0	0
	3	
1.25	3	0

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0	0
0	0	0
0	0	0
		1.14
0	0	1.14
0	0	0
	3	
0	3	1.14

Какао-порошок	Соль пищ.пов.йод.др.	Дрожжи хлебопекарные
10	60	7.98
0.5	3	0.40
0.5	3	0.4
100.00	**100.00**	**99.75**
0.00	**0.00**	**-0.25**

	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 1																			
	Завтрак																		
15/182	Каша жидкая молочная	200	6.95	4.99	21.54	167.89	28.892	0.115	0.225	0.800	0.086	1.492	168.568	59.160	181.095	259.955	0.012	0.005	0.058
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	13.75	10.29	48.66	351.57	60.612	0.185	0.345	1.177	0.170	2.087	268.617	80.378	294.348	430.082	0.019	0.013	0.193
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
4/472	Маринад овощной	60	0.73	6.66	5.62	85.32	520.500	0.020	0.030	1.470	0.000	0.380	14.670	16.250	28.520	94.050	0.003	0.000	0.029
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3.43	3.80	8.67	82.57	112.593	0.053	0.056	10.264	0.004	0.719	35.643	18.818	52.712	322.793	0.004	0.001	0.152
6/375	Плов с мясом	180	17.32	14.04	32.72	326.28	180.9	0.065	0.114	0.864	0.04	1.4	30.722	28.649	173.862	199.42	0.005	0.006	0.1
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	685	24.36	25.00	83.04	656.02	815.43	0.19	0.21	15.30	0.04	3.54	104.51	74.33	299.00	687.97	0.02	0.01	0.45
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.00	6.22	51.25	291.06	28.050	0.078	0.260	1.040	0.060	1.004	220.000	29.860	176.400	319.360	0.016	0.003	0.036
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
82/355	Тефтели рыбные	70	8.68	4.49	5.57	97.39	11.890	0.056	0.090	0.564	0.176	0.535	50.431	27.370	131.337	214.379	0.063	0.008	0.290
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	520	17.21	8.47	55.61	372.18	129.62	0.29	0.27	33.37	0.23	4.26	119.88	94.97	328.54	1451.53	0.07	0.01	0.34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		65.70	53.68	244.12	1740.20	1062.32	0.79	1.31	51.80	0.54	11.17	908.53	305.80	1219.04	3079.19	0.34	0.04	1.55
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		121.67	89.47	93.53	96.68	212.463	88.222	130.800	103.598	5.440	111.650	100.948	152.898	152.380	513.198	336.000	200.000	77.300

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	471	15.23	15.66	38.44	355.45	126.67	0.16	0.46	1.25	1.06	2.46	291.87	67.45	316.60	423.61	0.03	0.02	0.24
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
58/58	Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	2.44	5.84	5.90	86.22	18.160	0.014	0.042	3.018	0.058	0.960	77.060	16.268	58.098	180.736	0.004	0.002	0.012
19/101	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	5.94	4.03	15.21	120.94	142.489	0.100	0.133	7.920	0.399	1.251	30.807	27.618	98.391	504.832	0.008	0.007	0.153
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	153	10.69	5.78	23.48	188.68	2498.820	0.221	0.877	16.993	0.675	3.943	25.396	41.450	208.000	765.938	0.009	0.016	0.138
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.705	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	658	22.19	16.08	80.74	557.43	2675.45	0.38	1.07	28.13	1.13	7.83	168.93	105.26	415.22	2616.56	0.02	0.03	0.50
	Полдник																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
90/558,559	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4.06	2.94	31.11	167.14	16.056	0.048	0.049	0.094	0.131	0.599	22.971	7.385	44.257	69.853	0.002	0.003	0.004
	Итого	260	9.52	7.34	39.84	263.50	42.456	0.106	0.289	1.134	0.191	0.773	234.171	31.745	200.857	312.213	0.018	0.006	0.040
	Ужин																		
72	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	3.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	550	14.93	14.27	54.50	411.04	152.94	0.16	0.18	155.67	0.00	6.86	123.97	59.18	185.09	982.19	0.01	0.01	0.27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		61.87	53.35	256.52	1759.41	3097.51	0.85	2.09	198.18	2.38	18.47	868.46	295.69	1151.51	4639.02	0.28	0.06	1.54
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		114.58	88.91	98.28	97.75	619.503	94.222	208.700	396.362	23.790	184.670	96.496	147.847	143.939	773.171	282.000	295.000	77.200

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	12.54	10.82	52.21	356.70	60.335	0.128	0.315	1.177	0.170	0.943	266.180	50.263	264.635	376.450	0.019	0.014	0.200
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
35/ТТК	Салат "Океан" (с кальмарами)	60	11.51	8.37	2.13	129.92	18.720	0.089	0.087	1.551	0.264	0.917	30.120	48.791	154.415	170.898	0.158	0.027	0.009
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3.31	3.28	8.78	77.81	116.833	0.044	0.054	6.856	0.030	0.890	35.101	19.466	53.353	298.440	0.006	0.001	0.144
40/409	Птица отварная	70	16.59	1.05	0.07	79.80	11.900	0.034	0.130	0.000	0.210	0.602	7.770	17.500	128.100	156.800	0.000	0.015	0.000
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	39.27	16.27	76.30	614.30	1117.21	0.30	0.35	14.46	0.56	4.59	135.40	132.32	454.27	909.89	0.17	0.05	0.56
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0	0.003	0.003	1.2	0	0.122	11.03	4.324	1.919	19.903	0	0	0.175
34/583	Булочка домашняя	60	4.58	7.41	31.03	209.11	34.596	0.054	0.056	0.078	0.214	0.522	25.682	7.490	49.703	64.583	0.002	0.002	0.004
	Итого	260	4.67	7.45	37.15	234.29	34.596	0.057	0.059	1.278	0.214	0.644	36.712	11.814	51.622	84.486	0.002	0.002	0.179
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.67	5.62	4.38	78.79	23.400	0.014	0.071	0.807	0.330	0.458	22.784	6.381	40.181	64.839	0.003	0.005	0.014
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	200	9.79	10.95	12.73	176.56	417.950	0.091	0.117	16.427	0.000	1.983	51.071	39.997	132.475	561.357	0.008	0.001	0.143
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	610	16.24	17.48	56.06	437.71	446.92	0.19	0.23	28.29	0.33	6.51	114.60	70.54	232.30	996.26	0.02	0.01	0.44
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		76.10	55.72	227.28	1712.36	1687.66	0.73	1.17	46.12	1.31	12.97	748.41	291.20	1123.57	2557.34	0.42	0.07	1.91
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		140.93	92.86	87.08	95.13	337.533	80.667	117.200	92.242	13.100	129.660	83.156	145.601	140.447	426.223	420.000	365.000	95.350

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
ГП	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.000	0.045	0.001	0.000	0.000	0.440	8.000	5.600	26.000	37.200	0.001	0.001	0.007
	Итого	440	18.00	13.45	34.83	332.57	165.09	0.17	0.47	2.68	1.84	2.91	202.37	46.26	298.08	348.36	0.03	0.03	0.22
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	70	11.96	8.92	4.16	144.94	3464.729	0.153	1.218	9.146	0.834	4.151	16.715	12.139	195.962	173.438	0.004	0.024	0.151
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	720	27.82	14.94	83.98	585.87	3571.90	0.45	1.43	28.92	0.98	8.13	122.18	103.46	494.09	1415.65	0.09	0.04	0.85
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.00	6.22	51.25	291.06	28.050	0.078	0.260	1.040	0.060	1.004	220.000	29.860	176.400	319.360	0.016	0.003	0.036
	Ужин																		
62/326	Сырники из творога	200	40.39	12.55	34.28	411.63	61.760	0.091	0.425	0.373	0.272	1.117	278.333	41.787	389.789	209.757	0.016	0.052	0.056
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	515	42.75	14.83	58.99	543.08	77.61	0.14	0.54	10.75	0.29	4.21	379.28	64.84	461.46	597.75	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		98.95	53.14	234.61	1821.95	3871.25	0.88	2.92	44.30	3.20	16.52	1119.35	270.67	1550.77	2871.38	0.36	0.12	1.95
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		183.23	88.57	89.89	101.22	774.250	98.222	292.100	88.590	32.020	165.190	124.372	135.337	193.847	478.563	360.000	605.000	97.700

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Неделя первая, день 5																			
	Завтрак																		
45/275	Каша"Дружба"	200	6.29	5.64	26.07	180.18	28.098	0.085	0.191	0.780	0.084	0.533	163.892	32.964	160.107	214.206	0.013	0.005	0.059
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	13.09	10.94	53.19	363.86	59.818	0.155	0.311	1.157	0.168	1.128	263.941	54.182	273.360	384.333	0.020	0.013	0.194
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1.05	4.02	3.51	54.48	440.100	0.032	0.029	1.563	0.000	0.348	12.285	15.788	28.704	77.265	0.002	0.000	0.018
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6.01	2.89	13.60	104.49	86.887	0.053	0.062	3.556	0.029	1.452	27.566	24.222	70.173	314.894	0.002	0.000	0.139
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.002	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.002	0.002	0.003
42/343	Рыба по-польски	70	12.33	5.92	5.15	123.17	36.204	0.070	0.141	0.186	0.559	0.930	45.203	33.165	172.799	253.103	0.083	0.014	0.378
21/421	Рис отварной с овощами	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272
10/507	Напиток с витаминами "Витошка"	250	0.00	0.00	24.25	97.50	150.000	0.382	0.426	25.000	2.103	0.003	10.676	2.176	0.006	0.000	0.000	0.000	0.221
ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	84.00	0.000	0.036	0.012	0.000	0.000	1.160	7.200	8.000	36.800	57.200	0.002	0.002	0.014
	Итого	795	26.90	18.16	110.18	713.28	1033.51	0.65	0.71	31.97	2.78	4.88	133.59	120.00	404.91	850.84	0.09	0.03	1.05
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
23/583	Сушка на сметане	60	5.47	5.14	35.04	208.24	28.170	0.059	2.453	0.031	0.176	0.629	25.154	8.003	52.289	68.714	0.002	0.004	0.006
	Итого	260	10.93	9.54	43.77	304.60	54.570	0.117	2.693	1.071	0.236	0.803	236.354	32.363	208.889	311.074	0.018	0.007	0.042
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	475	19.60	14.75	58.79	447.96	58.600	0.166	0.235	16.660	0.364	10.033	84.965	88.272	257.019	884.480	0.011	0.010	0.342
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		73.90	57.09	271.49	1899.07	1235.10	1.14	4.17	51.77	3.59	17.12	914.37	321.08	1264.93	2620.97	0.35	0.06	2.15
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		136.85	95.15	104.02	105.50	247.020	126.222	417.200	103.534	35.870	171.200	101.597	160.538	158.117	436.829	354.000	285.000	107.450

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.53
2					19.75
3					19.82
4					18.48
5					20.21
Итого					97.79
Ср.зн.					19.56
Норма					20.00
2 завтрак					
1					3.85
2					9.56
3					3.85
4					3.85
5					3.85
Итого					24.97
Ср.зн.					4.99
Норма					5.00
обед					
1					36.45
2					30.97
3					34.13
4					32.55
5					39.63
Итого					173.72
Ср.зн.					34.74
Норма					35.00
полдник					
1					16.17
2					14.64
3					13.02
4					16.17
5					16.92
Итого					76.92
Ср.зн.					15.38
Норма					15.00
ужин					
1					20.68
2					22.84
3					24.32
4					30.17
5					24.89
Итого					122.89
Ср.зн.					24.58
Норма					25.00

	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 1																			
	Завтрак																		
68/277	Плов вегетарианский с сухофруктами	150	4.44	4.21	38.00	207.65	27.890	0.045	0.035	0.055	0.075	0.824	30.710	50.684	93.668	142.237	0.001	0.008	0.370
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
27/99,100	Бутерброд с маслом	51	3.47	4.65	22.22	144.57	27.000	0.050	0.008	0.000	0.078	0.507	10.440	6.300	31.050	43.410	0.001	0.003	0.007
	Итого	401	9.67	10.23	69.86	410.12	62.810	0.121	0.117	0.367	0.171	1.492	111.419	70.312	183.301	307.364	0.007	0.013	0.503
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
76/82	Винегрет овощной	60	0.65	4.06	3.01	51.32	76.685	0.030	0.021	3.135	0.000	0.441	12.146	10.785	25.820	127.016	0.002	0.000	0.011
53/151	Суп картофельный с клецками, с мясом	200	4.39	3.48	14.46	106.67	92.253	0.059	0.063	3.263	0.081	0.652	30.873	14.830	59.497	229.144	0.003	0.001	0.137
57/ТТК	Суфле из печени	70	10.11	4.52	10.86	124.50	2353.094	0.123	0.854	6.209	0.690	3.070	18.407	10.865	154.204	138.375	0.004	0.018	0.099
52,85 (243,248)	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)	150	8.12	6.27	35.50	230.98	19.228	0.211	0.114	0.000	0.089	3.988	17.805	119.527	178.551	216.517	0.001	0.005	0.104
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	705	24.63	18.67	90.02	628.32	2542.70	0.45	1.06	15.31	0.86	8.97	98.71	163.82	448.98	764.16	0.01	0.03	0.52
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.00	6.22	51.25	291.06	28.050	0.078	0.260	1.040	0.060	1.004	220.000	29.860	176.400	319.360	0.016	0.003	0.036
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	9.79	5.82	9.51	129.59	16.780	0.089	0.098	0.376	0.275	0.870	41.601	28.375	135.406	209.451	0.064	0.011	0.296
41/431	Картофель отварной	130	2.41	3.85	18.71	119.08	16.889	0.109	0.075	10.053	0.070	0.993	12.203	25.146	64.826	593.611	0.005	0.000	0.034
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	500	17.73	10.37	58.37	402.42	136.17	0.32	0.25	32.93	0.35	4.56	88.80	93.02	315.48	1412.56	0.07	0.01	0.34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		62.41	49.19	275.06	1801.29	2798.33	1.02	1.91	50.55	1.48	16.31	714.45	383.27	1244.91	2993.70	0.32	0.06	1.93
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		115.57	81.99	105.39	100.07	559.666	113.111	191.400	101.106	14.750	163.070	79.383	191.635	155.614	498.949	319.000	290.000	96.250

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
27(99,100)	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	431	10.44	11.61	38.17	298.75	64.267	0.139	0.320	1.248	0.176	1.588	272.506	63.097	249.613	377.130	0.021	0.007	0.216
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	3.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3.31	3.28	8.78	77.81	116.833	0.044	0.054	6.856	0.030	0.890	35.101	19.466	53.353	298.440	0.006	0.001	0.144
73/374	Жаркое по-домашнему	200	12.89	11.83	18.76	233.01	357.120	0.131	0.144	10.080	0.000	1.721	31.843	34.236	148.333	664.327	0.009	0.000	0.045
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.705	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.46	0.50	22.40	105.00	0.000	0.046	0.016	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.004	0.004	0.018
	Итого	720	21.50	20.24	78.74	584.41	566.44	0.26	0.25	20.63	0.03	6.56	127.61	86.13	293.91	2321.07	0.02	0.01	0.39
	Полдник																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
26/ТТК	Бисквитик из моркови	60	5.42	5.24	33.92	204.66	315.900	0.066	0.058	0.498	0.210	0.745	19.925	14.794	56.755	95.250	0.002	0.004	0.014
	Итого	260	10.88	9.64	42.65	301.02	342.300	0.124	0.298	1.538	0.270	0.919	231.125	39.154	213.355	337.610	0.018	0.007	0.050
	Ужин																		
100/331	Вареники ленивые с маслом сливочным	180	55.87	9.56	42.47	371.35	51.295	0.088	0.302	0.239	0.312	1.094	185.170	30.541	276.489	164.228	0.011	0.036	0.039
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	480	56.56	10.09	61.75	459.77	56.39	0.13	0.35	127.24	0.31	3.55	216.65	43.08	288.94	442.38	0.01	0.04	0.26
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		99.38	51.58	264.31	1815.94	1129.40	0.69	1.30	162.66	0.79	13.16	897.42	263.52	1079.57	3782.64	0.27	0.06	1.42
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		184.04	85.96	101.27	100.89	225.879	76.222	129.600	325.318	7.880	131.590	99.713	131.760	134.946	630.440	272.000	280.000	70.800

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	12.54	10.82	52.21	356.70	60.335	0.128	0.315	1.177	0.170	0.943	266.180	50.263	264.635	376.450	0.019	0.014	0.200
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
71/59	Салат "Рубин"	60	0.93	4.61	11.12	90.56	1.518	0.017	0.026	2.040	0.000	0.927	24.741	35.540	30.206	212.793	0.003	0.000	0.023
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	70	11.96	8.92	4.16	144.94	3464.729	0.153	1.218	9.146	0.834	4.151	16.715	12.139	195.962	173.438	0.004	0.024	0.151
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	710	29.48	19.16	94.02	671.24	4525.26	0.41	1.40	21.64	0.98	8.17	135.86	134.77	489.92	1106.53	0.08	0.04	1.02
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0	0.003	0.003	1.2	0	0.122	11.03	4.324	1.919	19.903	0	0	0.175
95/583	Манник со сгущенным молоком	90	7.58	9.27	47.77	305.02	53.023	0.067	0.181	0.344	0.258	0.646	125.089	19.288	123.595	188.064	0.006	0.004	0.025
	Итого	290	7.67	9.31	53.89	330.20	53.023	0.070	0.184	1.544	0.258	0.768	136.119	23.612	125.514	207.967	0.006	0.004	0.200
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.67	5.62	4.38	78.79	23.400	0.014	0.071	0.807	0.330	0.458	22.784	6.381	40.181	64.839	0.003	0.005	0.014
31/386(88/395)	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	70	12.46	14.13	6.13	201.29	9.128	0.053	0.122	0.305	0.108	1.791	25.340	16.719	135.405	225.551	0.006	0.003	0.043
24/201	Рагу из овощей	130	2.35	1.86	13.29	79.41	158.8	0.076	0.063	14.625	0.033	0.914	34.513	25.545	57.628	463.638	0.005	0.001	0.071
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	510	20.86	22.12	52.95	494.85	191.90	0.20	0.28	16.80	0.47	5.03	107.38	63.81	281.86	846.10	0.02	0.01	0.41
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		73.93	65.11	258.63	1922.36	4859.11	0.85	2.40	42.07	1.91	15.19	841.06	298.71	1282.68	2727.29	0.34	0.07	2.35
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		136.91	108.51	99.09	106.80	971.823	94.778	239.900	84.138	19.130	151.880	93.451	149.357	160.335	454.548	337.000	335.000	117.600

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
ГП	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.000	0.045	0.001	0.000	0.000	0.440	8.000	5.600	26.000	37.200	0.001	0.001	0.007
	Итого	440	18.00	13.45	34.83	332.57	165.09	0.17	0.47	2.68	1.84	2.91	202.37	46.26	298.08	348.36	0.03	0.03	0.22
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
80/152	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	3.85	2.69	14.79	98.78	126.440	0.070	0.054	5.133	0.026	0.781	19.470	18.354	56.543	322.990	0.003	0.000	0.151
104/373	Гуляш (из птицы)	70	12.17	4.34	2.83	99.12	45.322	0.043	0.041	0.813	0.000	0.799	6.294	45.195	91.191	169.795	0.004	0.011	0.067
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	740	23.52	11.03	86.47	541.61	189.68	0.31	0.22	21.32	0.08	4.70	100.23	115.04	303.76	1303.10	0.02	0.02	0.47
	Полдник2																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	0.28	0.00	44.00	178.20	0.000	0.000	0.006	0.000	0.000	0.880	11.550	3.850	6.050	30.250	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	2.28	0.20	49.80	214.20	100.000	0.060	0.066	20.000	0.000	2.280	25.550	27.850	70.050	510.250	0.000	0.000	0.000
	Ужин																		
93/319	Запеканка из творога	180	36.64	13.79	25.03	371.06	71.482	0.079	0.445	0.598	0.304	0.931	302.314	42.294	382.918	240.346	0.019	0.047	0.061
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	39.00	16.07	49.74	502.51	87.33	0.13	0.56	10.98	0.32	4.02	403.26	65.34	454.59	628.34	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		86.18	44.45	226.40	1660.26	570.70	0.72	1.54	55.88	2.28	14.19	926.92	280.76	1247.22	2980.30	0.28	0.09	1.55
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		159.60	74.09	86.74	92.24	114.141	79.667	154.300	111.760	22.780	141.860	102.991	140.378	155.902	496.717	281.000	460.000	77.550

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Вторая неделя, день 5																			
	Завтрак																		
45/275	Каша"Дружба"	200	6.29	5.64	26.07	180.18	28.098	0.085	0.191	0.780	0.084	0.533	163.892	32.964	160.107	214.206	0.013	0.005	0.059
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	13.09	10.94	53.19	363.86	59.818	0.155	0.311	1.157	0.168	1.128	263.941	54.182	273.360	384.333	0.020	0.013	0.194
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
38/71	Салат "Полевой"	60	1.04	4.10	6.05	65.45	129.885	0.041	0.029	3.737	0.000	0.426	9.590	12.545	28.725	183.575	0.002	0.000	0.015
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3.37	3.29	10.72	85.92	91.789	0.046	0.057	5.189	0.030	1.059	35.359	20.961	57.367	313.478	0.006	0.000	0.156
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	30	0.90	4.96	1.99	56.22	23.472	0.008	0.026	0.048	0.041	0.071	23.808	2.566	17.495	30.800	0.002	0.000	0.005
10/507	"Витошка"	250	0.00	0.00	24.25	97.50	150.000	0.382	0.426	25.000	2.103	0.003	10.676	2.176	0.006	0.000	0.000	0.000	0.221
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	740	23.76	26.85	85.41	680.09	433.25	0.62	0.74	40.53	2.54	5.93	146.84	84.90	354.12	1087.63	0.02	0.01	0.48
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5.46	4.4	8.73	96.356	26.4	0.058	0.24	1.04	0.06	0.174	211.2	24.36	156.6	242.36	0.016	0.003	0.036
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.000	0.080	0.030	0.000	0.000	1.000	11.500	17.000	44.500	68.000	0.003	0.003	0.008
	Итого	250	9.46	4.90	33.28	215.36	26.400	0.138	0.270	1.040	0.060	1.174	222.700	41.360	201.100	310.360	0.019	0.006	0.044
	Ужин																		
42/343	Рыба по-польски	70	12.33	5.92	5.15	123.17	36.204	0.070	0.141	0.186	0.559	0.930	45.203	33.165	172.799	253.103	0.083	0.014	0.378
61/431	Картофель тушеный	130	2.26	3.24	16.67	104.88	300.73	0.098	0.069	8.65	0	0.983	17.36	28.85	66.097	511.644	0.005	0	0.04
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	525	17.09	9.81	49.41	357.01	342.43	0.23	0.23	18.94	0.56	5.23	97.12	80.64	274.39	1090.95	0.09	0.02	0.70
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		66.78	56.20	226.85	1685.69	890.50	1.19	1.77	62.58	3.36	13.73	926.12	287.34	1223.72	3063.52	0.37	0.05	1.95
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		123.67	93.67	86.92	93.65	178.100	132.333	177.000	125.154	33.640	137.320	102.902	143.669	152.965	510.587	365.000	235.000	97.250

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					22.78
2					16.60
3					19.82
4					18.48
5					20.21
Итого					97.89
Ср.зн.					19.58
Норма					20.00
2 завтрак					
1					3.85
2					9.56
3					3.85
4					3.85
5					3.85
Итого					24.97
Ср.зн.					4.99
Норма					5.00
обед					
1					34.91
2					32.47
3					37.29
4					30.09
5					37.78
Итого					172.54
Ср.зн.					34.51
Норма					35.00
полдник					
1					16.17
2					16.72
3					18.34
4					11.90
5					11.96
Итого					75.10
Ср.зн.					15.02
Норма					15.00
ужин					
1					22.36
2					25.54
3					27.49
4					27.92
5					19.83
Итого					123.14
Ср.зн.					24.63
Норма					25.00

	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 1																			
	Завтрак																		
15/182	Каша жидкая молочная	200	6.95	4.99	21.54	167.89	28.892	0.115	0.225	0.800	0.086	1.492	168.568	59.160	181.095	259.955	0.012	0.005	0.058
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	13.75	10.29	48.66	351.57	60.612	0.185	0.345	1.177	0.170	2.087	268.617	80.378	294.348	430.082	0.019	0.013	0.193
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	3.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3.43	3.80	8.67	82.57	112.593	0.053	0.056	10.264	0.004	0.719	35.643	18.818	52.712	322.793	0.004	0.001	0.152
6/375	Плов с мясом	180	17.32	14.04	32.72	326.28	180.9	0.065	0.114	0.864	0.04	1.4	30.722	28.649	173.862	199.42	0.005	0.006	0.1
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	675	24.58	22.79	81.27	630.20	371.43	0.18	0.21	17.33	0.04	4.71	110.34	65.58	288.98	751.42	0.01	0.01	0.42
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.087	0.398	1.560	0.111	1.052	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
96/341	Суфле рыбное	70	13.13	4.91	1.95	104.58	117.628	0.074	0.132	0.563	0.487	0.921	45.168	40.842	190.933	303.927	0.101	0.014	0.466
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	520	21.66	8.89	51.99	379.37	235.36	0.31	0.31	33.37	0.54	4.64	114.62	108.44	388.14	1541.07	0.11	0.02	0.52
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	Ж	У	Эн/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		71.31	54.60	238.89	1756.32	746.54	0.81	1.48	54.35	0.91	12.77	964.57	317.27	1323.13	3314.27	0.38	0.05	1.70
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		132.06	91.00	91.53	97.57	149.309	90.333	148.300	108.696	9.060	127.690	107.174	158.634	165.391	552.378	375.000	235.000	85.050

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27/99,100	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	471	15.23	15.66	38.44	355.45	126.67	0.16	0.46	1.25	1.06	2.46	291.87	67.45	316.60	423.61	0.03	0.02	0.24
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	60	10.61	4.91	2.91	98.54	15.080	0.087	0.074	2.043	0.165	1.046	26.910	47.132	139.673	182.622	0.149	0.024	0.005
39/101	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	3.66	3.37	13.23	98.01	95.967	0.066	0.059	5.856	0.030	0.760	23.768	19.828	61.326	324.424	0.004	0.001	0.147
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	153	10.69	5.78	23.48	188.68	2498.820	0.221	0.877	16.993	0.675	3.943	25.396	41.450	208.000	765.938	0.009	0.016	0.138
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.705	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	658	28.08	14.49	75.77	546.82	2625.85	0.42	1.03	25.09	0.87	7.42	111.74	128.34	459.73	2438.04	0.17	0.04	0.48
	Полдник																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
86/ТТК	Булочка "Тарочка" с курагой	60	6.84	4.52	34.22	200.87	41.328	0.069	0.073	0.165	0.199	0.768	35.453	13.409	65.694	144.709	0.003	0.005	0.009
	Итого	260	13.24	11.63	43.11	331.98	90.218	0.136	0.451	1.725	0.310	0.990	302.120	44.520	276.805	469.149	0.023	0.009	0.053
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	550	15.48	9.97	62.70	407.04	93.94	0.17	0.20	154.67	0.00	9.41	106.97	91.68	195.59	965.19	0.01	0.01	0.27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		72.04	51.74	263.03	1813.29	3036.67	0.93	2.22	194.73	2.24	20.83	862.22	364.04	1282.47	4600.44	0.43	0.08	1.54
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		133.40	86.24	100.78	100.74	607.335	102.778	222.200	389.466	22.360	208.290	95.802	182.021	160.309	766.740	426.000	395.000	76.900

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	12.54	10.82	52.21	356.70	60.335	0.128	0.315	1.177	0.170	0.943	266.180	50.263	264.635	376.450	0.019	0.014	0.200
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
101/154,175	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7.32	5.98	11.00	127.06	88.560	0.079	0.090	5.822	0.064	1.416	17.877	23.969	96.656	432.144	0.006	0.001	0.148
105/414	Суфле из кур с рисом	74	13.01	6.02	3.95	124.61	40.225	0.032	0.128	0.000	0.422	0.663	11.298	15.558	112.569	125.341	0.001	0.014	0.007
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	719	28.59	15.62	81.12	584.94	1101.04	0.26	0.31	14.38	0.54	4.56	103.08	93.09	339.62	911.73	0.01	0.02	0.56
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0	0.003	0.003	1.2	0	0.122	11.03	4.324	1.919	19.903	0	0	0.175
98/560,626,627	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	8.65	3.99	28.13	183.09	21.770	0.060	0.090	0.104	0.161	0.595	51.806	11.351	87.580	79.790	0.004	0.009	0.010
	Итого	260	8.74	4.03	34.25	208.27	21.770	0.063	0.093	1.304	0.161	0.717	62.836	15.675	89.499	99.693	0.004	0.009	0.185
	Ужин																		
67/158	Кукуруза с яйцом и луком	60	2.67	5.62	4.38	78.79	23.400	0.014	0.071	0.807	0.330	0.458	22.784	6.381	40.181	64.839	0.003	0.005	0.014
84/201,363	Рагу из овощей с мясом	200	9.79	10.95	12.73	176.56	417.950	0.091	0.117	16.427	0.000	1.983	51.071	39.997	132.475	561.357	0.008	0.001	0.143
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	610	17.34	17.58	67.26	486.71	461.92	0.20	0.26	28.29	0.33	10.31	106.60	103.54	249.30	1066.26	0.01	0.01	0.44
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		70.59	51.75	240.40	1705.99	1673.67	0.70	1.19	46.06	1.24	16.81	734.21	288.83	1063.81	2644.39	0.26	0.05	1.91
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		130.73	86.24	92.11	94.78	334.734	77.333	119.300	92.124	12.390	168.090	81.579	144.416	132.976	440.732	263.000	265.000	95.450

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
ГП	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.000	0.045	0.001	0.000	0.000	0.440	8.000	5.600	26.000	37.200	0.001	0.001	0.007
	Итого	440	18.00	13.45	34.83	332.57	165.09	0.17	0.47	2.68	1.84	2.91	202.37	46.26	298.08	348.36	0.03	0.03	0.22
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
87/59,22	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)	60	0.89	4.58	8.58	78.98	0.890	0.015	0.021	4.040	0.000	0.825	21.890	32.090	27.590	173.580	0.030	0.000	0.024
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	200	6.30	5.08	10.99	114.83	104.867	0.041	0.043	0.627	0.026	0.604	17.189	11.271	54.960	88.964	0.001	0.000	0.190
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	9.79	5.82	9.51	129.59	16.780	0.089	0.098	0.376	0.275	0.870	41.601	28.375	135.406	209.451	0.064	0.011	0.296
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
74/699	Лимонный напиток	200	0.14	0.01	15.88	64.17	0.192	0.005	0.003	2.560	0.000	0.130	15.513	3.593	3.068	22.070	0.000	0.001	0.196
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	750	24.09	19.43	97.09	660.61	137.96	0.33	0.28	17.91	0.36	5.12	143.65	116.23	361.98	1211.81	0.11	0.02	0.77
	Полдник2																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	3.54	2.02	48.32	230.70	101.650	0.080	0.080	20.000	0.000	2.230	22.800	29.500	83.800	557.000	0.000	0.000	0.000
	Ужин																		
63/325	Пудинг творожный	180	30.38	10.88	38.57	373.82	51.327	0.078	0.352	0.272	0.377	1.377	217.317	76.636	313.619	265.499	0.014	0.041	0.080
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	32.74	13.16	63.28	505.27	67.18	0.13	0.47	10.65	0.39	4.47	318.26	99.69	385.29	653.49	0.02	0.04	0.35
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		81.75	51.76	249.08	1798.52	500.47	0.76	1.52	52.15	2.63	15.00	882.59	317.94	1249.89	2960.92	0.36	0.09	1.86
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		151.38	86.27	95.43	99.92	100.095	84.222	152.100	104.302	26.260	150.010	98.066	158.968	156.237	493.486	364.000	430.000	93.100

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Третья неделя, день 5																			
	Завтрак																		
56/266	Каша"Рябчик"	200	6.45	5.52	23.37	169.05	27.327	0.097	0.201	0.784	0.080	0.863	164.733	41.621	165.859	228.849	0.012	0.004	0.057
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
27/99,100	Бутерброд с маслом	51	3.47	4.65	22.22	144.57	27.000	0.050	0.008	0.000	0.078	0.507	10.440	6.300	31.050	43.410	0.001	0.003	0.007
	Итого	451	11.68	11.54	55.23	371.52	62.247	0.173	0.283	1.096	0.176	1.531	245.442	61.249	255.492	393.976	0.018	0.009	0.190
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
46/27	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	1.05	4.02	3.51	54.48	440.100	0.032	0.029	1.563	0.000	0.348	12.285	15.788	28.704	77.265	0.002	0.000	0.018
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3.49	3.54	11.89	93.28	93.990	0.063	0.057	4.942	0.030	0.742	23.867	18.489	63.606	317.714	0.003	0.001	0.146
57/ТТК	Суфле из печени	70	10.11	4.52	10.86	124.50	2353.094	0.123	0.854	6.209	0.690	3.070	18.407	10.865	154.204	138.375	0.004	0.018	0.099
21/421	Рис отварной с овощами	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272
10/507	Напиток с витаминами "Витошка"	250	0.00	0.00	24.25	97.50	150.000	0.382	0.426	25.000	2.103	0.003	10.676	2.176	0.006	0.000	0.000	0.000	0.221
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	800	22.27	17.47	116.20	712.65	3357.50	0.71	1.42	39.38	2.91	6.55	103.89	93.27	385.70	748.58	0.02	0.03	0.78
	Полдник2																		
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
92/561,632	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	60	6.67	7.27	29.82	177.80	20.292	0.050	0.077	0.393	0.585	0.566	18.252	9.789	75.418	95.039	0.009	0.003	0.069
	Итого	260	6.96	7.40	39.30	219.22	20.389	0.059	0.100	117.393	0.585	0.818	33.736	13.326	76.864	95.188	0.009	0.003	0.281
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	16.00	14.00	20.00	270.00	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
25/501,502,503	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	475	19.60	14.75	58.79	447.96	58.600	0.166	0.235	16.660	0.364	10.033	84.965	88.272	257.019	884.480	0.011	0.010	0.342
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		63.89	54.86	275.08	1820.71	3527.34	1.16	2.26	175.44	4.08	19.20	663.56	282.37	1095.83	2312.47	0.27	0.05	2.12
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		118.31	91.43	105.40	101.15	705.468	129.111	226.100	350.874	40.760	192.030	73.729	141.187	136.978	385.412	265.000	270.000	105.800

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.53
2					19.75
3					19.82
4					18.48
5					20.64
Итого					98.21
Ср.зн.					19.64
Норма					20.00
2 завтрак					
1					3.85
2					9.56
3					3.85
4					3.85
5					3.85
Итого					24.97
Ср.зн.					4.99
Норма					5.00
обед					
1					35.01
2					30.38
3					32.50
4					36.70
5					39.59
Итого					174.18
Ср.зн.					34.84
Норма					35.00
полдник					
1					18.10
2					18.44
3					11.57
4					12.82
5					12.18
Итого					73.11
Ср.зн.					14.62
Норма					15.00
ужин					
1					21.08
2					22.61
3					27.04
4					28.07
5					24.89
Итого					123.69
Ср.зн.					24.74
Норма					25.00

	Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание																		
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 1																			
							Завтрак												
15/182	Каша жидкая молочная	200	6.95	4.99	21.54	167.89	28.892	0.115	0.225	0.800	0.086	1.492	168.568	59.160	181.095	259.955	0.012	0.005	0.058
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	53	5.04	3.93	17.48	125.78	23.800	0.044	0.046	0.065	0.066	0.434	29.780	7.890	54.670	48.410	0.002	0.006	0.009
	Итого	453	13.75	10.29	48.66	351.57	60.612	0.185	0.345	1.177	0.170	2.087	268.617	80.378	294.348	430.082	0.019	0.013	0.193
							2 завтрак												
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
							Обед												
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0.95	4.45	3.85	59.50	76.500	0.012	0.025	3.500	0.000	1.550	20.500	7.500	18.500	157.500	0.000	0.000	0.000
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3.37	3.29	10.72	85.92	91.789	0.046	0.057	5.189	0.030	1.059	35.359	20.961	57.367	313.478	0.006	0.000	0.156
48/373	Гуляш	80	10.29	8.00	1.29	118.32	26.000	0.033	0.095	0.421	0.000	0.920	18.629	3.200	109.240	137.080	0.005	0.000	0.001
21/421	Рис отварной с овощами	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	21.14	20.97	85.34	616.48	516.05	0.18	0.23	13.47	0.12	5.28	123.62	75.42	309.20	804.89	0.02	0.01	0.60
							Полдник2												
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.000	0.080	0.030	0.000	0.000	1.000	11.500	17.000	44.500	68.000	0.003	0.003	0.008
	Итого	250	10.40	7.61	33.44	250.11	48.890	0.147	0.408	1.560	0.111	1.222	278.167	48.111	255.611	392.440	0.023	0.007	0.052
							Ужин												
69/359	Сельдь с луком репчатым	70	9.67	8.88	0.87	122.43	11.200	0.017	0.074	1.050	16.800	0.700	48.055	23.870	157.371	138.775	0.000	0.000	0.004
41/431	Картофель отварной	130	2.41	3.85	18.71	119.08	16.889	0.109	0.075	10.053	0.070	0.993	12.203	25.146	64.826	593.611	0.005	0.000	0.034
44/501,504,505	Чай с лимоном	200	0.25	0.06	5.65	24.11	0.572	0.002	0.011	1.060	0.000	0.869	15.244	6.662	9.393	33.067	0.000	0.000	0.266
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
	Итого	450	15.46	13.24	48.73	376.87	28.66	0.18	0.17	12.16	16.87	3.56	85.00	64.18	270.84	824.45	0.01	0.00	0.32
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	Ж	У	Эн/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
	Итого за день		64.13	55.81	221.73	1664.40	682.81	0.75	1.37	29.28	17.31	12.43	950.93	294.35	1250.75	2642.11	0.28	0.04	1.69
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		118.76	93.02	84.95	92.47	136.562	82.889	137.300	58.568	173.090	124.300	105.659	147.173	156.343	440.352	278.000	175.000	84.300

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 2																			
	Завтрак																		
37/121	Суп молочный с крупой	200	6.51	5.60	17.24	145.40	29.320	0.093	0.239	0.936	0.080	0.944	193.773	45.299	176.031	260.676	0.015	0.004	0.052
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
94/306	Яйцо отварное	40	4.79	4.05	0.27	56.70	62.400	0.022	0.144	0.000	0.880	0.870	19.360	4.350	66.990	46.480	0.007	0.011	0.019
27(99,100)	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	471	15.23	15.66	38.44	355.45	126.67	0.16	0.46	1.25	1.06	2.46	291.87	67.45	316.60	423.61	0.03	0.02	0.24
	2 завтрак																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	200	0.00	0.00	43.00	172.00	100.000	0.040	0.080	12.000	0.000	0.400	10.000	24.000	30.000	304.000	0.000	0.000	0.000
	Обед																		
79/ТТК	Салат "Овощная мозайка"	60	0.89	4.61	4.68	63.94	165.830	0.033	0.024	3.203	0.000	0.378	10.553	11.561	26.204	134.931	0.002	0.000	0.014
47/133	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	3.31	3.28	8.78	77.81	116.833	0.044	0.054	6.856	0.030	0.890	35.101	19.466	53.353	298.440	0.006	0.001	0.144
64/403,451	Печень говяжья по-строгановски	70	11.96	8.92	4.16	144.94	3464.729	0.153	1.218	9.146	0.834	4.151	16.715	12.139	195.962	173.438	0.004	0.024	0.151
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
7/527	Компот из сухофруктов	200	0.372	0.016	15.113	62.085	15.984	0.001	0.013	0.198	0	0.73	27.166	12.128	14.726	1110.705	0	0	0.181
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	725	22.28	20.52	73.66	569.32	3778.61	0.39	1.42	29.71	0.92	8.12	132.49	91.20	408.20	2399.51	0.02	0.03	0.54
	Полдник																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
75/574	Крендель сахарный	60	4.51	6.45	30.83	199.35	31.752	0.053	0.055	0.063	0.219	0.535	22.602	7.140	48.525	61.483	0.003	0.003	0.005
	Итого	260	10.91	13.56	39.72	330.46	80.642	0.120	0.433	1.623	0.330	0.757	289.269	38.251	259.636	385.923	0.023	0.007	0.049
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
1/371	Капуста, тушенная с мясом	150	10.16	8.84	7.87	151.87	71.340	0.058	0.103	25.170	0.000	1.860	62.490	30.640	114.890	487.540	0.007	0.004	0.040
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	550	15.48	9.97	62.70	407.04	93.94	0.17	0.20	154.67	0.00	9.41	106.97	91.68	195.59	965.19	0.01	0.01	0.27
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		63.91	59.70	257.53	1834.27	4179.85	0.88	2.59	199.25	2.31	21.29	870.12	320.63	1213.77	4478.68	0.28	0.06	1.59
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		118.34	99.51	98.67	101.90	835.970	98.000	259.000	398.508	23.050	212.890	96.680	160.315	151.722	746.447	284.000	310.000	79.550

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 3																			
	Завтрак																		
50/ТТК	Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	5.74	5.52	25.09	173.02	28.615	0.058	0.195	0.800	0.086	0.348	166.131	29.045	151.382	206.323	0.012	0.006	0.065
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
ГП	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.000	0.045	0.001	0.000	0.000	0.440	8.000	5.600	26.000	37.200	0.001	0.001	0.007
	Итого	440	10.54	7.21	54.41	324.92	36.535	0.129	0.270	1.112	0.104	0.949	244.400	47.973	235.965	365.240	0.018	0.009	0.198
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
43/ТТК	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	60	10.61	4.91	2.91	98.54	15.080	0.087	0.074	2.043	0.165	1.046	26.910	47.132	139.673	182.622	0.149	0.024	0.005
59/149,150	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6.01	2.89	13.60	104.49	86.887	0.053	0.062	3.556	0.029	1.452	27.566	24.222	70.173	314.894	0.002	0.000	0.139
60/176	Гренки из пшеничного хлеба	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.002	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.002	0.002	0.003
70/325	Азу	70	7.93	7.47	3.06	111.19	5.950	0.036	0.074	1.656	0.000	1.529	12.334	15.194	103.785	199.357	0.004	0.000	0.034
49/297	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4.98	3.07	29.29	164.92	968.318	0.087	0.065	3.355	0.053	1.143	38.929	35.958	74.489	212.040	0.004	0.000	0.236
22/479	Кисель из ягод свежемороженных	200	0.13	0.09	14.99	62.35	1.440	0.002	0.004	2.700	0.000	0.097	14.975	2.809	7.909	17.358	0.000	0.000	0.157
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
	Итого	730	32.79	18.88	87.35	652.74	1077.68	0.32	0.29	13.31	0.25	6.27	130.21	133.82	435.28	985.27	0.16	0.03	0.58
	Полдник2																		
20/491	Компот из ягод замороженных	200	0.094	0.035	6.122	25.183	0	0.003	0.003	1.2	0	0.122	11.03	4.324	1.919	19.903	0	0	0.175
97/606	Печенье песочное	50	5.08	5.13	32.21	195.34	30.240	0.053	0.050	0.000	0.276	0.634	12.012	6.408	45.819	51.443	0.002	0.004	0.004
	Итого	250	5.17	5.17	38.33	220.52	30.240	0.056	0.053	1.200	0.276	0.756	23.042	10.732	47.738	71.346	0.002	0.004	0.179
	Ужин																		
18/112,113	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.500	0.010	0.010	2.500	0.000	0.300	11.500	7.000	12.000	70.500	0.000	0.000	0.000
82/355	Тефтели рыбные	70	8.68	4.49	5.57	97.39	11.890	0.056	0.090	0.564	0.176	0.535	50.431	27.370	131.337	214.379	0.063	0.008	0.290
32/434	Картофельное пюре	150	3.00	3.28	19.89	121.04	15.230	0.117	0.100	10.310	0.055	1.023	34.453	28.101	81.954	627.646	0.008	0.001	0.038
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2.00	0.20	5.80	36.00	100.000	0.060	0.060	20.000	0.000	1.400	14.000	24.000	64.000	480.000	0.000	0.000	0.000
ГП	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	58.75	0.000	0.028	0.001	0.000	0.000	0.275	5.000	3.500	16.250	23.250	0.001	0.001	0.004
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.20	52.50	0.000	0.023	0.008	0.000	0.000	0.725	4.500	5.000	23.000	35.750	0.002	0.002	0.009
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	1.50	0.50	21.00	96.00	20.000	0.040	0.050	10.000	0.000	6.000	8.000	42.000	28.000	348.000	0.000	0.001	0.002
	Итого	620	18.71	8.97	76.61	468.18	149.62	0.33	0.32	43.37	0.23	10.26	127.88	136.97	356.54	1799.53	0.07	0.01	0.34
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		70.59	43.93	262.26	1735.73	1322.67	0.89	1.15	59.91	0.90	18.51	721.06	355.75	1196.27	3411.63	0.47	0.06	1.83
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		130.73	73.21	100.48	96.43	264.534	98.556	115.200	119.812	8.970	185.050	80.118	177.876	149.534	568.605	469.000	280.000	91.450

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 4																			
	Завтрак																		
11/307	Омлет натуральный	150	11.52	11.52	3.64	164.34	142.14	0.064	0.375	0.364	1.82	1.806	113.274	17.226	189.573	178.433	0.02	0.023	0.051
12/181	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	1.46	0.09	2.96	18.45	15	0.04	0.02	2	0	0.305	8.8	9.135	26.97	41.085	0	0.001	0.003
16/510,511	Какао с молоком	200	1.98	1.52	8.55	55.78	7.947	0.018	0.074	0.312	0.018	0.357	72.293	14.298	55.532	91.644	0.005	0.001	0.160
ГП	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94.00	0.000	0.045	0.001	0.000	0.000	0.440	8.000	5.600	26.000	37.200	0.001	0.001	0.007
	Итого	440	18.00	13.45	34.83	332.57	165.09	0.17	0.47	2.68	1.84	2.91	202.37	46.26	298.08	348.36	0.03	0.03	0.22
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.70	5.56	69.37	28.600	0.052	0.221	0.910	0.039	0.130	156.000	18.200	117.000	189.800	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
28 (11)	Салат из морской капусты с яйцом	60	1.43	9.47	3.60	105.41	12.260	0.012	0.033	0.750	0.165	6.945	22.755	73.260	37.995	429.240	0.128	0.002	0.006
83/159	Суп-уха с рыбой	180	8.35	2.02	10.96	97.22	89.250	0.097	0.081	4.400	0.088	0.852	31.003	39.825	142.105	431.899	0.069	0.008	0.439
103/284	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)	153	10.69	5.78	23.48	188.68	2498.820	0.221	0.877	16.993	0.675	3.943	25.396	41.450	208.000	765.938	0.009	0.016	0.138
55/527	Компот из плодов консервированных	180	0.12	0.12	18.27	73.82	0.000	0.012	0.000	3.270	0.000	0.489	9.000	2.977	2.420	58.130	0.000	0.000	0.040
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	623	23.04	17.89	78.71	570.13	2600.33	0.39	1.01	25.41	0.93	13.68	97.15	167.51	436.52	1756.71	0.21	0.03	0.64
	Полдник2																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	6.4	7.11	8.89	131.11	48.89	0.067	0.378	1.56	0.111	0.222	266.667	31.111	211.111	324.44	0.02	0.004	0.044
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)	55	1.54	1.82	42.52	194.70	1.650	0.020	0.020	0.000	0.000	0.830	8.800	5.500	19.800	77.000	0.000	0.000	0.000
	Итого	255	7.94	8.93	51.41	325.81	50.540	0.087	0.398	1.560	0.111	1.052	275.467	36.611	230.911	401.440	0.020	0.004	0.044
	Ужин																		
93/319	Запеканка из творога	180	36.64	13.79	25.03	371.06	71.482	0.079	0.445	0.598	0.304	0.931	302.314	42.294	382.918	240.346	0.019	0.047	0.061
2/490	Молоко сгущенное	15	1.08	1.28	8.33	49.20	7.050	0.009	0.057	0.150	0.008	0.030	46.050	5.100	32.850	54.750	0.001	0.000	0.005
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0.88	0.60	6.58	35.25	3.800	0.008	0.040	0.230	0.008	0.859	38.892	8.950	27.820	55.244	0.002	0.000	0.257
	Итого	495	39.00	16.07	49.74	502.51	87.33	0.13	0.56	10.98	0.32	4.02	403.26	65.34	454.59	628.34	0.02	0.05	0.33
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		91.36	60.04	220.25	1800.39	2931.89	0.82	2.66	41.54	3.24	21.93	1173.76	341.99	1540.84	3325.10	0.49	0.11	1.76
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		169.19	100.07	84.39	100.02	586.378	91.000	265.700	83.074	32.360	219.340	130.418	170.993	192.606	554.183	491.000	540.000	88.150

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Четвертая неделя, день 5																			
	Завтрак																		
51/302	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	10.71	9.64	30	249.6	47.353	0.092	0.067	0.043	0.248	1.132	132.596	14.536	122.496	85.144	0.001	0.001	0.013
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1.76	1.37	9.64	57.90	7.920	0.026	0.074	0.312	0.018	0.161	70.269	13.328	58.583	121.717	0.005	0.002	0.126
27(99,100)	Бутерброд с маслом	31	1.95	4.49	12.38	97.57	27.000	0.028	0.007	0.000	0.078	0.287	6.440	3.500	18.050	24.810	0.001	0.002	0.004
	Итого	431	14.42	15.50	52.02	405.07	82.273	0.146	0.148	0.355	0.344	1.580	209.305	31.364	199.129	231.671	0.007	0.005	0.143
	2 завтрак																		
8,9/535,534	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Итого	130	3.38	3.7	5.56	69.37	28.6	0.052	0.221	0.91	0.039	0.13	156	18.2	117	189.8	0.012	0.002	0.026
	Обед																		
54/ТТК	Салат "Сытный"	60	2.12	4.44	2.19	57.18	21.915	0.021	0.066	2.796	0.297	0.518	17.120	7.485	38.445	93.900	0.003	0.003	0.011
99/139	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	3.49	3.54	11.89	93.28	93.990	0.063	0.057	4.942	0.030	0.742	23.867	18.489	63.606	317.714	0.003	0.001	0.146
65/417	Котлеты, биточки, шницели куриные	70	7.00	8.00	6.62	126.48	27.380	0.049	0.089	0.508	0.067	0.728	29.281	12.322	94.548	134.085	0.004	0.001	0.064
21/421 (17/423)	Рис отварной с овощами/пюре из гороха с маслом	150	3.65	4.73	33.45	190.89	320.319	0.045	0.040	1.664	0.089	0.713	25.659	33.148	80.182	125.123	0.002	0.007	0.272
10/507	Напиток с витаминами "Витошка"	250	0.00	0.00	24.25	97.50	150.000	0.382	0.426	25.000	2.103	0.003	10.676	2.176	0.006	0.000	0.000	0.000	0.221
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
ГП	Хлеб ржаной	50	2.45	0.50	22.40	105.00	0.000	0.045	0.015	0.000	0.000	1.450	9.000	10.000	46.000	71.500	0.003	0.003	0.018
	Итого	800	20.23	21.37	110.64	717.33	613.60	0.63	0.69	34.91	2.59	4.37	119.60	86.42	335.79	760.92	0.02	0.02	0.74
	Полдник2																		
33/538	Напиток из плодов шиповника	200	0.29	0.13	9.48	41.42	0.097	0.009	0.023	117.000	0.000	0.252	15.484	3.537	1.446	0.149	0.000	0.000	0.212
102/622,623,562	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)	60	3.87	4.29	26.09	158.51	22.690	0.048	0.054	0.873	0.164	0.826	25.446	7.943	45.097	101.624	0.002	0.003	0.006
	Итого	260	4.16	4.42	35.57	199.93	22.787	0.057	0.077	117.873	0.164	1.078	40.930	11.480	46.543	101.773	0.002	0.003	0.218
	Ужин																		
66/377	Голубцы ленивые	150	18.00	16.10	20.00	296.90	38.100	0.097	0.183	6.560	0.364	2.920	58.406	36.649	204.524	488.281	0.010	0.008	0.062
30/452	Соус сметанный натуральный	30	0.90	4.96	1.99	56.22	23.472	0.008	0.026	0.048	0.041	0.071	23.808	2.566	17.495	30.800	0.002	0.000	0.005
ГП	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47.00	0.000	0.022	0.001	0.000	0.000	0.220	4.000	2.800	13.000	18.600	0.001	0.001	0.003
29/561,562,563	Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.49	23.21	0.500	0.001	0.001	0.100	0.000	0.838	13.559	6.123	8.245	24.949	0.000	0.000	0.274
14/118	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0.40	0.40	9.80	47.00	5.000	0.030	0.020	10.000	0.000	2.200	16.000	9.000	11.000	278.000	0.002	0.000	0.008
	Итого	500	21.02	21.67	47.12	470.33	67.07	0.16	0.23	16.71	0.41	6.25	115.77	57.14	254.26	840.63	0.02	0.01	0.35
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.145	18.400	1.100	3.750	0.450	0.200	0.000	0.000
	Вода питьевая кипяченная или бутилированная на весь день	800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	21.120	6.960	0.000	0.000	0.000	0.000	0.500
			Б	**Ж**	**У**	**Эн/ц**	**A**	**B1**	**B2**	**C**	**D**	**Fe**	**Ca**	**Mg**	**P**	**K**	**J**	**Se**	**F**
	Итого за день		63.21	66.66	250.91	1862.03	814.34	1.04	1.37	170.76	3.54	13.56	681.13	212.66	956.47	2125.25	0.25	0.04	1.97
	Суточная потребность		54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности		117.06	111.10	96.13	103.45	162.867	115.556	137.100	341.512	35.380	135.560	75.681	106.331	119.559	354.208	252.000	175.000	98.700

дни					
завтрак					**% эн/ц**
1					19.53
2					19.75
3					18.05
4					18.48
5					22.50
Итого					98.31
Ср.зн.					19.66
Норма					20.00
2 завтрак					
1					3.85
2					9.56
3					3.85
4					3.85
5					3.85
Итого					24.97
Ср.зн.					4.99
Норма					5.00
обед					
1					34.25
2					31.63
3					36.26
4					31.67
5					39.85
Итого					173.67
Ср.зн.					34.73
Норма					35.00
полдник					
1					13.90
2					18.36
3					12.25
4					18.10
5					11.11
Итого					73.71
Ср.зн.					14.74
Норма					15.00
ужин					
1					20.94
2					22.61
3					26.01
4					27.92
5					26.13
Итого					123.61
Ср.зн.					24.72
Норма					25.00

	Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 1,5-3 лет																	
		Пищевые вещества (г)				Витамины					Минеральные вещества							
		Б	Ж	У	Эн. цен.	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
		г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
	Итого за 20 дней	1477.98	1090.36	######	35610.17	40618.13	17.58	38.41	1789.37	59.21	321.13	#######	6093.86	#######	63130.60	6.79	1.29	36.26
	Итого за 1 дней	73.90	54.52	248.22	1780.51	2030.907	0.879	1.920	89.468	2.960	16.057	868.462	304.693	#######	3156.530	0.340	0.064	1.813
	Суточная потребность	54.00	60.00	261.00	1800.00	500.000	0.900	1.000	50.000	10.000	10.000	900.000	200.000	800.000	600.000	0.100	0.020	2.000
	Процент удовлетворения суточной потребности	136.85	90.86	95.10	98.92	406.181	97.672	192.025	178.937	29.604	160.567	96.496	152.346	153.507	526.088	339.650	321.250	90.645

Расчет продуктов питания (в граммах), на одну порцию, на одного ребенка

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Первая неделя, день 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																													
15	Каша жидкая молочная					23									3	3			154										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	214	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
4	Маринад овощной								62					0.05	2		7												
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом							39	57.1								2				12				6				
6	Плов с мясом					45			28							3	3				72								
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	7.5	45	0	39	147.1	0	0	18	0	0.05	11	3	12	0	0	0	84	0	0	0	6	0	0	0	0
Полдник																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
82	Тефтели рыбные			6		4			8								4	3.5	14					46					
32	Картофельное пюре							128								4			22										
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	25	25	6	0	4	0	128	58	200	0	0	0	0	0	4	4	3.5	36	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	80	50	6	7.5	72	0	167	205.1	200	0	18	0	55.05	20	15	16	3.5	580	0	84	0	0	46	6	13	0	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Первая неделя, день 2																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированны е (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
37	Суп молочный с крупой					13									3	2			180										
16	Какао с молоком														6				60										1.5
94	Яйцо отварное																	40											
27	Бутерброд с маслом	25														6													
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	40	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
58	Салат из свеклы с чесноком и сыром								55.4								3									4			
19	Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы							93	19.5							2		15					25		6				
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							128	31							7		3.5				54							
7	Компот из сухофруктов												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	0	0	0	221	105.9	0	0	0	18	0	6	9	3	18.5	0	0	0	54	25	0	6	4	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
90	"Гребешок" или варушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			31.2										13	4	3	0.9	3.9	13										
	Итого	0	0	31.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	4	3	0.9	3.9	213	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								50																				
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150								8				43								
33	Напиток из шиповника												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	

	Итого	25	25	1.3	0	0	0	0	200	0	0	100	18	0	6	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																													
	Итого за день	70	50	32.5	0	13	0	221	305.9	200	0	100	36	13	25	20	11.9	62.4	453	0	43	54	25	0	6	4	0	0	1.5	

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Первая неделя, день 3																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27			3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	0	9	8	0	0	210	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
35	Салат "Океан" (с кальмарами)								12								6	12						59					
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							31	61.5					0.19		2					12				6				
40	Птица отварная								5														100						
49	Макаронные изделия отварные с овощами						35		96							4													
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	7.5	0	35	31	174.5	0	0	18	0	0.19	9	6	6	12	0	0	12	0	100	59	6	0	0	0	0
Полдник																														
20	Компот из ягод замороженных											20			6														
34	Булочка домашняя			36.7											8.7	10	0.9	3.6	15										
	Итого	0	0	36.7	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	14.7	10	0.9	3.6	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
67	Кукуруза с яйцом								70								4	15											
84	Рагу из овощей с мясом							44	116							4	7				41								
44	Чай с лимоном											6			6												1		
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	25	25	0	0	0	0	44	186	0	0	106	0	0	6	4	11	15	0	0	41	0	0	0	0	0	1	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	80	50	36.7	7.5	20	35	75	360.5	0	0	171	0	0.19	38.7	28	17.9	30.6	355	0	53	0	100	59	6	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Первая неделя, день 4																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
11	Омлет натуральный															5		80	70											
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																					
16	Какао с молоком														6				60										1.5	
ГП	Хлеб пшеничный	40																												
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																					
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14								1.8							44						
64	Печень говяжья по-строгановски			0.6												0.6	6					69			12					
32	Картофельное пюре							128								4			22											
74	Лимонный напиток											16			17															
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	20	50	0.6	0	4.5	0	175	64	0	0	16	0	0	17	4.6	7.8	0	22	0	0	69	0	44	12	0	0	0	0	
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																														
62	Сырники из творога			27											13	5		7		187										
2	Молоко сгущенное																		37.5											
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																		
13	Чай с молоком														6				25								1			
	Итого	0	0	27	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	19	5	0	7	62.5	187	0	0	0	0	0	0	1	0	0	

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	60	50	27.6	0	4.5	0	175	141	0	0	116	0	55	42	14.6	7.8	87	544.5	187	0	69	0	44	12	0	1	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Первая неделя, день 5																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
45	Каша"Дружба"					26									3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	210	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								67.2								5												
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					15		39	18.5							2					12								
60	Гренки из пшеничного хлеба	47																											
42	Рыба по-польски			7													4	20	13					60					
21	Рис отварной с овощами					45			40							6													
10	Напиток с витаминами "Витошка"										250																		
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	47	40	7	0	60	0	39	125.7	0	250	0	0	0	0	8	9	20	13	0	12	0	0	60	0	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
23	Сушка на сметане			42											8	2.4	0.8	6							19				
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	2.4	0.8	6	200	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0
Ужин																														
66	Голубцы ленивые			24		9			99							6		13			75								
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
25	Чай с сахаром														6												1		
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	25	0	24	0	9	0	0	99	0	0	100	0	0	6	6	0	13	0	0	75	0	0	0	0	0	1	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												

	Итого за день	107	40	73	0	95	0	39	224.7	0	250	100	0	0	23	24.4	9.8	39	553	0	87	0	0	60	19	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Вторая неделя, день 1																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
68	Плов вегетарианский с сухофруктами					62							10		8	6													
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
27	Бутерброд с маслом	45														6													
	Итого	45	0	0	0	62	0	0	0	0	0	0	10	0	14	12	0	0	60	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
76	Винегрет овощной							12.4	49.2								6												
53	Суп картофельный с клецками, с мясом			12				34	18.5							2.5		2	12		12								
57	Суфле из печени			13													3	6	9			47							
52.85	Каша гречневая рассыпчатая (или перловая)					68										7													
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	0	25	25	7.5	68	0	46.4	67.7	0	0	18	0	0	9	9.5	9	8	21	0	12	47	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	17.5							6								4.5	8	9					47					
41	Картофель отварной							129								6													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	42.5	25	0	0	0	0	129	56	200	0	0	0	0	0	6	4.5	8	9	0	0	0	0	47	0	0	0	0	0

	поваренной																												
	Итого за день	87.5	50	25	7.5	130	0	175.4	123.7	200	0	18	10	55	23	27.5	13.5	16	420	0	12	47	0	47	0	0	0	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Вторая неделя, день 2																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
37	Суп молочный с крупой					13									3	2			180										
16	Какао с молоком														6				60										1.5
27	Бутерброд с маслом	25														6													
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								50																				
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							31	61.5					0.19		2					12				6				
73	Жаркое по-домашнему							107	42								5				63								
7	Компот из сухофруктов												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	20	50	0	0	0	0	138	153.5	0	0	0	18	0.19	6	2	5	0	0	0	75	0	0	0	6	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
26	Бисквитик из моркови			42					24						6	6	0.3	6							4				
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	24	0	0	0	0	0	6	6	0.3	6	200	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0
Ужин																														
100	Вареники ленивые с маслом сливочным			40											16	5		10		119									
33	Напиток из шиповника												18		6														
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	0	0	40	0	0	0	0	0	0	0	100	18	0	22	5	0	10	0	119	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	45	50	82	0	13	0	138	177.5	200	0	100	36	0.19	43	21	5.3	16	440	119	75	0	0	0	10	0	0	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Вторая неделя, день 3																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27			3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	0	9	8	0	0	210	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
71	Салат "Рубин"								46				12				4												
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14								1.8							44					
64	Печень говяжья по-строгановски			0.6												0.6	6					69			12				
49	Макаронные изделия отварные с овощами						35		96							4													
22	Кисель из ягод свежемороженых				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0.6	7.5	4.5	35	47	156	0	0	18	12	0	9	4.6	11.8	0	0	0	0	69	0	44	12	0	0	0	0
Полдник																														
20	Компот из ягод замороженных											20			6														
95	Манник со сгущенным молоком					38									6	3	2	8	75						27				
	Итого	0	0	0	0	38	0	0	0	0	0	20	0	0	12	3	2	8	75	0	0	0	0	0	27	0	0	0	0
Ужин																														
67	Кукуруза с яйцом								70								4	15											
31.88	Котлеты,биточки, шницели из говядины (или тефтели из говядины)	8		5					6								5	5	14		57								
24/201	Рагу из овощей							65	72							3													
44	Чай с лимоном											6			6												1		
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	33	25	5	0	0	0	65	148	0	0	6	0	0	6	3	9	20	14	0	57	0	0	0	0	0	1	0	0
	поваренной																												
	Итого за день	88	50	5.6	7.5	62.5	35	112	304	0	0	71	12	0	36	18.6	22.8	28	429	0	57	69	0	44	39	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Вторая неделя, день 4																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
11	Омлет натуральный															5		80	70											
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																					
16	Какао с молоком														6				60											1.5
ГП	Хлеб пшеничный	40																												
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																					
80	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом						8	58	21.5							2					12									
104	Гуляш (из птицы)			3					7.4								4						95							
32	Картофельное пюре							128								4			22											
74	Лимонный напиток											16			17															
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	20	50	3	0	0	8	186	78.9	0	0	16	0	0	17	6	4	0	22	0	12	0	95	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																				
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
93	Запеканка из творога					12									12	6		7	44	168					6					
2	Молоко сгущенное																		37.5											
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																		
13	Чай с молоком														6				25								1			
	Итого	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	100	0	0	18	6	0	7	106.5	168	0	0	0	0	6	0	1	0	0	

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	60	50	3	0	12	8	186	155.9	200	0	116	0	55	41	17	4	87	388.5	168	12	0	95	0	6	0	1	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																													
Вторая неделя, день 5																													
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																													
45	Каша"Дружба"					26									3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	210	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
38	Салат "Полевой"							29	33.05								4												
29	Свекольник со сметаной, с мясом							32	67.1						0.9	2					12				6				
66	Голубцы ленивые			24		9			99							6		13			75								
30	Соус сметанный натуральный			1.6												1.6									30				
10	Напиток с витаминами "Витошка"										250																		
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	0	50	25.6	0	9	0	61	199.15	0	250	0	0	0	0.9	9.6	4	13	0	0	87	0	0	0	36	0	0	0	0
Полдник																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50																											
	Итого	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
42	Рыба по-польски			7													4	20	13					60					
61	Картофель тушеный							96	36								3.3												
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
25	Чай с сахаром														6												1		
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан,											100																	
	Итого	25	0	7	0	0	0	96	36	0	0	100	0	0	6	0	7.3	20	13	0	0	0	0	60	0	0	1	0	0
	Норма соли пищевой																												
	Итого за день	110	50	32.6	0	35	0	157	235.15	0	250	100	0	0	15.9	17.6	11.3	33	553	0	87	0	0	60	36	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Третья неделя, день 1																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
15	Каша жидкая молочная					23									3	3			154										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	214	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								50																				
5	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом							39	57.1								2				12				6				
6	Плов с мясом					45			28							3	3				72								
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	7.5	45	0	39	135.1	0	0	18	0	0	9	3	5	0	0	0	84	0	0	0	6	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток																		200										
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
96	Суфле рыбное			1					13							2.4	1.4	14	8					74					
32	Картофельное пюре							128								4			22										
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	25	25	1	0	0	0	128	63	200	0	0	0	0	0	6.4	1.4	14	30	0	0	0	0	74	0	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	80	50	1	7.5	68	0	167	198.1	200	0	18	0	55	18	17.4	6.4	14	574	0	84	0	0	74	6	13	0	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Третья неделя, день 2																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
37	Суп молочный с крупой					13									3	2			180										
16	Какао с молоком														6				60										1.5
94	Яйцо отварное																	40											
27	Бутерброд с маслом	25														6													
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	40	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)								14			14					3	8						56						
39	Суп "Харчо" со сметаной, с мясом					5		56	22.1							2					12				6				
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							128	31							7		3.5				54							
7	Компот из сухофруктов												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	0	5	0	184	67.1	0	0	14	18	0	6	9	3	11.5	0	0	12	54	0	56	6	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
86	Булочка "Тарочка" с курагой			43.1									5		5	5	0.8	6	17										
	Итого	0	0	43.1	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	5	5	0.8	6	217	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150								8				43								
33	Напиток из шиповника												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	или груша, или банан,											100																	
	Итого	25	25	1.3	0	0	0	0	200	0	0	100	18	0	6	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой																												
	Итого за день	70	50	44.4	0	18	0	184	267.1	200	0	114	41	0	26	22	11.8	57.5	457	0	55	54	0	56	6	0	0	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Третья неделя, день 3																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27			3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	0	9	8	0	0	210	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
101	Суп картофельный с мясными фрикадельками							69	13							1.6		2				32							
105	Суфле из кур с рисом					5										7		8					129						
49	Макаронные изделия отварные с овощами						35		96							4													
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0	7.5	5	35	69	159	0	0	18	0	0	9	12.6	0	10	0	0	0	32	129	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
20	Компот из ягод замороженных											20			6														
98	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			35.4											6	3	0.9	5.1	12	21									
	Итого	0	0	35.4	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	12	3	0.9	5.1	12	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
67	Кукуруза с яйцом								70								4	15											
84	Рагу из овощей с мясом							44	116							4	7				41								
44	Чай с лимоном											6			6												1		
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	Плоды свежие (яблоко,											100																	
	Итого	25	25	0	0	0	0	44	186	0	0	106	0	0	6	4	11	15	0	0	41	0	0	0	0	0	1	0	0
	поваренной																												
	Итого за день	80	50	35.4	7.5	25	35	113	345	0	0	171	0	0	36	27.6	11.9	30.1	352	21	41	32	129	0	0	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																													
Третья неделя, день 4																													
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																													
11	Омлет натуральный															5		80	70										
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																				
16	Какао с молоком														6				60										1.5
ГП	Хлеб пшеничный	40																											
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
87	Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)								51				7				4												
78	Суп с лапшой, с мясом птицы						15		18.5							2							25						
81	Котлеты, биточки, шницели рыбные	17.5							6								4.5	8	9					47					
32	Картофельное пюре							128								4			22										
74	Лимонный напиток											16			17														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	37.5	50	0	0	0	15	128	75.5	0	0	16	7	0	17	6	8.5	8	31	0	0	0	25	47	0	0	0	0	0
Полдник																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
63	Пудинг творожный					14							15		18		4	15		136									
2	Молоко сгущенное																		37.5										
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
13	Чай с молоком														6				25								1		
	Итого	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	100	15	0	24	0	4	15	62.5	136	0	0	0	0	0	0	1	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	77.5	50	0	0	14	15	128	152.5	200	0	116	22	55	47	11	12.5	103	353.5	136	0	0	25	47	0	0	1	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание

Третья неделя, день 5

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																													
56	Каша"Рябчик"					24									3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
27	Бутерброд с маслом	45														6													
	Итого	45	0	0	0	24	0	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0
2 завтрак																													
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
46	Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)								67.2								5												
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					4		56	25.5							2					12				6				
57	Суфле из печени			13													3	6	9			47							
21	Рис отварной с овощами					45			40							6													
10	Напиток с витаминами "Витошка"										250																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	20	50	13	0	49	0	56	132.7	0	250	0	0	0	0	8	8	6	9	0	12	47	0	0	6	0	0	0	0
Полдник																													
33	Напиток из шиповника												18		6														
92	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом			29		2			1.8						1.7	4.4	0.8	4.8	7					15					
	Итого	0	0	29	0	2	0	0	1.8	0	0	0	18	0	7.7	4.4	0.8	4.8	7	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0
Ужин																													
66	Голубцы ленивые			24		9			99							6		13			75								
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
25	Чай с сахаром														6												1		
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	25	0	24	0	9	0	0	99	0	0	100	0	0	6	6	0	13	0	0	75	0	0	0	0	0	0	1	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	90	50	66	0	84	0	56	233.5	0	250	100	18	0	22.7	27.4	8.8	23.8	356	0	87	47	0	15	6	0	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Четвертая неделя, день 1																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
15	Каша жидкая молочная					23									3	3			154										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
3	Бутерброд с маслом и сыром	35														5										13			
	Итого	35	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	214	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
72	Икра кабачковая (промышленного производства)								50																				
29	Свекольник со сметаной, с мясом							32	67.1						0.9	2					12				6				
48	Гуляш			1.7					4.7								2				96								
21	Рис отварной с овощами					45			40							6													
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	1.7	7.5	45	0	32	161.8	0	0	18	0	0	9.9	8	2	0	0	0	108	0	0	0	6	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
ГП	Батон, или сушки, или бублики, или баранки	50																											
	Итого	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
69	Сельдь с луком репчатым								11								5							56					
41	Картофель отварной							129								6													
44	Чай с лимоном											6			6												1		
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	25	25	0	0	0	0	129	11	0	0	6	0	0	6	6	5	0	0	0	0	0	0	56	0	0	1	0	0
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												

	Итого за день	130	50	1.7	7.5	68	0	161	172.8	0	0	24	0	0	24.9	22	7	0	544	0	108	0	0	56	6	13	1	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Четвертая неделя, день 2																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
37	Суп молочный с крупой					13									3	2			180										
16	Какао с молоком														6				60										1.5
94	Яйцо отварное																	40											
27	Бутерброд с маслом	25														6													
	Итого	25	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	40	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
79	Салат "Овощная мозайка"							16.5	44.1								5												
47	Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом							31	61.5					0.19		2					12				6				
64	Печень говяжья по-строгановски			0.6												0.6	6					69			12				
32	Картофельное пюре							128								4			22										
7	Компот из сухофруктов												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	20	25	0.6	0	0	0	175.5	105.6	0	0	0	18	0.19	6	6.6	11	0	22	0	12	69	0	0	18	0	0	0	0
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200										
75	Крендель сахарный			34											10	8	0.4	5.2	12										
	Итого	0	0	34	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	8	0.4	5.2	212	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
1	Капуста, тушенная с мясом			1.3					150								8				43								
33	Напиток из шиповника												18		6														
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	25	25	1.3	0	0	0	0	200	0	0	100	18	0	6	0	8	0	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	70	50	35.9	0	13	0	175.5	305.6	200	0	100	36	0.19	31	22.6	19.4	45.2	474	0	55	69	0	0	18	0	0	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Четвертая неделя, день 3																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
50	Каша молочная с фруктами (или тыквой)					20						27			3	3			150										
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
ГП	Хлеб пшеничный	40																											
	Итого	40	0	0	0	20	0	0	0	0	0	27	0	0	9	3	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
43	Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)								14			14					3	8						56					
59	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					15		39	18.5							2					12								
60	Гренки из пшеничного хлеба	47																											
70	Азу			2.3					28.7								2.3				55								
49	Макаронные изделия отварные с овощами						35		96							4													
22	Кисель из ягод свежемороженных				7.5							18			9														
ГП	Хлеб ржаной		25																										
	Итого	47	25	2.3	7.5	15	35	39	157.2	0	0	32	0	0	9	6	5.3	8	0	0	67	0	0	56	0	0	0	0	0
Полдник																														
20	Компот из ягод замороженных											20			6														
97	Песочник (печенье песочное)			39										0.1	8	6	0.2	9											
	Итого	0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0.1	14	6	0.2	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
18	Овощи натуральные соленые или свежие								50																				
82	Тефтели рыбные			6		4			8								4	3.5	14					46					
32	Картофельное пюре							128								4			22										
ГП	Сок фруктовый (овощной)									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
ГП	Хлеб ржаной		25																										
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	25	25	6	0	4	0	128	58	200	0	100	0	0	0	4	4	3.5	36	0	0	0	0	46	0	0	0	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	112	50	47.3	7.5	39	35	167	215.2	200	0	179	0	0.1	32	19	9.5	20.5	376	0	67	0	0	102	0	0	0	2	0

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Четвертая неделя, день 4																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
11	Омлет натуральный															5		80	70											
12	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								77																					
16	Какао с молоком														6				60										1.5	
ГП	Хлеб пшеничный	40																												
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	77	0	0	0	0	0	6	5	0	80	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.5	
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
28	Салат из морской капусты с яйцом								49								4	8												
83	Суп-уха с рыбой					4.5		47	14								1.8							44						
103	Запеканака картофельная с субпродуктами (печенью)							128	31							7		3.5				54								
55/527	Компот из плодов консервированных											121			2															
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	20	50	0	0	4.5	0	175	94	0	0	121	0	0	2	7	5.8	11.5	0	0	0	54	0	44	0	0	0	0	0	
Полдник																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		200											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, конфеты, шоколад, пастила, зефир)													55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																														
93	Запеканка из творога					12									12	6		7	44	168					6					
2	Молоко сгущенное																		37.5											
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																		
13	Чай с молоком														6				25								1			
	Итого	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	100	0	0	18	6	0	7	106.5	168	0	0	0	0	6	0	1	0	0	

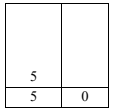
	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																												
	Итого за день	60	50	0	0	16.5	0	175	171	0	0	221	0	55	26	18	5.8	98.5	566.5	168	0	54	0	44	6	0	1	0	1.5

Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание																														
Четвертая неделя, день 5																														
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Завтрак																														
51	Макаронные изделия, запеченные с сыром						71									8										15			
36	Кофейный напиток с молоком														6				60									2	
27	Бутерброд с маслом	25														6													
	Итого	25	0	0	0	0	71	0	0	0	0	0	0	0	6	14	0	0	60	0	0	0	0	0	0	15	0	2	0
2 завтрак																														
8.9	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																		130										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
54	Салат "Сытный"								52								3	14											
99	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом					4		56	25.5							2					12				6				
65	Котлеты, биточки, шницели куриные	13															5		18				126						
21/17	Рис отварной с овощами/пюре из гороха с маслом					45			40							6													
10	Напиток с витаминами "Витошка"										250																		
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	13	50	0	0	49	0	56	117.5	0	250	0	0	0	0	8	8	14	18	0	12	0	126	0	6	0	0	0	0
Полдник																														
33	Напиток из шиповника												18		6														
102	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (или ягодой)			27.9								20			7	5	0.9	4.3	14										
	Итого	0	0	27.9	0	0	0	0	0	0	0	20	18	0	13	5	0.9	4.3	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																														
66	Голубцы ленивые			24		9			99							6		13			75								
30	Соус сметанный натуральный			1.6												1.6									30				
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
25	Чай с сахаром														6												1		
14	Плоды свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)											100																	
	Итого	20	0	25.6	0	9	0	0	99	0	0	100	0	0	6	7.6	0	13	0	0	75	0	0	0	30	0	1	0	0

	Норма соли пищевой поваренной йодированной на весь день																											

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты свежие	Сухофрукты	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, кисломол. продукты	Творог	Мясо	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры I категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок
Итого за день	58	50	53.5	0	58	71	56	216.5	0	250	120	18	0	25	34.6	8.9	31.3	222	0	87	0	126	0	36	15	1	2	0
Итого за 20 дней	1615	990	609.2	60	860.5	234	2827.9	4510.8	2000	1000	2073	229	398.72	596.2	425.3	222.3	826.4	8991	799	1094	495	500	754	224	123	12	24	12
Итого за 1 день	80.75	49.5	30.46	3	43.03	11.7	141.4	225.54	100	50	103.65	11.45	19.936	29.81	21.265	11.115	41.32	449.55	39.95	54.7	24.75	25	37.7	11.2	6.15	0.6	1.2	0.6
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	80	50	29	3	43	12	140	220	100	50	100	11	20	30	21	11	40	450	40	55	25	24	37	11	6	0.6	1.2	0.6
Процент удовлетворения норм питания	100.94	99.00	105.03	100.00	100.06	97.50	101.00	102.52	100.00	100.00	103.65	104.09	99.68	99.37	101.26	101.05	103.30	99.90	99.88	99.45	99.00	104.17	101.89	101.82	102.50	100.00	100.00	100.00
Процент отклонения от норм питания	**0.94**	**-1.00**	**5.03**	**0.00**	**0.06**	**-2.50**	**1.00**	**2.52**	**0.00**	**0.00**	**3.65**	**4.09**	**-0.32**	**-0.63**	**1.26**	**1.05**	**3.30**	**-0.10**	**-0.12**	**-0.55**	**-1.00**	**4.17**	**1.89**	**1.82**	**2.50**	**0.00**	**0.00**	**0.00**

| | | |


5
5
0

Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0
0	0
0	0
	1.43
0	1.43

0	0
5	
5	1.43

| | | |

5	
5	1.43

| | | |

5	
5	0

| | | |

5	0

| | | |

5	
5	0

| | | |

| | | |

| | | |

5	
5	0

| | | |

| | | |

5	
5	0

Соль пищ.поваренная	Дрожжи хлебопекарные
0	0
0	0
0	0
	1.43
0	1.43
0	0
5	
5	1.43

Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0
0	0
0	0
	1.43
0	1.43
0	0
5	
5	1.43

| | | |

5	
5	0

Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0
0	0
0	0
	1.43
0	1.43
0	0

5	
5	1.43

| | | |

5	0

| | | |

5	
5	1.43

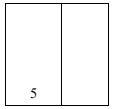
| | | |

5	
5	0

| | | |

5	
5	0

Соль пищ.пов.йодир.	Дрожжи хлебопекарные
0	0
0	0
0	0
	1.43
0	1.43
0	0


5

5	1.43
Соль пищ.йодир.	**Дрожжи хлебопекарные**
100	10.01
5	0.501
5	0.5
100.00	100.10
0.00	**0.10**

Приложение 1

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ) КАРТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
К РАЗРАБОТАННОМУ ПРИМЕРНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ С 1,5-7 ЛЕТ

Технологическая карта № _1__

Наименование изделия: Капуста, тушенная с мясом

Номер рецептуры:371

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	51	43	51	43
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	58	43	58	43
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	43	43	43	43
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	47	43	47	43
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Морковь				
До 1 января	2,5	2	2,5	2
С 1 января	2,7	2	2,7	2
Масса отварной говядины		28		28
Капуста свежая	163	130	163	130
Масло растительное	8	8	8	8
Томатная паста	3	3	3	3
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	6,3	5	6,3	5
С 1 января до 1 сентября	6,7	5	6,7	5
Лук репчатый	10	8	10	8
Мука пшеничная	1,3	1,3	1,3	1,3
Выход капусты тушеной		122		122
Выход капусты тушеной с мясом		150		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																

10,16	8,84	7,87	151,87	71,340	0,058	0,103	25,170	0,000	1,860	62,490	30,640	114,890	487,540	0,007	0,004	0,040

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные овощи во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут слоем до 30 см в бульон, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Тушеную капусту отпускают с мясом.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: Молоко сгущенное

Номер рецептуры: 490

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Молоко сгущенное*	10	10	15	15
Выход		10		15

* молоко сгущенное в перерасчете на цельное молоко в соотношении 40/100

10 г. сгущенного молока=25 г. цельного молока

15 г. сгущенного молока=37,5 г. цельного молока

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,72	0,85	5,55	32,80	4,700	0,006	0,038	0,100	0,005	0,020	20,700	3,400	21,900	36,500	0,001	0,000	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,08	1,28	8,33	49,20	7,050	0,009	0,057	0,150	0,008	0,030	46,050	5,100	32,850	54,750	0,001	0,000	0,005

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Молоко сгущенное порционируют непосредственно перед подачей.

Температура подачи 14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко сгущенное подается порционно.

Консистенция: жидкая.

Цвет: молочный.

Вкус: сладкий, сгущенного молока.

Запах: сгущенного молока.

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: Бутерброд с маслом и сыром

Номер рецептуры:96,97

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Хлеб пшеничный или батон	35	35	50	50
Масло сливочное	5	5	5	5
Сыр твердый	9,6	9	13,9	13
Выход с маслом и сыром		35/5/9		50/5/13

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,94	3,87	14,96	110,59	23,400	0,037	0,033	0,045	0,066	0,367	22,140	6,270	42,060	39,280	0,002	0,005	0,007
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
5,04	3,93	17,48	125,78	23,800	0,044	0,046	0,065	0,066	0,434	29,780	7,890	54,670	48,410	0,002	0,006	0,009

Технология приготовления

Ломтик хлеба (батона) намазывают маслом, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба (батона), намазанные маслом, сверху - сыр прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: сыра, масла сливочного и хлеба (батона).

Вкус: сыра, масла сливочного и хлеба (батона).

Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом (батона).

Технологическая карта № _4
Наименование изделия: Маринад овощной

Номер рецептуры:472

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Морковь				
До 1 января	36	29	53	43
С 1 января	39	29	57	43
Лук репчатый	12	10	18	15
Томатная паста	3	3	4	4
Масло растительное	5	5	7	7
Лимонная кислота	0,03	0,03	0,05	0,05
Сахар	1,3	1,3	2	2
Вода	3	3	5	5
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,49	4,44	3,75	56,88	347,00	0,016	0,018	0,98	0,00	0,25	9,78	10,83	19,01	62,70	0,002	0,000	0,019
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,73	6,66	5,62	85,32	520,50	0,020	0,030	1,47	0,00	0,38	14,67	16,25	28,52	94,05	0,003	0,000	0,029

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют.

Очищенные овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатную пасту и пассеруют еще 7-10 минут. После этого добавляют воду, лимонную кислоту кипятят 15-20 минут. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: маринад уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-красный.

Вкус: овощей, солоноватый.

Запах: овощей, входящим в блюдо.

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом

Номер рецептуры:144

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Капуста белокочанная	41	33	46	37
Картофель				
с 01.09-31.10	47	35	52	39
с 31.10-31.12	50	35	56	39
с 31.12-28.02	54	35	60	39
с 29.02-01.09	58	35	65	39
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	10	8	11	9
С 1 января до 1 сентября	11	8	12	9
Лук репчатый	6	6	8	7

Томатная паста	0,5	0,5	0,6	0,6
Масло растительное	1,8	1,8	2	2
Бульон или вода	135	135	150	150
Выход		169		187
Сметана	5	5	6	6
Выход супа со сметаной		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход супа со сметаной/с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,09	3,42	7,80	74,32	101,334	0,048	0,050	9,238	0,004	0,647	32,079	16,936	47,441	290,514	0,004	0,001	0,137
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,43	3,80	8,67	82,57	112,593	0,053	0,056	10,264	0,004	0,719	35,643	18,818	52,712	322,793	0,004	0,001	0,152

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Капусту нарезают шашками, картофель – дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованную томатную пасту, сметану и кипятят.

При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Отпускают суп с мясом. Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей капуста, нарезанная шашками, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, картофель - дольками. Капуста и овощи не переварены.

Консистенция: коренья и лук мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. *Цвет:* желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

Технологическая карта № _6__
Наименование изделия: Плов с мясом

Номер рецептуры:375

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	62	52	85	75
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	71	52	99	72
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	52	52	72	72
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	57	52	81	72
Масса вареного мяса		39		54
Морковь				
До 1 января	12,5	10	18	14
С 1 января	13,3	10	1	14
Масло сливочное	2	2	3	3
Масло растительное	2	2	3	3
Лук репчатый	12	10	17	14
Крупа рисовая	33	33	45	45
Бульон или вода	56	56	77	77
Выход		130		180

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
12,51	10,14	23,63	235,65	130,65	0,047	0,082	0,624	0,029	1,011	22,19	20,69	125,57	144,023	0,003	0,004	0,072
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
17,32	14,04	32,72	326,28	180,900	0,065	0,114	0,864	0,040	1,400	30,722	28,649	173,862	199,42	0,005	0,006	0,100

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной

питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Мясо зачищают и варят крупным куском до полуготовности, охлаждают и нарезают кубиками, добавляют пассерованную на масле сливочном с добавлением бульона морковь, бланшированный слегка пессерованный репчатый лук, добавляют горячий бульон.

Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160° С в течение 30-40 минут.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: плов уложен горкой.

Консистенция: мяса - мягкая, риса, овощей - мягкая.

Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло - до темно-оранжевого. *Вкус:* специфический для тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса говядины, с ароматом риса и овощей.

Технологическая карта № _7__

Наименование изделия: Компот из сухофруктов

Номер рецептуры:527

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Смесь сухофруктов (или курага, или изюм, или др.)*	15	15	18	18
Сахар-песок	5	5	6	6
Вода	187	187	206	206
Выход		180		200

*для приготовления компота можно использовать смесь сухофруктов, либо по отдельности сухофрукты, а также сочетать несколько видов сухофруктов- два и более.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,31	0,013	12,594	51,737	13,32	0,001	0,011	0,165	0	0,609	23,293	10,24	12,272	92,255	0	0	0,165
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,372	0,016	15,113	62,085	15,984	0,001	0,013	0,198	0	0,73	27,166	12,128	14,726	1110,705	0	0	0,181

Технология приготовления

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар-песок, и варят до готовности. Готовый компот охлаждают, фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши

варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

Технологическая карта № _8
Наименование изделия: Кисломолочный напиток

Номер рецептуры:535

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Кисломолочный напиток (ряженка, снежок, бифидок, биобаланс и др.) с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	154	150	185	180
Выход		150		180
Кисломолочный напиток (ряженка, снежок, бифидок, биобаланс и др.) с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	185	180	206	200
Выход		180		200
Кисломолочный напиток (ряженка, снежок, бифидок, биобаланс и др.) с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	103	100	134	130
Выход		100		130

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда 100 г.																
2,90	2,50	4,00	53,00	22,000	0,040	0,170	0,700	0,030	0,100	120,000	14,000	90,000	146,000	0,009	0,002	0,020
Химический состав данного блюда 120 г.																
3,48	3	4,8	63,6	26,4	0,048	0,204	0,84	0,036	0,12	144	16,8	108	175,2	0,011	0,002	0,024
Химический состав данного блюда 150 г.																
4,35	3,75	6,00	79,50	33,000	0,060	0,255	1,050	0,045	0,150	180,000	21,000	135,000	219,000	0,014	0,003	0,030
Химический состав данного блюда 180 г.																
5,22	4,50	7,20	95,40	39,600	0,072	0,306	1,260	0,054	0,180	216,000	25,200	162,000	262,800	0,017	0,004	0,036
Химический состав данного блюда 200 г.																
5,80	5,00	8,00	106,00	44,000	0,080	0,340	1,400	0,060	0,200	240,000	28,000	180,000	292,0	0,019	0,004	0,040

Химический состав кисломолочного напитка зависит от % жирности и вида кисломолочного напитка.

Технология приготовления

Кисломолочные напитки перед подачей детям выдерживают в закрытой потребительской упаковке при комнатной температуре до достижения ими температуры подачи 15℃ ±2℃, но не более одного часа.

Кисломолочные напитки порционируют в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с густой жидкостью, белого или кремового цвета.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: белый или с кремовым оттенком.

Вкус: молочнокислый.

Запах: кисломолочных продуктов.

Технологическая карта № _9
Наименование изделия: Молоко кипяченое

Номер рецептуры: 534

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	157	157	189	189
Масса молока кипяченого		150		180
Выход		150		180
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	188	188	210	210
Масса молока кипяченого		180		200
Выход		180		200
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	104	104	125	125
Масса молока кипяченого		100		120
Выход		100		120

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет) 100 г.																
2,726	2,200	4,368	48,176	13,200	0,029	0,120	0,520	0,030	0,087	105,6	12,180	78,300	121,18	0,008	0,002	0,017
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет) 120 г.																
3,271	2,640	5,242	57,811	15,840	0,034	0,144	0,624	0,036	0,105	126,72	14,616	93,960	145,42	0,010	0,002	0,021
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет) 150 г.																
4,089	3,3	6,552	72,264	19,8	0,043	0,18	0,78	0,045	0,131	158,4	18,27	117,45	181,77	0,012	0,003	0,026
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет) 180 г.																
4,907	3,960	7,862	86,717	23,760	0,052	0,216	0,936	0,054	0,157	190,080	21,924	140,940	218,124	0,014	0,004	0,031
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет) 200 г.																
5,452	4,400	8,736	96,352	26,400	0,057	0,240	1,040	0,060	0,175	211,200	24,360	156,600	242,360	0,016	0,004	0,035

Химический состав молока зависит от % жирности молока.

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Технологическая карта № _10__
Наименование изделия: Напиток с витаминами «Витошка» для детей*
Номер рецептуры: 507
Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских, садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2021 г.
***Напиток можно заменить на другой витаминизированный напиток промышленного производства**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Вода			250	250
Смесь сухая с витаминами для напитка «Витошка» для детей дошкольного и школьного возраста			25	25
Выход				250

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,00	0,00	24,25	97,50	150,000	0,382	0,426	25,000	2,103	0,003	10,676	2,176	0,006	0,000	0,000	0,000	0,221

Технология приготовления

Сухую смесь с витаминами для напитка «Витошка» растворяют в кипящей воде, при постоянном помешивании. Готовый напиток охлаждают.

Температура подачи горячего 65-75°С, холодного 15°С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость налита в стакан или кружку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует вкусу напитка.

Вкус: соответствует вкусу напитка.

Запах: соответствует вкусу напитка.

Технологическая карта № _11__
Наименование изделия: Омлет натуральный

Номер рецептуры:307

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	70	70	70	70
Масса омлетной смеси		150		150
Масло сливочное	2	2	2	2
Масса готового омлета		147		147
Масло сливочное	3	3	3	3
Выход с маслом сливочным		150		150

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
11,52	11,52	3,64	164,34	142,14	0,064	0,375	0,364	1,82	1,806	113,274	17,226	189,573	178,433	0,02	0,023	0,051

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Подготовленные, в соответствии с санитарными правилами сырые яйца разбивают, соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см и готовят 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200º С до образования легкой румяной корочки. Перед подачей омлет нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Технологическая карта № _12__

Наименование изделия: Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные

Номер рецептуры:181

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Горошек зеленый консервированный	62	62	77	77
или кукуруза консервированная	67	76	84	84
Масса отварного зеленого горошка или кукурузы (без жидкой части)		40		50
Выход		40		50

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,17	0,07	2,37	14,76	12,000	0,032	0,016	1,600	0,000	0,244	7,040	7,308	21,576	32,868	0,000	0,001	0,002
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,46	0,09	2,96	18,45	15,000	0,040	0,020	2,000	0,000	0,305	8,800	9,135	26,970	41,085	0,000	0,001	0,003

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Консервированный зеленый горошек или кукурузу предварительно кипятят в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут, отвар сливают, охлаждают и порционируют.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: круглая форма - зеленого горошка и продолговатая -кукурузы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: зеленый - горошка, желтый –кукурузы.

Вкус: горошка или кукурузы отварной.

Запах: горошка или кукурузы отварной.

Технологическая карта № _13__
Наименование изделия: Чай с молоком

Номер рецептуры:501,506,507

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Чай высшего или 1- го сорта	0,83	0,83	1,0	1,0
Вода	49	49	54	54
Чай-заварка		45		50
Сахар	5	5	6	6
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	23	23	25	25
Вода	107	107	119	119
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,79	0,55	5,58	30,41	3,45	0,007	0,036	0,203	0,007	0,715	35,187	7,811	24,852	48,58	0,002	0	0,224
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,88	0,60	6,58	35,25	3,800	0,008	0,040	0,230	0,008	0,859	38,892	8,950	27,820	55,244	0,002	0,000	0,257

Технология приготовления

В котле заваривают чай-заварку, добавляют кипяток, горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока.

Запах: свойственный молоку и чаю.

Технологическая карта № _14__

Наименование изделия: Плоды свежие

Номер рецептуры:118

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Яблоко	108	95	114	100
Груша	105	95	111	100
Банан	159	95	167	100
Апельсин	128	95	135	100
Мандарин	142	95	149	100

*-масса фруктов - яблоки и груши с удаленным семенным гнездом; бананы, апельсины, мандарины очищенные

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда яблоко 100 г.																
0,4	0,4	9,8	47	5	0,03	0,02	10	0	2,2	16	9	11	278	0,002	0	0,008
Химический состав данного блюда груша 100 г.																
0,4	0,3	10,3	47	2	0,02	0,03	5	0	2,3	19	12	16	155	0,001	0	0,01
Химический состав данного блюда банан 100 г.																
1,5	0,5	21	96	20	0,04	0,05	10	0	6	8	42	28	348	0	0,001	0,002
Химический состав данного блюда апельсин 100 г.																
0,9	0,2	8,1	43	8	0,04	0,03	60	0	0,3	34	13	23	197	0,002	0,001	0,017
Химический состав данного блюда мандарин 100 г.																
0,8	0,2	7,5	38	10	0,06	0,03	38	0	0,1	35	11	17	155	0	0	0,15

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда яблоко 95 г.																
0,38	0,38	9,31	44,65	4,75	0,0285	0,019	9,5	0	2,09	15,2	8,55	10,45	264,1	0,0019	0	0,0076
Химический состав данного блюда груша 95 г.																
0,38	0,285	9,785	44,65	1,9	0,019	0,0285	4,75	0	2,185	18,05	11,4	15,2	147,25	0,001	0	0,0095
Химический состав данного блюда банан 95 г.																
1,425	0,475	19,95	91,2	19	0,038	0,0475	9,5	0	5,7	7,6	39,9	26,6	330,6	0	0,001	0,0019
Химический состав данного блюда апельсин 95 г.																
0,855	0,19	7,695	40,85	7,6	0,038	0,0285	57	0	0,285	32,3	12,35	21,85	187,15	0,0019	0,001	0,0162
Химический состав данного блюда мандарин 95 г.																

0,76	0,19	7,125	36,1	9,5	0,057	0,0285	36,1	0	0,095	33,25	10,45	16,15	147,25	0	0	0,1425

Технология приготовления

Фрукты тщательно моют в условиях холодного цеха (зоны) или цеха вторичной обработки овощей (зоны). Подают порционно непосредственно перед раздачей.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует виду фрукта.

Вкус: соответствует виду фрукта.

Запах: соответствует виду фрукта.

Технологическая карта № _15__
Наименование изделия: Каша жидкая молочная

Номер рецептуры:182

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа в ассортименте	15	15	23	23
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	100	100	154	154
Вода	20	20	31	31
Или сгущенное молоко + вода	40+80	40+80	62+123	62+123
Сахар	2	2	3	3
Масса каши		128		197
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		130		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,52	3,89	14,00	109,13	18,780	0,075	0,146	0,520	0,056	0,970	109,569	38,454	117,712	168,971	0,008	0,003	0,038
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,95	4,99	21,54	167,89	28,892	0,115	0,225	0,800	0,086	1,492	168,568	59,160	181,095	259,955	0,012	0,005	0,058

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Для приготовления манной каши: молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар когда смесь закипит, быстро всыпают, при постоянном помешивании тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

При приготовлении каши на сгущенном молоке предварительно подготовленную крупу добавляют в кипящую смесь молока сгущенного и воды, добавляют соль, сахар и продолжают варку до готовности. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* жидкая каша, однородная, не растекающаяся по тарелке.

Консистенция: жидкая. *Цвет:* соответствующий.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока (или сгущенного молока) и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком (или сгущенным молоком) и маслом.

Технологическая карта № _16
Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры:508, 509

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Какао	1,25	1,25	1,5	1,5
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	60	60	60	60
Или молоко сгущенное	24	24	24	24
Вода	143	143	166	166
Сахар	5	5	6	6
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,92	1,49	7,56	51,30	7,943	0,018	0,074	0,312	0,018	0,306	71,003	13,174	54,107	88,488	0,005	0,001	0,139
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,98	1,52	8,55	55,78	7,947	0,018	0,074	0,312	0,018	0,357	72,293	14,298	55,532	91,644	0,005	0,001	0,160

Технология приготовления

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко (или смесь воды и сгущенного молока) и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока (или сгущенного молока).

Запах: свойственный какао и молока (или сгущенного молока).

Технологическая карта № _17__

Наименование изделия: Пюре из гороха с маслом

Номер рецептуры:423

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Горох	54	53,5	74	73
Вода	110	110	150	150
Масса пюре из гороха		107		146
Масло сливочное	3	3	4	4
Выход		110		150

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
11,59	2,64	23,45	163,94	8,74	0,035	0,08	0	0,039	3,263	42,535	40,96	105,98	325,25	0	0,001	0,014
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
15,80	3,60	31,98	223,55	11,918	0,048	0,109	0,000	0,053	4,450	58,002	55,855	144,518	443,523	0,000	0,001	0,019

Технология приготовления

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде в соотношении 1:2.

Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность 60-90 минут.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых.

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, отвар сливают, горох протирают (горох можно не протирать), добавляют соль.

Готовые бобовые заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: бобовые уложены горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: желтый.

Вкус: умеренно соленый, бобовых отварных с маслом сливочным.

Запах: отварных бобовых с маслом сливочным.

Технологическая карта № _18

Наименование изделия: Овощи натуральные соленые или свежие

Номер рецептуры:112,113

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Помидоры соленые в банках (с рассолом)	55	30	91	50
Или огурцы соленые в банках (с рассолом)	55	30	91	50
Помидоры свежие	31	30	51	50
Или огурцы свежие	31	30	51	50
Или перцы свежие сырые	40	30	66	50
Выход		30		50

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,24	0,03	0,51	3,90	1,500	0,006	0,006	1,500	0,000	0,180	6,900	4,200	7,200	42,300	0,000	0,000	0,000
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,40	0,05	0,85	6,50	2,500	0,010	0,010	2,500	0,000	0,300	11,500	7,000	12,000	70,500	0,000	0,000	0,000

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов (соленых огурцов или помидоров) перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Огурцы или помидоры соленые промывают и удаляют место прикрепления плодоножки. Подают порционно.

Огурцы или помидоры свежие перебирают, промывают небольшими партиями в воде, отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают дольками или кружочками непосредственно перед отпуском и подают.

Перцы свежие предварительно обрабатывают, очищают сердцевину, нарезают соломкой.

Огурцы или помидоры соленые промывают и удаляют место прикрепления плодоножки.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: огурцы или помидоры сохранили форму, перцы нарезаны соломкой.

Консистенция: огурцы - упругие, хрустящие; помидоры, перцы - мягкие.

Цвет: огурцов – оливковый, помидоров – красный, перцев соответствующий.

Вкус: огурцов, или помидоров, или перцев.

Запах: огурцов, или помидоров, или перцев.

Технологическая карта № _19__
Наименование изделия: Суп «Волна» со сметаной, с мясом птицы

Номер рецептуры:101

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	26	23	29	25
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	27	23	31	25
Или филе куриное охлажденное	11	11	12	12
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	12	11	13	12
Морковь				
До 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Картофель				
с 01.09-31.10	112	84	124	93
с 31.10-31.12	120	84	133	93
с 31.12-28.02	129	84	143	93
с 29.02-01.09	140	84	155	93
Морковь				
До 1 января	10	8	11	9
С 1 января	11	8	12	9
Лук репчатый	7	6	8	7

Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Яйцо	0,35 шт.	14	0,375 шт.	15
Бульон или вода	117	117	130	130
Выход супа		167		185
Сметана	5	5	6	6
Выход со сметаной		172		191
Отварная мякоть птицы без кожи		8		9
Выход со сметаной/с мясом птицы		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
5,35	3,63	13,69	108,85	128,240	0,090	0,120	7,128	0,359	1,126	27,726	24,856	88,552	454,349	0,007	0,006	0,138
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
5,94	4,03	15,21	120,94	142,489	0,100	0,133	7,920	0,399	1,251	30,807	27,618	98,391	504,832	0,008	0,007	0,153

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Варка бульона: подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2—2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные морковь, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции.

При порционировании птицы, можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спиной кости. Затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют. Отварное мясо птицы разделывают на чистую мякоть филе - без кожи и костей.

Готовое мясо покрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон кладут очищенный и нарезанный кубиками картофель, варят до полуготовности, затем добавляют пассеровнные лук репчатый и морковь. За 5-10 минут до готовности выпускают сырое яйцо, сметану и доводят до кипения.

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, овощи, яйцо.

Консистенция: картофель и овощи - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: светло – коричневый.

Вкус и запах: умеренно соленый, свойственный овощам.

Технологическая карта № _20__
Наименование изделия: Компот из ягод замороженных

Номер рецептуры:491

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. А.Я.Перевалова, г. Пермь, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Ягода мороженная в ассортименте	18	18	20	20
Сахар-песок	5	5	6	6
Вода	177	177	197	197
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,09	0,03	5,15	21,21	0,000	0,003	0,003	1,080	0,000	0,109	9,904	3,889	1,727	17,903	0,000	0,000	0,157
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,094	0,035	6,122	25,183	0	0,003	0,003	1,2	0	0,122	11,03	4,324	1,919	19,903	0	0	0,175

Технология приготовления

Ягоду моют. В горячей воде растворяют сахар, кладут подготовленные ягоды, доводят до кипения, снимают с плиты, охлаждают, разливают в стаканы или кружки.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: компот налит в стакан или кружку, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, ягод - мягкая.

Цвет: соответствующих ягод.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих ягод.

Запах: соответствующих ягод.

Технологическая карта № _21__

Наименование изделия: Рис отварной с овощами

Номер рецептуры:421

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Рис	33	33	45	45
Вода	198	198	270	270
Масса отварного риса		91		124
Масло сливочное	2,5	2,5	3	3
Морковь				
До 1 января	23	18	31	25
С 1 января	24	18	33	25
Лук репчатый	10	8	13	11
Томатная паста	3	3	4	4
Масло сливочное для пассерования	2,5	2,5	3	3
Масса пассерованных овощей		22		30
Выход		110		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,67	3,47	24,53	139,98	234,900	0,033	0,030	1,220	0,065	0,523	18,817	24,308	58,800	91,757	0,002	0,005	0,200
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,65	4,73	33,45	190,89	320,319	0,045	0,040	1,664	0,089	0,713	25,659	33,148	80,182	125,123	0,002	0,007	0,272

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Рис варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см., заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, добавляют пассерованные с томатом овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160˚ С 5-7 минут.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются, форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная; овощей мягкая.

Цвет: риса - белый, овощей цвет соответствующий.

Вкус: отварного риса с овощами.

Запах: отварного риса с овощами.

Технологическая карта № _22__
Наименование изделия: Кисель из ягод свежемороженных

Номер рецептуры:479

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. А.Я.Перевалова, г. Пермь, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Ягода свежемороженная в ассортименте	16	16	18	18
Вода	160	160	178	178
Сахар	8	8	9	9
Крахмал	5	5	7,5	7,5
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,12	0,08	12,14	50,67	1,280	0,002	0,003	2,400	0,000	0,087	12,800	2,512	5,914	15,222	0,000	0,000	0,141
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,13	0,09	14,99	62,35	1,440	0,002	0,004	2,700	0,000	0,097	14,975	2,809	7,909	17,358	0,000	0,000	0,157

Технология приготовления

Ягоду промывают. Ягоду протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на одну часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 минут и процеживают. В полученный отвар (часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар и сок, доводят до кипения и при активном помешивании, струей вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения. Охлаждают. Разливают в стаканы или кружки.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: кисель прозрачный, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: соответствующих ягод.

Вкус: сладкий, соответствующих ягод.

Запах: соответствующих ягод.

Технологическая карта № _23__
Наименование изделия: Сушка на сметане

Номер рецептуры:583

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Сметана	16	16	19	19
Мука пшеничная	35	35	42	42
Масло сливочное	2	2	2,4	2,4
Яйцо	0,125 шт.	5	0,150 шт.	6
Сахар	7	7	8	8
Масса полуфабриката		61		73
Масло растительное (для смазки листов)	0,7	0,7	0,8	0,8
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,56	4,28	29,20	173,53	23,472	0,049	2,044	0,026	0,147	0,524	20,962	6,669	43,574	57,262	0,002	0,003	0,005
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
5,47	5,14	35,04	208,24	28,170	0,059	2,453	0,031	0,176	0,629	25,154	8,003	52,289	68,714	0,002	0,004	0,006

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В просеянную муку добавляют сметану, сахар, яйца, сливочное масло и замешивают тугое тесто, формуют сушки и выпекают при температуре 250˚ С 20-30 минут.

Температура подачи 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма правильная в соответствии с технологией.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная.

Цвет: корочки - светло-коричневый.

Вкус и запах: приятный, сдобный с ароматом наполнителя свежевыпеченной булочки.

Технологическая карта № _24

Наименование изделия: Рагу из овощей

Номер рецептуры:201

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	69	52	86	65
с 31.10-31.12	74	52	93	65
с 31.12-28.02	80	52	100	65
с 29.02-01.09	87	52	109	65
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	12,5	10	16	13
С 1 января до 1 сентября	13,3	10	17	13
Лук репчатый	10	8	12	10
Капуста свежая белокочанная	49	39	61	49
Или овощная смесь в ассортименте (заморозка)	39	39	49	49
Вода	37	37	46	46
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		120		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,88	1,49	10,63	63,53	127,040	0,061	0,050	11,700	0,026	0,731	27,610	20,436	46,102	370,910	0,004	0,001	0,057
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
2,35	1,86	13,29	79,41	158,800	0,076	0,063	14,625	0,033	0,914	34,513	25,545	57,628	463,638	0,005	0,001	0,071

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной

питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Картофель нарезают дольками или кубиками и тушат. Лук репчатый и морковь слегка пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. При замене капусты белокочанной на овощную смесь в заморозке, овощную смесь добавляют за 20-25 минут до готовности блюд.

За 15-20 минут до готовности все овощи соединяют и тушат.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: картофеля, овощей мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: овощей, входящих в блюдо.

Технологическая карта № _25__
Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры:501,502,503

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Чай высшего или 1- го сорта	0,83	0,83	1,0	1,0
Вода	49	49	54	54
Чай-заварка		45		50
Сахар	5	5	6	6
Вода	130	130	144	144
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,17	0,04	4,57	19,33	0,415	0,001	0,008	0,083	0,000	0,696	11,880	5,209	6,844	20,709	0,000	0,000	0,241
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,20	0,05	5,49	23,21	0,500	0,001	0,001	0,100	0,000	0,838	13,559	6,123	8,245	24,949	0,000	0,000	0,274

Технология приготовления

В котле заваривают чай-заварку, добавляют кипяток, сахар и доводят до кипения.
Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан.
Консистенция: жидкая.
Цвет: золотисто-коричневый. *Вкус:* сладкий, чуть терпкий.
Запах: свойственный чаю.

Технико-технологическая карта № _26__
Наименование изделия: Бисквитик из моркови

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная	35	35	42	42
Сахар	5	5	6	6
Яйцо	0,125 шт.	5	0,150 шт.	6
Сметана	3	3	4	4
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	25	20	30	24
С 1 января до 1 сентября	27	20	32	24
Масло сливочное	5	5	6	6
Масло растительное для смазки листа	0,2	0,2	0,3	0,3
Выход		50		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Яйцо взбивают с сахаром, добавляют сметану и хорошо перемешивают. Морковь натирают на мелкой терке, добавить в массу и перемешивают, затем добавляют просеянную муку и растопленное сливочное масло. Выливают готовое тесто на противень, смазанный маслом и запекают до готовности 40-45 при температуре 180-240°С.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.

Температура подачи 20°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: порционные кусочки бисквитика с морковью.
Цвет: коричневый с краплениями моркови-оранжевой.
Вкус: умеренно сладкий, с выраженным вкусом моркови, свежевыпеченного изделия.
Запах: свежевыпеченного изделия.
6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,52	4,37	28,27	170,55	263,250	0,055	0,048	0,415	0,175	0,621	16,604	12,328	47,296	79,375	0,002	0,003	0,012
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
5,42	5,24	33,92	204,66	315,900	0,066	0,058	0,498	0,210	0,745	19,925	14,794	56,755	95,250	0,002	0,004	0,014

Технологическая карта № _27

Наименование изделия:99, 100

Номер рецептуры: Бутерброд с маслом

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Хлеб пшеничный или батон	20	20	25	25
Масло сливочное	6	6	6	6
Выход		20/6		25/6
Хлеб пшеничный или батон	35	35	45	45
Масло сливочное	6	6	6	6
Выход		35/6		45/6

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет) 20/6																
1,57	4,45	9,92	85,82	27,000	0,023	0,007	0,000	0,078	0,232	5,440	2,800	14,800	20,160	0,001	0,001	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет) 25/6																
1,95	4,49	12,38	97,57	27,000	0,028	0,007	0,000	0,078	0,287	6,440	3,500	18,050	24,810	0,001	0,002	0,004

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет) 35/6																
2,71	4,57	17,29	121,07	27,000	0,039	0,008	0,000	0,078	0,397	8,440	4,900	24,550	34,110	0,001	0,002	0,005
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет) 45/6																
3,47	4,65	22,22	144,57	27,000	0,050	0,008	0,000	0,078	0,507	10,440	6,300	31,050	43,410	0,001	0,003	0,007

Технология приготовления

Ломтик хлеба (батона) намазывают маслом.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба (батона), намазанные маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: хлеба (батона).

Вкус: масла сливочного в сочетании со свежим хлебом (батоном).

Запах: масла сливочного в сочетании со свежим (батоном).

Технологическая карта № _28__

Наименование изделия: Салат из морской капусты с яйцом

Номер рецептуры:11

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Морская капуста (консервированная) промышленного производства	29	28	43	42
Яйцо	0,125 шт.	5	0,200 шт.	8
Лук репчатый	6	5	8	7
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,95	6,31	2,40	70,27	8,170	0,008	0,022	0,500	0,110	4,630	15,170	48,840	25,330	286,160	0,085	0,001	0,004
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,43	9,47	3,60	105,41	12,260	0,012	0,033	0,750	0,165	6,945	22,755	73,260	37,995	429,240	0,128	0,002	0,006

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Морскую капусту перемешивают с предварительно бланшированным луком репчатым, отварным мелко рубленым яйцом. Салат заправляют маслом растительным.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 ℃. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 ℃. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: продуктов, входящих в блюдо.

Вкус: морской капусты, лука репчатого, яйца отварного в сочетании с растительным маслом.

Запах: морской капусты, лука репчатого, яйца отварного в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № _29__
Наименование изделия: Свекольник со сметаной, с мясом

Номер рецептуры:136

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Свекла				
С 1 сентября до 1 января	54	43	60	48
С 1 января до 1 сентября	57	43	64	48
Картофель				
с 01.09-31.10	39	29	43	32
с 31.10-31.12	41	29	46	32
с 31.12-28.02	45	29	49	32
с 29.02-01.09	48	29	53	32
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	7,5	6	8,8	7

С 1 января до 1 сентября	8	6	9,3	7
Лук репчатый	8	7	10	8
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Сахар	0,8	0,8	0,9	0,9
Томатная паста	0,5	0,5	0,6	0,6
Бульон или вода	135	135	150	150
Выход супа		168		187
Сметана	5	5	6	6
Выход супа со сметаной		174		193
Говядина отварная		6		7
Супа со сметаной/с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,03	2,96	9,65	77,33	82,610	0,041	0,051	4,670	0,027	0,953	31,823	18,865	51,630	282,130	0,005	0,000	0,140
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,37	3,29	10,72	85,92	91,789	0,046	0,057	5,189	0,030	1,059	35,359	20,961	57,367	313,478	0,006	0,000	0,156

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч. Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 С, затем припускают с добавлнием бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные томат-пасту, варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят соль, сахар и лавровый лист. За 5 мин до готовности добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом. Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* в жидкой части свекольника овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, морковь, лук - соломкой, картофель - кубиками). *Консистенция:* свекла, овощи и фасоль мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной части. *Цвет:* малиново-красный, жира на поверхности - оранжевый. *Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый. *Запах:* свойственный овощам.

Технологическая карта № _30__

Наименование изделия: Соус сметанный натуральный

Номер рецептуры:452

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Сметана	25	25	30	30
Мука пшеничная	1,3	1,3	1,6	1,6
Масло сливочное	1,3	1,3	1,6	1,6
Выход		25		30

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,75	4,13	1,66	46,85	19,560	0,007	0,022	0,040	0,034	0,059	19,840	2,138	14,579	25,667	0,002	0,000	0,004
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,90	4,96	1,99	56,22	23,472	0,008	0,026	0,048	0,041	0,071	23,808	2,566	17,495	30,800	0,002	0,000	0,005

Технология приготовления

Подсушенную, без изменения цвета, муку смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, добавляют соль, варят 3 минуты, процеживают и доводят до кипения еще раз.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: густой сметаны.

Цвет: белый.

Вкус: сметаны, солоноватый.

Запах: сметаны.

Технологическая карта № _31__

Наименование изделия: Котлеты, биточки, шницели из говядины

Номер рецептуры:386

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	58	49	67	57
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	65	49	77	57
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	49	49	57	57
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	54	49	63	57
Или фарш говяжий, или фарш домашний (заморозка)	52	49	60	57
Или фарш говяжий, или фарш домашний (охлажденный)	49	49	57	57
Лук репчатый	6	5	7	6
Мука пшеничная	4	4	5	5
Яйца	0,100 шт.	4	0,125 шт.	5
Хлеб пшеничный	7	7	8	8
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	12	12	14	14
Масса полуфабриката		80		93
Масло растительное	4	4	5	5
Масса готовых изделий		60		70
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
10,68	12,11	5,26	172,53	7,824	0,045	0,104	0,262	0,092	1,535	21,720	14,330	116,062	193,330	0,005	0,002	0,037
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
12,46	14,13	6,13	201,29	9,128	0,053	0,122	0,305	0,108	1,791	25,340	16,719	135,405	225,551	0,006	0,003	0,043

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно, замоченным в молоке, добавляют соль, репчатый лук, яйцо и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделывают изделия котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, биточки овально-приплюснутой формы или шницели плоскоовальной формы, панируют в муке. Котлеты, биточки, шницели запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет - овально-приплюснутая с заостренным концом или биточков овально-приплюснутая или шницели плоскоовальной формы.

Консистенция: пышная, сочная, однородная

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый.

Вкус и запах: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Технологическая карта № _32__

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры:434

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	136	102	170	128
с 31.10-31.12	146	102	183	128
с 31.12-28.02	157	102	197	128
с 29.02-01.09	170	102	214	128
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	18	18	22	22
Масса кипяченого молока		17		21
Масло сливочное	3	3	4	4
Выход		120		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,40	2,62	15,91	96,83	12,180	0,093	0,080	8,248	0,044	0,819	27,562	22,481	65,563	502,117	0,006	0,001	0,030
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,00	3,28	19,89	121,04	15,230	0,117	0,100	10,310	0,055	1,023	34,453	28,101	81,954	627,646	0,008	0,001	0,038

Технология приготовления

При изготовлении картофельного пюре следует использовать овощепротирочную машину!

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. Не допускается предварительное замачивание овощей. Очищенные картофель во избежание потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80º С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное растопленное и доведенное до кипения. Смесь прогревают, взбивая, на водяной бане при температуре 100º С 5-6 минут. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* протертая картофельная масса. *Консистенция:* пышная, густая, однородная. *Цвет:* белый с кремовым оттенком. *Вкус:* свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный. З*апах:* свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта № _33__
Наименование изделия: Напиток из шиповника

Номер рецептуры:538

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Шиповник	15	15	18	18
Сахар	5	5	6	6
Вода	219	219	241	241
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,24	0,11	7,90	34,51	0,081	0,008	0,020	97,500	0,000	0,210	13,679	3,105	1,206	0,125	0,000	0,000	0,193
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,29	0,13	9,48	41,42	0,097	0,009	0,023	117,000	0,000	0,252	15,484	3,537	1,446	0,149	0,000	0,000	0,212

Технология приготовления

Плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 минут. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: красно-коричневый.

Вкус: сладкий, свойственный шиповнику.

Запах: шиповника.

Технологическая карта № _34__

Наименование изделия: Булочка домашняя

Номер рецептуры:583

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего сорта	29	29	35	35
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	1,4	1,4	1,7	1,7
Сахар-песок	6	6	7	7
Сахар-песок (для отделки)	1,4	1,4	1,7	1,7
Яйцо	0,075шт.	3	0,09 шт.	3,6
Масло сливочное	8	8	10	10
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Молоко	13	13	15	15
Масса полуфабриката		61		73
Масло растительное (для смазки)	0,8	0,8	0,9	0,9
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	Р	К	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,82	6,18	25,86	174,26	28,830	0,045	0,047	0,065	0,178	0,435	21,402	6,242	41,419	53,819	0,002	0,002	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,58	7,41	31,03	209,11	34,596	0,054	0,056	0,078	0,214	0,522	25,682	7,490	49,703	64,583	0,002	0,002	0,004

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и

замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Из дрожжевого теста формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 8-10 см и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 минут. Поверхность смазывают яйцом, посыпают сахаром и выпекают при температуре 230-240˚ С.

Температура подачи 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность изделия золотистого цвета, форма круглая, хорошо сохранена.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная.

Цвет: корочки - золотистый.

Вкус и запах: приятный, свежевыпеченного изделия.

Технико-технологическая карта № _35__
Наименование изделия: Салат «Океан» (с кальмарами)

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Кальмар мороженный разделанный (тушка) с кожицей	55	39	83	59
Или кальмар мороженный (филе с кожицей	43	39	65	59
Масса вареных кальмаров		21		31
Яйца	8	8	12	12
Лук репчатый	10	8	14	12
Масло растительное	4	4	6	6
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин после закипания воды. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Кальмары размораживают в холодной воде, очищают, тщательно промывают.

Кальмары опускают в кипящую подсоленную воду (соотношение воды и кальмаров при варке 1:3, количество добавляемой соли поваренной йодированной на 1 л воды - 5 г) и варят в течение 15 мин., затем охлаждают температуры от 8 до 10°С, нарезают поперек волокон тонкой соломкой.

Лук репчатый бланшируют, мелко режут. Яйцо отварное мелко рубят. Все ингредиенты перемешивают и заправляют растительным маслом.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.

Температура подачи 10-14°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.
Цвет: натуральный ингредиентов, входящих в блюдо.
Вкус: ингредиентов, входящих в блюдо в сочетании с растительным маслом. Солоноватый.
Запах: ингредиентов, входящих в блюдо в сочетании с растительным маслом.
6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
7,67	5,58	1,42	86,61	12,480	0,059	0,058	1,034	0,176	0,611	20,080	32,527	102,943	113,932	0,105	0,018	0,006
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
11,51	8,37	2,13	129,92	18,720	0,089	0,087	1,551	0,264	0,917	30,120	48,791	154,415	170,898	0,158	0,027	0,009

Технологическая карта № 36

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры:513,514

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Кофейный напиток злаковый) суррогатный), в т.ч. из цикория	1,67	1,67	2	2
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	60	60	60	60
Или молоко сгущенное	24	24	24	24
Вода	112	112	131	131
Сахар	5	5	6	6
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,74	1,36	8,47	53,08	7,920	0,024	0,074	0,312	0,018	0,143	69,241	12,357	56,669	113,631	0,005	0,002	0,109
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,76	1,37	9,64	57,90	7,920	0,026	0,074	0,312	0,018	0,161	70,269	13,328	58,583	121,717	0,005	0,002	0,126

Технология приготовления

При заваривании кофейный напиток кладут в соответствующую посуду, заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин. После этого готовый кофейный процеживают. Запрещается длительное кипячение кофейного напитка или многократное его подогревание. В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее молоко (или молок сгущенное), сахар и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока (или сгущенного молока).

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока (или сгущенного молока).

Технологическая карта № 37

Наименование изделия Суп молочный с крупой

Номер рецептуры:121

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	135	135	180	180
Вода	15	15	20	20
Хлопья овсяные «Геркулес», или крупа рисовая, или манная, или кукурузная и др.	10	10	13	13
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Сахар	2	2	3	3
Выход		150		200
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	117	117		
Вода	13	13		
Хлопья овсяные «Геркулес», или крупа рисовая, или манная, или кукурузная и др.	9	9		
Масло сливочное	1,3	1,3		
Сахар	1,7	1,7		
Выход		130		

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда 150 гр.																
4,88	4,20	12,93	109,05	21,990	0,070	0,179	0,702	0,060	0,708	145,330	33,974	132,023	195,507	0,011	0,003	0,039
Химический состав данного блюда 130 гр.																
4,23	3,64	11,21	94,51	19,058	0,061	0,155	0,608	0,052	0,614	125,953	29,444	114,420	169,439	0,010	0,003	0,034
Химический состав данного блюда 200 гр.																

6,51	5,60	17,24	145,40	29,320	0,093	0,239	0,936	0,080	0,944	193,773	45,299	176,031	260,676	0,015	0,004	0,052

Технология приготовления

Перед варкой крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Пшено, рисовую, перловую, ячневую и гречневую крупу промывают водой. Дробленые крупы не промывают.

Рисовую, кукурузную, гречневую, ячневую, перловую крупы, пшено, хлопья «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

Кукурузную, перловую крупы можно варить в воде до готовности. (соотношение воды и крупы 6:1), затем сливают воду и закладывают крупу в семь молока и воды, кладут соль и сахар и варят 5-7 минут до готовности. При отпуске заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа круп аразваренная. На поверхности масло слвичоное

Консистенция: жидкая супа, крупа – мягкая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта № _38__
Наименование изделия: Салат «Полевой» (картофельный с огурцами солеными и зеленым горошком)

Номер рецептуры:71

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	25	25	38	38
с 31.10-31.12	27	27	41	41
с 31.12-28.02	30	30	45	45
с 29.02-01.09	32	32	48	48
Масса очищенного картофеля		20		29
Масса отварного очищенного картофеля		19		28
Лук репчатый	4	3	5	4
Огурцы соленые	9	5	13	7
Морковь				
До 1 января	8,8	8,8	12,6	12,6
С 1 января	9,4	9,4	13,4	13,4
Масса очищенной моркови		7,04		10,05
Масса отварной очищенной моркови		7		10
Зеленый горошек консервированный	8	8	12	12
Масса отварного зеленого горошка без жидкой части		5		8
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,69	2,73	4,04	43,63	86,590	0,027	0,019	2,491	0,000	0,284	6,393	8,363	19,150	122,383	0,001	0,000	0,010
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																

1,04	4,10	6,05	65,45	129,885	0,041	0,029	3,737	0,000	0,426	9,590	12,545	28,725	183,575	0,002	0,000	0,015

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов (соленых огурцов) перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют,

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Морковь варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.

Картофель отваривают в кожуре.

Зеленый горошек кипятят в собственном соку с момента закипания 5минут. Отвар сливают, горошек охлаждают. Соленые огурцы, очищенные от кожицы, бланшированный репчатый лук, вареную морковь, вареный очищенный картофель нарезают ломтиками. Все ингредиенты перемешивают, добавляют зеленый горошек и заправляют растительным маслом.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Вкус: соответствует продуктам, входящим в блюдо, солоноватый.

Запах: соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта № _39
Наименование изделия: Суп «Харчо» со сметаной, с мясом

Номер рецептуры:101

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
До 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	67	50	74	56
С 1 ноября по 31 декабря	72	50	80	56
С 1 января по 28-29 февраля	77	50	86	56
С 1 марта	84	50	94	56
Крупа рисовая	4,5	4,5	5	5
Морковь				
До 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января	8	6	9,3	7
Лук репчатый	7	6	8	7
Томатная паста	1,8	1,8	2	2

Чеснок	2,9	2,3	3,3	2,6
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Бульон или вода	126	126	140	140
Выход		169		187
Сметана	5	5	6	6
Выход со сметаной		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход со сметаной, с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,29	3,03	11,91	88,21	86,370	0,059	0,053	5,270	0,027	0,684	21,391	17,845	55,193	291,982	0,004	0,001	0,132
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,66	3,37	13,23	98,01	95,967	0,066	0,059	5,856	0,030	0,760	23,768	19,828	61,326	324,424	0,004	0,001	0,147

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон кладут предварительно замоченную крупу рисовую, доводят до кипения и варят до полуготовности, добавляют картофель, пассерованные лук репчатый, морковь и томатную пасту и варят до готовности. За 5 минут до окончания варки суп заправляют толченым чесноком, добавляют сметану и кипятят. Отпускают суп с мясом. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части морковь, лук репчатый, картофель, соответствующая крупа. Овощи, крупа не переварены.

Консистенция: овощей и крупы - мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Крупа не разваренная.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.

Вкус и запах: соответствующих овощей и крупы, умеренно соленый.

Технологическая карта № _40__
Наименование изделия: Птица отварная

Номер рецептуры:409

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	91	79	115	100
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	96	79	121	100
Или филе куриное охлажденное	75	75	96	96
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	79	75	101	96
Лук репчатый	1,8	1,5	2,4	2
Морковь				
До 1 января	2,5	2	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4,0	3
Масса отварной птицы		55		70
Выход		55		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
13,04	0,83	0,06	62,70	9,350	0,027	0,102	0,000	0,165	0,470	6,050	13,750	100,650	123,200	0,000	0,012	0,000
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
16,59	1,05	0,07	79,80	11,900	0,034	0,130	0,000	0,210	0,602	7,770	17,500	128,100	156,800	0,000	0,015	0,000

Технология приготовления

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Подготовленные тушки птицы закладывают в кипящую воду (2,5 л на 1 кг продукта) и быстро нагревают до кипения. С закипевшего бульона снимают пенную и жир, добавляют нарезанную морковь, соль, лук репчатый и варят птицу при слабом кипении до готовности (проверка готовности: поварская игла должна свободно проходить в толстую часть ножки, на изломе ножки - мякоть серого цвета).

Сваренные тушки вынимают из бульона и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения. Птицу можно запечь в жарочном шкафу.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки птицы.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: на разрезе - белый.

Вкус: умеренно соленый, отварной птицы.

Запах: отварной птицы.

Технологическая карта № _41__

Наименование изделия: Картофель отварной

Номер рецептуры: 431

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	160	120	172	129
с 31.10-31.12	172	120	184	129
с 31.12-28.02	185	120	199	129
с 29.02-01.09	200	120	215	129
Масса отварного картофеля		116		125
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		120		130

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,22	3,55	17,27	109,92	15,590	0,101	0,069	9,280	0,065	0,917	11,264	23,212	59,839	547,949	0,005	0,000	0,031
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
2,41	3,85	18,71	119,08	16,889	0,109	0,075	10,053	0,070	0,993	12,203	25,146	64,826	593,611	0,005	0,000	0,034

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенный картофель во избежание потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Очищенный картофель, дольками или кубиками заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см., кладут соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5-2 мин, обсушивают. Готовый картофель отварной поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма клубней или нарезки сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, умеренно соленый, нежный.

Запах: отварного картофеля.

Технологическая карта № _42__

Наименование изделия: Рыба по-польски

Номер рецептуры:343

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	102	51	120	60
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	89	51	105	60
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	81	51	95	60
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	102	51	120	60
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	121	51	143	60
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	75	51	88	60
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	88	51	103	60
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	73	51	86	60
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	62	51	73	60
Филе рыбы в ассортименте 10%	57	51	67	60
Масло растительное	3	3	4	4
Яйца	0,425 шт.	17	0,500 шт.	20
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	11	11	13	13
Мука пшеничная	6	6	7	7
Масса омлета		21		25
Масса полуфабриката		65		76
Выход		60		70

Примечание: при поступлении новых видов пищевых продуктов, нормы отходов и потерь при технологической обработке определяются при помощи сборников технических нормативов или дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)															
10,57	5,07	4,41	105,58	31,032	0,060	0,121	0,159	0,479	0,797	38,746	28,427	148,113	216,945	0,071	0,012	0,324
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)															
12,33	5,92	5,15	123,17	36,204	0,070	0,141	0,186	0,559	0,930	45,203	33,165	172,799	253,103	0,083	0,014	0,378

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л.

Рыбу разделывают на филе с кожей и без костей, нарезают по 1 куску на порцию, панируют в муке, укладывают на противень, разогретый с маслом, заливают смесью молока и яйца с подсушенной мукой и запекают при температуре 250-280º С в течение 20-25 мин.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: целый кусок рыбы уложен на тарелку вместе омлетной смесью.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый, яичная смесь -желтого цвета.

Вкус: рыбы в сочетании с омлетной смесью.

Запах: рыбный.

Технико-технологическая карта № _43__
Наименование изделия: Салат «Морской» (с кальмарами и яблоками)

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Кальмары мороженные обезглавленные (филе с кожицей)	40	37	60	56
Масса отварного кальмара		20		30
Яблоки	13	9	20	14
Горошек зеленый консервированный натуральный	9	9	14	14
Масса отварного зеленого горошка без жидкой части		6		9
Яйцо куриное	5	5	8	8
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		40		60

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Кальмары размораживают в холодной воде, очищают, тщательно промывают.

Яблоки промывают проточной холодной водой с применением (при необходимости) щеток для обработки фруктов, очищают кожицы, удаляют семенное гнездо.

Кальмары опускают в кипящую подсоленную воду (соотношение воды и кальмаров при варке 1:3, количество добавляемой соли поваренной йодированной на 1 л воды - 5 г) и варят в течение 15 мин., затем охлаждают температуры от 8 до 10 С, нарезают поперек волокон тонкой соломкой. Яблоки нарезают соломкой. Горошек зеленый консервированный доводят до кипения в собственном отваре, после этого отвар полностью сливают, горошек зеленый охлаждают до температуры от 8 до 10 С. Яйца куриные варят, мелко нарезают. Подготовленные компоненты соединяют, перемешивают и заправляют растительным маслом или соусом салатным. Украшают салат продуктами, входящими в его состав. Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 3 часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.

Температура подачи 10-14°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Форма нарезки ингредиентов сохранена, салат заправлен растительным маслом.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Консистенция: упругий кальмар, мягкое яблоко, горошек рассыпчатый, яйцо проваренное.

6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
7,07	3,27	1,94	65,69	10,050	0,058	0,049	1,362	0,110	0,697	17,940	31,421	93,115	121,748	0,099	0,016	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
10,61	4,91	2,91	98,54	15,080	0,087	0,074	2,043	0,165	1,046	26,910	47,132	139,673	182,622	0,149	0,024	0,005

Технологическая карта № _44__
Наименование изделия: Чай с лимоном

Номер рецептуры:501,504,505

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Чай высшего или 1- го сорта	0,83	0,83	1,0	1,0
Вода	49	49	54	54
Чай-заварка		45		50
Сахар	5	5	6	6
Лимон свежий	6	5	7	6
Вода	125	125	138	138
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,13	0,03	8,30	34,00	0,298	0,002	0,006	0,690	0,000	0,456	9,968	3,810	4,889	18,036	0,000	0,000	0,171
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,16	0,04	11,06	45,14	0,360	0,002	0,007	0,860	0,000	0,551	12,004	4,580	5,905	21,943	0,000	0,000	0,204

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Крупы сначала варят отдельно, закладывают в кипящую жидкость. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют соль, сахар, доводят до кипени я и варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф и доводят до готовности.

Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся.

Цвет: белый с желтым оттенком.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технология приготовления

В котле заваривают чай-заварку, добавляют кипяток, сахар предварительно промытый лимон и доводят до кипения. Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона. *Консистенция:* однородная, сочная. *Цвет:* золотисто-желтоватый. *Вкус:* сладкий, с привкусом лимона. З*апах:* свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта № 45

Наименование изделия: Каша «Дружба»

Номер рецептуры:275

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа рисовая	10	10	15	15
Крупа пшено	7	7	11	11
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	98	98	150	150
Вода	17	17	26	26
Сахар	2	2	3	3
Масса каши		128		197
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		130		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,09	3,67	16,95	117,12	18,260	0,055	0,124	0,507	0,055	0,346	106,530	21,427	104,070	139,234	0,008	0,003	0,038
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,29	5,64	26,07	180,18	28,098	0,085	0,191	0,780	0,084	0,533	163,892	32,964	160,107	214,206	0,013	0,005	0,059

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Крупы сначала варят отдельно, закладывают в кипящую жидкость. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют соль, сахар, доводят до кипени я и варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф и доводят до готовности.

Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся.

Цвет: белый с желтым оттенком.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 46

Наименование изделия: Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)

Номер рецептуры:27

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Морковь				
До 1 января	23	30	45	45
С 1 января	25	32	48	48
Масса очищенной моркови		24,1		36,2
Масса отварной очищенной моркови		24		36
Горошек зеленый консервированный	22	22	31	31
Или кукуруза консервированная	23	23	33	33
Горошек зеленый (или кукуруза) консервированный отварной (без жидкой части)		14		20
Масло растительное	3	3	5	5
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,70	2,68	2,34	36,32	293,400	0,021	0,019	1,042	0,000	0,232	8,190	10,525	19,136	51,510	0,001	0,000	0,012
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,05	4,02	3,51	54,48	440,100	0,032	0,029	1,563	0,000	0,348	12,285	15,788	28,704	77,265	0,002	0,000	0,018

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Овощи, предназначенные для приготовления варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают

вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2℃.

Подготовленную морковь нарезают соломкой. Зеленый горошек консервированный (или кукурузу) кипятят в собственном соку, отвар сливают, охлаждают. Овощи перемешивают, заправляют маслом растительным.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 ℃. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 ℃. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: моркови - мягкая, сочная, горошка зеленого консервированного (или кукурузы)-мягкая.

Цвет: оранжевый с зелеными вкраплениями зеленого горошка или желтого (кукурузы).

Вкус: моркови, зеленого горошка (или кукурузы) в сочетании с растительным маслом, солоноватый.

Запах: моркови, зеленого горошка (или кукурузы) в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № _47__

Наименование изделия: Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом

Номер рецептуры:133

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Свекла				
С 1 сентября до 1 января	34	27	38	30
С 1 января до 1 сентября	36	27	40	30
Капуста свежая	18	14	19	15
Картофель				
с 01.09-31.10	37	28	41	31
с 31.10-31.12	40	28	44	31
с 31.12-28.02	43	28	48	31
с 29.02-01.09	47	28	52	31
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	10	8	11	9

С 1 января до 1 сентября	11	8	12	9
Лук репчатый	5	4	5	4
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Лимонная кислота	0,17	0,17	0,19	0,19
Бульон или вода	126	126	140	140
Выход		169		187
Сметана	5	5	6	6
Выход супа со сметаной		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход супа с со сметаной/с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,98	2,95	7,90	70,03	105,150	0,040	0,049	6,168	0,027	0,801	31,591	17,519	48,018	268,596	0,005	0,001	0,130
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,31	3,28	8,78	77,81	116,833	0,044	0,054	6,856	0,030	0,890	35,101	19,466	53,353	298,440	0,006	0,001	0,144

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, раствор лимонной кислоты, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом. Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству. В*нешний вид*: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части. *Цвет:* малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый. *Вкус:* умеренно соленый. З*апах:* свойственный овощам.

Технологическая карта № 48

Наименование изделия: Гуляш

Номер рецептуры:373

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	85	72	113	96
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	98	72	130	96
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	72	72	96	96
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	79	72	106	96
Масло растительное	1,5	1,5	2	2
Лук репчатый	1,8	1,5	3	2
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	1,9	1,5	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,0	1,5	2,7	2
Томатная паста	0,5	0,5	0,7	0,7
Мука пшеничная	1,3	1,3	1,7	1,7
Масса тушеного мяса		43		57
Масса соуса		17		23
Выход с соусом		60		80

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,00	7,00	1,13	103,52	19,500	0,025	0,071	0,315	0,000	0,690	13,972	2,400	81,930	102,810	0,003	0,000	0,001
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
10,29	8,00	1,29	118,32	26,000	0,033	0,095	0,421	0,000	0,920	18,629	3,200	109,240	137,080	0,005	0,000	0,001

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками, заливают горячей водой, добавляют пассерованную томатную пасту, пассерованный репчатый лук с морковью и тушат в закрытой посуде.

Затем сливают бульон. Муку пессеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55˚ С бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: куски равномерные, не разваренные, одинакового размера, уложенные на тарелку, сбоку гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный мясу отварной говядины.

Технологическая карта № _49__

Наименование изделия: Макаронные изделия отварные с овощами

Номер рецептуры:297

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Макаронные изделия	25	25	35	35
Вода	150	150	210	210
Масса отварных макаронных изделий		70		102
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Морковь				
До 1 января	84	67	99	79
С 1 января	89	67	105	79
Лук репчатый	14	12	17	14
Томатная паста	2,2	2,2	3	3
Масло сливочное для пассерования	1,5	1,5	2	2
Масса пассерованных овощей		40		48
Выход		110		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,58	2,25	21,18	119,33	812,100	0,064	0,050	1,820	0,039	0,846	30,408	28,397	57,824	154,820	0,004	0,000	0,173
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,98	3,07	29,29	164,92	968,318	0,087	0,065	3,355	0,053	1,143	38,929	35,958	74,489	212,040	0,004	0,000	0,236

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Макаронные изделия варят в большом объеме воды (в соотношении не мене 1:6) в кипящей подсоленной воде (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 минут., вермишель 10-12 мин. Проверяют на готовность на разрезе - не должно быть прослойки непроверенной муки. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3 - 4 см, заправляют растопленным и доведенным до кипения

сливочным маслом, добавляют пассерованные с томатом овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160º С 5 минут.

Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук нарезают полукольцами, затем бланшируют. Овощи слегка пассеруют со сливочным маслом (можно с добавлением овощного отвара), затем добавляют томатную пасту и пассеруют еще 1-2 минуты.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны с овощами уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: овощей - оранжевый, на разрезе - белый.

Вкус: пассерованных овощей, томата в сочетании с макаронными изделиями.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Технико-технологическая карта № _50
Наименование изделия: Каша молочная с фруктами (или тыквой)

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа пшено или др.	13	13	20	20
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	98	98	150	150
Вода	15	15	23	23
Сахар	2	2	3	3
Яблоки	20	18	31	27
Или груши	19	18	29	27
Или бананы	29	18	44	27
Или тыква*	25	18	39	27
Или тыква (в заморозке) очищенная*	19	18	28	27
Масса каши		128		197
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		130		200

*При замене фруктов на тыкву, при не выполнении нормы продуктов питания по фруктам в накопительной ведомости за 20 дней, дополнительно добавляют фрукты.

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Тыкву предварительно очищают от кожицы, удаляют семена, нараезют кубиками или ломтиками, отваривают. ,В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и предварительно подготовленные нарезанные кубиками фрукты или тыкву (можно предварительно натереть) и продолжают варку до готовности. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.

Температура подачи не ниже 65°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом. Подается с фруктами или тыквой.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует крупе.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла с фруктами или тыквой.

Запах: соответствующей каши в сочетании с фруктами или тыквой, молоком и маслом.

6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,15	3,68	15,29	110,91	18,370	0,071	0,126	1,205	0,052	0,730	109,980	22,802	105,144	181,853	0,009	0,002	0,035
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,39	5,67	23,52	170,63	28,253	0,109	0,193	1,853	0,080	1,123	169,200	35,080	161,760	279,773	0,013	0,003	0,053

Технологическая карта № 51

Наименование изделия: Макаронные изделия, запеченные с сыром

Номер рецептуры:302

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Макаронные изделия	46	46	71	71
Вода	276	276	426	426
Масса отварных макаронных изделий		130		200
Масло сливочное	5	5	8	8
Сыр	10	9	16	15
Масса полуфабриката		144		223
Масса запеченных макарон		130		200
Выход		130		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
6,96	6,27	20,00	164,27	30,780	0,060	0,043	0,028	0,161	0,736	86,187	9,448	79,622	55,344	0,001	0,001	0,009
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
10,71	9,64	30,00	249,60	47,353	0,092	0,067	0,043	0,248	1,132	132,596	14,536	122,496	85,144	0,001	0,001	0,013

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом объеме воды (в соотношении не мене 1:6) в кипящей подсоленной воде (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Поверяют на готовность на разрезе - не должно быть прослойки непроверенной муки. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3 - 4 см, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280˚ С в течение 15-25 минут до образования на поверхности румяной корочки.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны с сыром уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сыру, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий и сыра.

Технологическая карта № 52

Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры:243

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа гречневая	50	50	68	68
Вода	75	75	102	102
Масса каши		105		143
Масло сливочное	5	5	7	7
Выход с маслом		110		150

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
5,96	4,60	26,04	169,38	14,100	0,155	0,084	0,000	0,065	2,924	13,057	87,653	130,937	158,779	0,001	0,003	0,076
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
8,12	6,27	35,50	230,98	19,228	0,211	0,114	0,000	0,089	3,988	17,805	119,527	178,551	216,517	0,001	0,005	0,104

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100ºС) или в жарочном шкафу при температуре 140-160ºС в течение 1-1,5 часа. . При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: коричневый.

Вкус: гречневой каши в сочетании с маслом сливочным.

Запах: гречневой каши в сочетании с маслом сливочным.

Технологическая карта № _53__
Наименование изделия: Суп картофельный с клецками с мясом

Номер рецептуры:151

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Клецки				
Мука пшеничная	11	11	12	12
Масло сливочное	0,9	0,9	1	1
Яйца	0,045 шт.	1,8	0,050 шт.	2
Вода или молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	11	11	12	12
Масса теста		19		21
Выход клецек		21		23
Суп картофельный с клецками				
Картофель				
с 01.09-31.10	41	31	45	34
с 31.10-31.12	44	31	49	34

с 31.12-28.02	48	31	52	34
с 29.02-01.09	52	31	57	34
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января до 1 сентября	8	6	9	7
Лук репчатый	8	7	10	8
Масло сливочное	1,4	1,4	1,5	1,5
Клецки готовые		22		24
Бульон	122	122	135	136
Выход супа		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход с мясом говядины		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,95	3,13	13,01	96,00	83,028	0,053	0,057	2,937	0,073	0,587	27,786	13,347	53,547	206,230	0,003	0,001	0,123
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,39	3,48	14,46	106,67	92,253	0,059	0,063	3,263	0,081	0,652	30,873	14,830	59,497	229,144	0,003	0,001	0,137

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Клецки: в воду или молоко кладут Масло сливочное, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70° С, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости. Варят при слабом кипении 5-7 мин.

Суп картофельный с клецками: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске.

Отпускают суп с мясом говядины.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Клецки одинакового размера.

Консистенция: картофель и овощи мягкие; клецки упругие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: свойственный картофельному супу, умеренно соленый.

Запах: пассерованных овощей и картофеля.

Технико-технологическая карта № _54__
Наименование изделия: Салат «Сытный»

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Огурец свежий (или соленый)	21	19	32	29
Лук репчатый	5	4	7	6
Кукуруза консервированная с жидкой частью	12	12	17	17
Кукуруза консервированная без жидкой части		7		10
Яйцо куриное	9	9	14	14
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Овощи (огурцы) сортируют, тщательно моют, обрабатывают в 3 % растворе уксусной кислоты (на 1 л. воды 30 мл. уксусной кислоты) в течение 10 мин., повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток, ошпаривают кипятком.

Банки с консервированной кукурузой и солеными огурцами промывают под проточной водой, протирают чистой ветошью.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Подготовленное яйцо отваривают в течение 15 мин после закипания, охлаждают, нарезают кубиком. Лук репчатый нарезают кубиком 5х5 и бланшируют в течение 15 мин. Консервированную кукурузу кипятят в собственном соку, остужают. Огурец нарезают кубиком. Все ингредиенты смешивают и заправляют растительным маслом.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленные салаты допускается хранить не более 3 часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 С.

Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.
Температура подачи 10-14°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:
Внешний вид: свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Форма нарезки ингредиентов сохранена, салат заправлен растительным маслом.
Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.
Вкус: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.
Запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.
Консистенция: свойственная продуктам, входящим в состав блюда.
6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,41	2,96	1,46	38,12	14,610	0,014	0,044	1,864	0,198	0,345	11,413	4,990	25,630	62,600	0,002	0,002	0,007
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
2,12	4,44	2,19	57,18	21,915	0,021	0,066	2,796	0,297	0,518	17,120	7,485	38,445	93,900	0,003	0,003	0,011

Технологическая карта № _55__
Наименование изделия: Компот из плодов консервированных

Номер рецептуры: 533

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Персики, или абрикосы, или др. (половинки или кусочки)	72	72	72	72
Сахар-песок	2	2	2	2
Сироп консервированного компота	49	49	49	49
Вода	64	64	64	64
Выход		180		180

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (компот из персика)																
0,12	0,12	18,27	73,82	0,000	0,012	0,000	3,270	0,000	0,489	9,000	2,977	2,420	58,130	0,000	0,000	0,040
Химический состав данного блюда (компот из яблок)																
0,12	0,12	18,27	73,82	0,000	0,012	0,000	3,270	0,000	0,489	9,000	2,977	2,420	58,130	0,000	0,000	0,040

Технология приготовления

Сироп варят из сахара и воды, затем в него добавляют сироп консервированных плодов и плоды, доводят до кипения и охлаждают.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: плоды сохранили форму и залиты прозрачным сиропом.

Консистенция: компота – жидкая; фруктов, ягод - мягкая.

Цвет: соответствующий.

Вкус: типичный для вареных плодов.

Запах: типичный для вареных плодов.

Технологическая карта № 56

Наименование изделия: Каша «Рябчик»

Номер рецептуры:266

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа рисовая	5	5	8	8
Крупа гречневая	5	5	8	8
Крупа пшено	5	5	8	8
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	98	98	150	150
Вода	17	17	26	26
Сахар	2	2	3	3
Масса каши		128		197
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		130		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,19	3,58	15,19	109,89	17,760	0,063	0,131	0,510	0,052	0,561	107,080	27,054	107,808	148,752	0,008	0,003	0,037
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,45	5,52	23,37	169,05	27,327	0,097	0,201	0,784	0,080	0,863	164,733	41,621	165,859	228,849	0,012	0,004	0,057

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

В кипящую воду всыпают подготовленные крупы и варят, периодически помешивая 20 минут. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности.

Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технико-технологическая карта № _57__
Наименование изделия: Суфле из печени

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Печень говяжья замороженная	44	40	51	47
Молоко	8	8	9	9
Мука пшеничная	11	11	13	13
Яйцо	5	5	6	6
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		60		70

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Печень дефростируют на производственных столах. Печень в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного субпродукта (печень) не допускается. Субпродукт (печень) зачищают от пленок и желчных протоков промывают проточной водой.

Неочищенные овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Вакуумированные овощи освобождают от упаковки, сортируют, зачищают (при необходимости), промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Очищенные овощи, во избежание их потемнения и высушивания, могут хранится в холодной воде не более 2 часов.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Подготовленную печень пропускают через мясорубку.

Лук репчатый промываем нарезают кубиком пассеруют, добавляют в фарш из печени.

Приготовленный молочный соус из молока и пшеничной муки и вводят небольшими порциями в фарш, тщательно вымешивая получившееся пюре, после чего вводят желток, солят и вымешивают.

Белок взбивают в густую пену и постепенно вводят в пюре.

Готовую массу выкладывают высотой 4 см на смазанный маслом растительным противень и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280°С в течение 20-25 мин до образования румяной корочки на поверхности.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.
Реализация блюда происходит порционно.
Температура подачи 10-14°С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:
Внешний вид: порционные кусочки суфле из печени.
Консистенция: характерный данному блюду, слега упругая.
Цвет: серовато-коричневый
Вкус: печени, солоноватый.
Запах: печени.
6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
8,66	3,87	9,31	106,71	2016,940	0,105	0,732	5,322	0,592	2,632	15,778	9,313	132,175	118,607	0,004	0,016	0,085
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
10,11	4,52	10,86	124,50	2353,094	0,123	0,854	6,209	0,690	3,070	18,407	10,865	154,204	138,375	0,004	0,018	0,099

Технологическая карта № _58__
Наименование изделия: Салат из свеклы с чесноком и сыром

Номер рецептуры:58

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Свекла				
До 1 января	46	46	69	69
С 1 января	49	49	73	73
Масса очищенно свеклы		36,7		55,1
Масса отварной очищенной свеклы		36		54
Сыр твердых сортов	4	3	5	4
Масло растительное	2	2	3	3
Чеснок	0,3	0,2	0,4	0,3
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F	Б
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	г
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																	
1,22	2,92	2,95	43,11	9,080	0,007	0,021	1,509	0,029	0,480	38,530	8,134	29,049	90,368	0,002	0,001	0,006	1,22
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																	
2,44	5,84	5,90	86,22	18,160	0,014	0,042	3,018	0,058	0,960	77,060	16,268	58,098	180,736	0,004	0,002	0,012	2,44

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют.

Овощи, предназначенные для приготовления варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2℃.

Подготовленную свеклу нарезают соломкой, заправляют маслом растительным.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 ℃. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 ℃. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Свеклу отваривают в кожуре до готовности, охлаждают, очищают от кожицы, нарезают мелкой соломкой или натирают на крупной терке. Сыр очищают от наружного покрытия, натирают на мелкой

терке. Свеклу соединяют с сыром, добавляют чеснок, перемешивают и укладывают горкой. Перед отпуском салат заправляют маслом растительным.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый с вкраплениями сыра.

Вкус: свеклы, сыра, чеснока в сочетании с растительным маслом.

Запах: свеклы, сыра, чеснока в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № _59__

Наименование изделия: Суп картофельный с бобовыми, с мясом

Номер рецептуры: 149,150

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Картофель				
с 01.09-31.10	47	35	52	39
с 31.10-31.12	50	35	56	39
с 31.12-28.02	54	35	60	39
с 29.02-01.09	58	35	65	39
Горох лущеный	15	14	16	15
Или фасоль сухая	15	14	16	15
Или фасоль консервированная	23	14	25	15
Или горошек зеленый консервированный	22	14	23	15
Морковь				

С 1 сентября до 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января до 1 сентября	8	6	9,3	7
Лук репчатый	9	7	10	8
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Бульон или вода	122	122	135	135
Выход супа		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
5,41	2,60	12,24	94,04	78,198	0,048	0,056	3,200	0,026	1,307	24,809	21,800	63,156	283,405	0,002	0,000	0,125
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,01	2,89	13,60	104,49	86,887	0,053	0,062	3,556	0,029	1,452	27,566	24,222	70,173	314,894	0,002	0,000	0,139

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Горох (или фасоль) подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа (горох), на 5-8 часов (фасоль). Картофель нарезают крупными кубиками, морковь - мелкими кубиками или шинкуют, лук мелко рубят.

Подготовленный горох или фасоль кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности. Консервироанные зеленый горошек или фасоль, кладут после картофеля.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и овощи - мягкие; горох – лущеный – пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: светло – желтый (горчичный).

Вкус и запах: умеренно соленый, свойственный гороху.

Технологическая карта № _60__

Наименование изделия: Гренки из пшеничного хлеба

Номер рецептуры:176

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Хлеб пшеничный	28	28	47	47
Хлеб пшеничный (без корок)		24		40
Выход		15		25

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,14	0,12	7,38	35,25	0,000	0,017	0,001	0,000	0,000	0,165	3,000	2,100	9,750	13,950	0,001	0,001	0,002
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
1,90	0,20	12,30	58,75	0,000	0,028	0,002	0,000	0,000	0,275	5,000	3,500	16,250	23,250	0,002	0,002	0,003

Технология приготовления

Пшеничный хлеб (батоны мелкопористые) очищают от корок, нарезают кубиками (10*10мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: одинаковые по размеру.

Консистенция: хрустящие.

Цвет: белый.

Вкус и запах: хлеба.

Технологическая карта № _61
Наименование изделия: Картофель тушеный*

Номер рецептуры:431

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

***В сборнике рецептур указан картофель отварной, в данной рецептуре картофель отварной заменен на тушеный**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	118	89	148	96
с 31.10-31.12	127	89	159	96
с 31.12-28.02	137	89	171	96
с 29.02-01.09	149	89	185	96
Лук репчатый	12	10	13	11
Масло растительное	3	3	3,3	3,3
Морковь				
До 1 января	29	23	31	25
С 1 января	31	23	33	25
Масса готовых овощей		120		130
Выход		120		130

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,09	2,99	15,39	96,81	277,600	0,090	0,064	7,980	0,000	0,907	16,025	26,631	61,013	472,287	0,005	0,000	0,037
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
2,26	3,24	16,67	104,88	300,730	0,098	0,069	8,650	0,000	0,983	17,360	28,850	66,097	511,644	0,005	0,000	0,040

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Картофель и лук репчатый нарезают кубиками, морковь шинкуют. Лук и морковь пассеруют. Картофель тушат за 10-15 минут до готовности добавляют пассерованные овощи.

Температура подачи ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: овощей мягкая.

Цвет: желтый. Вкус и запах: овощей, солоноватый.

Технологическая карта № _62__
Наименование изделия: Сырники из творога

Номер рецептуры:326

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150º С	141	140	188	187
Яйца	0,125 шт.	5	0,175 шт.	7
Сахар	10	10	13	13
Мука пшеничная	20	20	27	27
Масса полуфабриката		170		227
Масло сливочное	4	4	5	5
Масса готовых сырников		150		200

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
30,29	9,41	25,71	308,72	46,320	0,068	0,319	0,280	0,204	0,838	208,750	31,340	292,342	157,318	0,012	0,039	0,042
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
40,39	12,55	34,28	411,63	61,760	0,091	0,425	0,373	0,272	1,117	278,333	41,787	389,789	209,757	0,016	0,052	0,056

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйцо, соль. Массу перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см. Запекают сырники в духовом или жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200˚ С до готовности.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, приплюснутая, без трещин.

Консистенция: однородная, мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: творога.

Запах: слабовыраженный запах творога.

Технологическая карта № _63__

Наименование изделия: Пудинг творожный

Номер рецептуры:325

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150º С	99	98	137	136
Крупа манная	10	10	14	14
Сахар	13	13	18	18
Яйца	0,275 шт.	11	0,375 шт.	15
Изюм	11	11	15	15
Масло растительное	3	3	4	4
Масса полуфабриката		146		202
Масса готового пудинга		130		180
Выход		130		180

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
21,95	7,88	28,51	272,74	37,404	0,058	0,256	0,196	0,277	1,027	157,506	58,552	227,666	199,262	0,010	0,029	0,060
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
30,38	10,88	38,57	373,82	51,327	0,078	0,352	0,272	0,377	1,377	217,317	76,636	313,619	265,499	0,014	0,041	0,080

Технология приготовления

Крупу просеивают.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную купу, размягченное Масло сливочное, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом противень, запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 минут. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг разрезают на порционные кусочки.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству
Внешний вид: порционные куски подрумянены, без трещин и подгорелых мест.
Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма.
Цвет: корочки - золотисто – желтый, на разрезе – белый с коричневыми вкраплениями изюма.
Вкус: свойственным продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта № _64__
Наименование изделия: Печень говяжья по-строгановски
Номер рецептуры:403,451
Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Печень говяжья	71	59	95	69
Масло растительное	5	5	6	6
Масса жареной печени		40		47
Соус сметанный		20		23
Мука пшеничная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масло сливочное	0,5	0,5	0,6	0,6
Овощной отвар или вода	11	11	13	13
Масса соуса		10		12
Сметана (без содержания растительных жиров)	10	10	12	12
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
10,25	7,64	3,56	124,24	2969,770	0,131	1,044	7,840	0,715	3,558	14,327	10,405	167,968	148,661	0,004	0,020	0,129
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
11,96	8,92	4,16	144,94	3464,729	0,153	1,218	9,146	0,834	4,151	16,715	12,139	195,962	173,438	0,004	0,024	0,151

Технология приготовления

Зачищенную от пленок говяжью печень нарезают тонкими брусочка 3*3*35 мм, посыпают солью, слегка обжаривают, помешивая, заливают соусом сметанным и кипятят 5-7 минут.

Соус сметанный. Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120℃, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70℃, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству.

Внешний вид: форма нарезки печени сохранная, печень подается вместе с соусом сметанным.
Консистенция: мягкая.
Цвет: серый-печени, соуса-белый.
Вкус: печени в сочетании с соусом сметанным, вкус солоноватый.
Запах: печени в сочетании с соусом сметанным.

Технологическая карта № _65__

Наименование изделия: Котлеты, биточки, шницели куриные

Номер рецептуры:417

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	124	108/44	145	126/52
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	131	108/44	153	126/52
Или филе куриное охлажденное	44	44	52	52
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	46	44	55	52
Фарш куриный охлажденный	44	44	52	52
Фарш куриный заморозка	46	44	55	52
Хлеб пшеничный	11	11	13	13
Молоко	16	16	18	18
Масса полуфабриката		68		80
Масло растительное	4	4	5	5
Масса готовых изделий		60		70
Выход		60		70

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
6,00	6,86	5,67	126,42	23,472	0,042	0,076	0,435	0,057	0,624	25,098	10,562	81,041	114,930	0,003	0,001	0,055
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
7,00	8,00	6,62	126,48	27,380	0,049	0,089	0,508	0,067	0,728	29,281	12,322	94,548	134,085	0,004	0,001	0,064

Технология приготовления

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Птицу разделывают, пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке хлебом, кладут соль и хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формуют котлеты, или биточки, или шницели, укладывают на противень, смазанный маслом. Котлеты, биточки, шницели запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству
Внешний вид: форма изделий сохранена, без трещин.
Консистенция: однородная, пышная.
Цвет: коричневый, на разрезе-серый.
Вкус: умеренно соленый, птицы.
Запах: птицы.

Технологическая карта № _66__
Наименование изделия: Голубцы ленивые

Номер рецептуры:377

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	88	75	88	75
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	102	75	102	75
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	75	75	75	75
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	83	75	83	75
Или фарш говяжий, или фарш домашний (заморозка)	79	75	79	75
Или фарш говяжий, или фарш домашний (охлажденный)	75	75	75	75
Крупа рисовая	9	9	9	9
Масса отварного риса		21		21
Лук репчатый	11	9	11	9
Яйцо	0,325 шт.	13	0,325 шт.	13
Масло сливочное	2	2	2	2
Масса пассерованного лука		4		4
Капуста белокочанная	113	90	113	90
Масса отварной капусты		84		84
Мука пшеничная	24	24	24	24
Масса полуфабриката		182		182
Масло сливочное	4	4	4	4
Масс готовых голубцов		150		150
Выход		150		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																

16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
16,00	14,00	20,00	270,00	38,100	0,097	0,183	6,560	0,364	2,920	58,406	36,649	204,524	488,281	0,010	0,008	0,062

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Бланшированный лук пассеруют, белокочанную капусту нарезают мелкой рубкой и припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности (капусту можно пропустить через мясорубку, без припускания). Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формуют овальные колбаски, складывают на противень, добавляют немного воды и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250º С.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: на разрезе - светло-серый.

Вкуси запах: мяса и капусты.

Технологическая карта № _67__

Наименование изделия: Кукуруза с яйцом

Номер рецептуры:158

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. А.Я.Перевалова, г. Пермь, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Яйцо	0,250 шт.	10	0,375 шт.	15
Кукуруза консервированная	47	47	70	70
Масса отварной кукурузы (без жидкой части)		28		42
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		40		60

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
1,78	3,75	2,92	52,53	15,600	0,009	0,047	0,538	0,220	0,305	15,189	4,254	26,787	43,226	0,002	0,003	0,009
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин после закипания воды. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Кукурузу предварительно кипятят в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут, отвар сливают, охлаждают и порционируют. Кукурузу перемешивают с мелко рубленным яйцом и заправляют растительным маслом.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки яйца и кукурузы консервированной сохранена. Салат заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая. *Цвет:* желтый –кукурузы, белка яйца-белый, желтка яйца-желтый.

Вкус: кукурузы консервированной в сочетании с отварным яйцом и маслом растительным.

Запах: кукурузы консервированной в сочетании с отварным яйцом и маслом растительным.

Технологическая карта № _68__
Наименование изделия: Плов вегетарианский с сухофруктами

Номер рецептуры:277

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа рисовая	54	54	62	62
Масса вареного риса		113		130
Изюм	5	5	6	6
Курага	3	3	4	4
Сахар	7	7	8	8
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		130		150

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,85	3,65	33,00	180,25	24,174	0,039	0,030	0,048	0,065	0,714	26,615	43,926	81,179	123,272	0,001	0,007	0,321
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,44	4,21	38,00	207,65	27,890	0,045	0,035	0,055	0,075	0,824	30,710	50,684	93,668	142,237	0,001	0,008	0,370

Технология приготовления

Рис отваривают в небольшом количестве подсоленной жидкости (1:6) до полуготовности и откидывают на дуршлаг. Изюм и курагу перебирают, обсушивают, отваривают 5 минут. В отваренный рис добавляют сахар, изюм, курагу, масло, перемешивают и помещают в сковороду и доводят до готовности. Готовый плов взрыхляют.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: плов рассыпчатый, с равномерно распределенным рисом, изюмом.

Консистенция: рассыпчатая.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: сладковатый, риса в сочетании с изюмом и курагой.

Запах: риса в сочетании с изюмом и курагой.

Технологическая карта № _69__
Наименование изделия: Сельдь с луком репчатым

Номер рецептуры:359

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Сельдь неразделанная (52% отходов)	100	48	117	56
Сельдь без кожи и костей (чистое филе)	48	48	56	56
Лук репчатый	11	9	13	11
Масло растительное	4	4	5	5
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
8,29	7,61	0,74	104,94	9,600	0,014	0,064	0,900	14,400	0,600	41,190	20,460	134,890	118,950	0,000	0,000	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
9,67	8,88	0,87	122,43	11,200	0,017	0,074	1,050	16,800	0,700	48,055	23,870	157,371	138,775	0,000	0,000	0,004

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Филе сельди (мякоть) без кожи и костей нарезают тонкими кусочкам, сверху посыпают бланшированным репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами и заправляют.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: сельдь нарезана на одинаковые кусочки, поверх сельди уложен лук репчатый. Сельдь полита луком репчатым

Консистенция: сельди - нежная.

Цвет: приятный.

Вкус: сельдь в сочетании с репчатым луком и маслом растительным.

Запах: сельдь в сочетании с репчатым луком и маслом растительным.

Технологическая карта № _70__
Наименование изделия: Азу

Номер рецептуры:325

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. А.Я.Перевалова, г. Пермь, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	55	47	65	55
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	64	47	75	55
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	47	47	55	55
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	52	47	61	55
Масса мяса отварного		29		34
Огурцы соленые	18	10	22	12
Лук репчатый	13	11	15	13
Томатная паста	1,6	1,6	1,9	1,9
Масло растительное	2	2	2,3	2,3
Мука пшеничная	2	2	2,3	2,3
Чеснок	1,9	1,5	2,6	1,8
Масса соуса и овощей		46		54
Масса полуфабриката		75		88
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
6,80	6,40	2,62	95,28	5,100	0,031	0,064	1,420	0,000	1,310	10,572	13,024	88,958	170,878	0,003	0,000	0,029
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
7,93	7,47	3,06	111,19	5,950	0,036	0,074	1,656	0,000	1,529	12,334	15,194	103,785	199,357	0,004	0,000	0,034

Технология приготовления. Мясо, нарезанное брусочками по 10-15 г, слегка тушат. Лук репчатый пассеруют. В бульон или воду добавляют подсушенную муку, томатное пюре, соленые и очищенные огурцы, пассерованный лук репчатый, соль и готовят соус. Соусом заливают мясо и тушат 20-30 минут до готовности. Перед окончанием тушения добавляют чеснок. Отпускают азу вместе с соусом. Температура подачи не ниже 65º С. **Требования к качеству.** *Внешний вид:* вощи с овощами уложены порционно на тарелку. *Консистенция:* мягкая. *Цвет:* коричневый. В*кус:* мяса с овощами, солоноватый. *Запах:* мяса с овощами.

Технологическая карта № _71__

Наименование изделия: Салат «Рубин» (из свеклы с изюмом и черносливом)

Номер рецептуры: 59

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Свекла				
До 1 января	39	39	58	58
С 1 января	41	41	61	61
Масса очищенной свеклы		31		46
Масса отварной очищенной свеклы		30		45
Изюм без косточки	4	4	6	6
Чернослив без косточки	4	4	6	6
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,62	3,07	7,41	60,37	1,012	0,011	0,017	1,360	0,000	0,618	16,494	23,693	20,137	141,862	0,002	0,000	0,015
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,93	4,61	11,12	90,56	1,518	0,017	0,026	2,040	0,000	0,927	24,741	35,540	30,206	212,793	0,003	0,000	0,023

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Изюм и чернослив перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Изюм заливают небольшим количеством кипящей воды, доводят до кипения, воду сливают, обсушивают. Чернослив заливают холодной водой на 10 минут, промывают в проточной воде, вынимают из воды, затем замачивают в кипяченой воде до набухания. Набухший чернослив нарезают кубиками. Смешивают со свеклой отварной и заправляют растительным маслом

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная. *Цвет:* темно-малиновый с вкраплениями чернослива и изюма.

Вкус: умеренно соленый, свеклы, чернослива и изюма в сочетании с растительным маслом.

Запах: свеклы, чернослива и изюма в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № 72
Наименование изделия: Икра кабачковая (промышленного производства)

Номер рецептуры:121

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Икра кабачковая (промышленного производства)	32	30	53	50
Выход		30		50

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,57	2,67	2,31	35,70	45,900	0,007	0,015	2,100	0,000	0,930	12,300	4,500	11,100	94,500	0,000	0,000	0,000
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,95	4,45	3,85	59,50	76,500	0,012	0,025	3,500	0,000	1,550	20,500	7,500	18,500	157,500	0,000	0,000	0,000

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру кабачковую (промышленного производства) порционируют непосредственно пред подачей.

Температура подачи не выше 15º С.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: нежная, мягкая, сочная.

Цвет: оранжево-коричневый.

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

Технологическая карта № _73__
Наименование изделия: Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры:374

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	55	47	74	63
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	64	47	69	63
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	47	47	63	63
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	52	47	86	63
Картофель				
с 01.09-31.10	106	80	142	107
с 31.10-31.12	114	80	153	107
с 31.12-28.02	123	80	165	107
с 29.02-01.09	134	80	179	107
Лук репчатый	11	9	14	12
Масло растительное	4	4	5	5
Томатная паста	0,8	0,8	1	1
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	28	22	36	29
С 1 января до 1 сентября	29	22	39	29
Масса готового тушеного мяса		30		40
Масса готовых овощей		120		160
Выход		150		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,67	8,87	14,07	174,76	267,840	0,098	0,108	7,560	0,000	1,291	23,882	25,677	111,250	498,245	0,007	0,000	0,034
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
12,	11,	18,	233,	357,1	0,1	0,1	10,0	0,0	1,7	31,8	34,2	148,3	664,3	0,0	0,0	0,0

89	83	76	01	20	31	44	80	00	21	43	36	33	27	09	00	45

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Мясо нарезают ломтиками поперек волокон. Картофель и лук кубиками, морковь шинкуют. Мясо тушат. Лук и морковь пассеруют. Овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатную пасту, соль и бульон, затем тушат до готовности.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: мяса с овощами.

Консистенция: овощей и мяса мягкая.

Цвет: мяса-серый, овощей желтый.

Вкус и запах: овощей в сочетании с мясом.

Технологическая карта № _74
Наименование изделия: Лимонный напиток

Номер рецептуры:699

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, под общ. ред. проф. В. Т. Лапшиной, «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Лимон	14	14	16	16
Сахар-песок	15	15	17	17
Вода	199	199	221	221
Выход		180		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,12	0,01	14,00	56,60	0,168	0,004	0,002	2,240	0,000	0,114	13,817	3,193	2,685	19,314	0,000	0,000	0,176
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,14	0,01	15,88	64,17	0,192	0,005	0,003	2,560	0,000	0,130	15,513	3,593	3,068	22,070	0,000	0,001	0,196

Технология приготовления

Лимоны моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками, заливают горячим сиропом, доводят до кипения и дают настояться до полного охлаждения. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют цедру, нарезанную тонкой соломкой, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. Напиток охлаждают.

Температура подачи не выше 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: желтый.

Вкус: лимонов, сладковато-кисловатый.

Запах: лимонов.

Технологическая карта № _75__

Наименование изделия: Крендель сахарный

Номер рецептуры:574

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная	28	28	34	34
Масло сливочное	7	7	8	8
Яйцо	0,075 шт.	3	0,100 шт.	4
Сахар	8	8	10	10
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Молоко	10	10	12	12
Итого сырья		59		71
Выход полуфабриката		58		70
Яйцо для смазки	0,025 шт.	1	0,030 шт.	1,2
Масло растительное	0,3	0,3	0,4	0,4
Масса готового изделия		50		60
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	Р	К	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,76	5,37	25,69	166,13	26,460	0,044	0,046	0,052	0,182	0,446	18,835	5,950	40,438	51,236	0,002	0,002	0,004
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,51	6,45	30,83	199,35	31,752	0,053	0,055	0,063	0,219	0,535	22,602	7,140	48,525	61,483	0,003	0,003	0,005

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Крендель сахарный выпекают их дрожжевого теста, приготовленного опарным способом готовое тесто разделывают в виде шариков, которые раскатывают в жгуты и формуют в виде кренделя (восьмерок). Изделия складывают на лист, смазанный маслом, и дают расстояться. После расстойки изделий смазывают яйцом и посыпают сахаром. Выпекают при температуре230-240° С в течение 10-15 минут.

Температура подачи 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма восьмерки, крендель смазан яйцом и посыпан сахаром.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: золотистый.

Вкус: свойственный данному изделию, сладкий.

Запах: свойственный данному изделию.

Технологическая карта № _76__

Наименование изделия: Винегрет овощной

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	11	11	16	16
С 1 ноября по 31 декабря	12	12	18	18
С 1 января по 28-29 февраля	13	13	19	19
С 1 марта	14	14	21	21
Масса картофеля очищенного		8,2		12,4
Масса отварного очищенного картофеля		8		12
Свекла				
До 1 января	8,9	8,9	12,8	12,8
С 1 января	9,4	9,4	13,6	13,6
Масса очищенной свеклы		7,1		10,2
Масса отварной очищенной свеклы		7		10
Морковь				
До 1 января	5	5	7,5	7,5
С 1 января	5,3	5,3	8	8
Масса очищенной моркови		4,02		6,03
Масса отварной очищенной моркови		4		6
Огурцы соленые	9	5	15	8
Зеленый горошек	12	12	17	17
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		8		11

Лук репчатый	6	5	10	8
Масло растительное	4	4	6	6
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,65	4,06	3,01	51,32	51,123	0,020	0,014	2,090	0,000	0,294	8,097	7,190	17,213	84,677	0,001	0,000	0,007
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,65	4,06	3,01	51,32	76,685	0,030	0,021	3,135	0,000	0,441	12,146	10,785	25,820	127,016	0,002	0,000	0,011

Технология приготовления

Овощи, предназначенные для приготовления винегрета варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные, соленые огурцы нарезают ломтиками. Консервированный зеленый горошек кипятят в собственном соку с момента закипания 5 минут. Отвар сливают, горошек охлаждают. Лук репчатый бланшируют и нарезают полукольцами или мелко шинкуют. Подготовленные овощи соединяют, добавляют масло растительное, перемешивают.

Чтобы свекла не окрашивала другие овощи, ее заправляют отдельно растительным маслом. А затем перемешивают с остальными овощами.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: овощей - мягкая.

Цвет: соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Вкус: овощей, входящих в блюдо в сочетании с растительным маслом, солоноватый.

Запах: овощей, входящих в блюдо в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № _77__

Наименование изделия: Каша молочная пшеничная жидкая

Номер рецептуры:270

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа пшеничная	17	17	23	23
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	113	113	150	150
Вода	17	17	22	22
Сахар	2	2	3	3
Масса каши		148		197
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход		150		200

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,97	5,42	20,66	150,00	20,316	0,084	0,154	0,588	0,060	0,906	127,329	24,111	135,921	176,515	0,009	0,014	0,035
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,62	7,23	27,55	200,00	27,088	0,112	0,205	0,784	0,080	1,208	169,772	32,148	181,228	235,353	0,012	0,019	0,047

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: пшеничной каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № _78__
Наименование изделия: Суп с лапшой, с мясом птицы

Номер рецептуры:47

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	26	23	29	25
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	27	23	31	25
Или филе куриное охлажденное	11	11	12	12
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Макаронные изделия (лапша)	14	14	15	15
Лук репчатый	7	6	8	7
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	8,8	7	10	8
С 1 января до 1 сентября	9,3	7	11	8
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Бульон или вода	155	155	172	172
Выход супа		172		191
Отварная мякоть птицы без кожи		8		9

Выход с мясом птицы		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	Р	К	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
5,67	4,57	9,89	103,35	94,380	0,037	0,039	0,564	0,023	0,544	15,470	10,144	49,464	80,068	0,001	0,000	0,171
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,30	5,08	10,99	114,83	104,867	0,041	0,043	0,627	0,026	0,604	17,189	11,271	54,960	88,964	0,001	0,000	0,190

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Варка бульона: подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2—2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные морковь, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции.

При порционировании птицы, можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спиной кости. Затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют. Отварное мясо птицы разделывают на чистую мякоть филе - без кожи и костей.

Готовое мясо покрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 ч при температуре 40-45° С.

В кипящий бульон или воду кладут макаронные изделия, затем пассерованный лук и морковь варят с момента закипания 5-8 мин, варят до готовности.

Отпускают суп с отварной птицей.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа лук, морковь и лапша сохранили форму.

Консистенция: лука и моркови - мягкая; лапша хорошо набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, пассерованных овощей, лапши.

Запах: пассерованных овощей и лапши.

Технико-технологическая карта № _79__
Наименование изделия: Салат «Овощная мозайка»

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	15	15	22	22
с 31.10-31.12	16	16	24	24
с 31.12-28.02	17	17	25	25
с 29.02-01.09	19	19	28	28
Масса очищенного картофеля		11,3		16,5
Масса отварного очищенного картофеля		11		16
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	11,3	11,3	16	16
С 1 января до 1 сентября	12,0	12,0	17	17
Масса очищенной моркови		9,05		13,1
Масса отварной очищенной моркови		9		13
Огурцы соленые	13	7	20	11
Лук репчатый	7	6	11	9
Горошек зеленый консервированный	8	8	11	11
Масса отварного зеленого горошка без жидкой части		5		7
Масло растительное	3	3	5	5
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и

протирают ветошью.
Овощи сортируют, моют.
При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.
Овощи, предназначенные для приготовления варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.
Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.
Лук репчатый бланшируют. Картофель и морковь варят в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Огурцы соленые, очищенные от кожицы, нарезают соломкой, лук репчатый мелко шинкуют. Горошек зеленый консервированный кипятят в собственном соку в отваре с момента закипания 5 минут, после чего отвар сливают, горошек охлаждают до температуры 8-10ºС. Картофель и овощи соединяют, добавляют зеленый горошек, масло растительное и перемешивают.
Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.
Реализация блюда происходит порционно.
Температура подачи 10-14º С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:
Внешний вид: салат уложен горкой.
Консистенция: овощей мягкая.
Цвет: овощей соответствующий.
Вкус: входящих ингредиентов, входящих в блюдо, солоноватый.
Запах: входящих ингредиентов, входящих в блюдо.
6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,59	3,07	3,12	42,62	110,553	0,022	0,016	2,135	0,000	0,252	7,035	7,707	17,469	89,954	0,001	0,000	0,009
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,89	4,61	4,68	63,94	165,830	0,033	0,024	3,203	0,000	0,378	10,553	11,561	26,204	134,931	0,002	0,000	0,014

Технологическая карта № _80__
Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом

Номер рецептуры:152

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Макаронные изделия	7	7	8	8
Картофель				
с 01.09-31.10	69	52	77	58
с 31.10-31.12	74	52	83	58
с 31.12-28.02	80	52	89	58
с 29.02-01.09	87	52	97	58
Морковь				
До 1 января	11	9	12,5	10
С 1 января	12	9	13,3	10
Лук репчатый	8	7	10	8

Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Бульон	130	130	144	144
Выход		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход супа с мясом говядины		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,47	2,42	13,31	88,90	113,796	0,063	0,049	4,620	0,023	0,703	17,523	16,519	50,889	290,691	0,003	0,000	0,136
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,85	2,69	14,79	98,78	126,440	0,070	0,054	5,133	0,026	0,781	19,470	18,354	56,543	322,990	0,003	0,000	0,151

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон кладут картофель, припущенные со сливочным маслом морковь, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 мин, затем добавляют макаронные изделия и варят еще 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель, макаронные изделия и овощи.

Консистенция: картофель, коренья, макаронные изделия мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей.

Запах: овощей.

Технологическая карта № _81__
Наименование изделия: Котлеты, биточки, шницели рыбные

Номер рецептуры:351

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	80	40	94	47
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	70	40	82	47
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	63	40	75	47
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	80	40	94	47
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	95	40	112	47
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	59	40	69	47
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	69	40	81	47
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	57	40	67	47
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	49	40	57	47
Филе рыбы в ассортименте 10%	44	40	52	47
Или фарш рыбный в ассортименте (заморозка) 10%	44	40	52	47
Хлеб пшеничный	11	11	13	13
Лук репчатый	6	5	7	6
Яйца	1/6 шт.	7	1/5 шт.	8
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	8	8	9	9
Масса полуфабриката		69		8
Сухари	4	4	4,5	4,5
Масло растительное	4	4	4,5	4,5
Масса готовых изделий		60		70
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Примечание: при поступлении новых видов пищевых продуктов, нормы отходов и потерь при технологической обработке определяются при помощи сборников технических нормативов или

дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
8,39	4,99	8,15	111,08	14,380	0,076	0,084	0,322	0,236	0,746	35,658	24,321	116,062	179,529	0,055	0,009	0,254
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
9,79	5,82	9,51	129,59	16,780	0,089	0,098	0,376	0,275	0,870	41,601	28,375	135,406	209,451	0,064	0,011	0,296

Технология приготовления

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45ºС и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45ºС и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45ºС до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Филе из рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом и репчатым бланшированным луком. В массу добавляют сырое яйцо, соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формуют котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, или биточки - овально-приплюснутой формы, или шницели плоскоовальной формы панируют в сухарях. Котлеты, биточки, шницели запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280˚ С в течение 20-25 мин.

При отпуске котлеты гарнируют, подливают сбоку соус.

Температура подачи ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, или биточки - овально-приплюснутой формы, или шницели плоско-овальной формы аккуратно уложены.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый.

Вкус и запах: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый.

Технологическая карта № _82__

Наименование изделия: Тефтели рыбные

Номер рецептуры: 355

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	78	39	92	46
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	68	39	81	46
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	62	39	73	46
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	78	39	92	46
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	93	39	110	46
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	57	39	68	46
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	67	39	79	46
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	56	39	66	46
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	48	39	56	46
Филе рыбы в ассортименте 10%	43	39	51	46
Или фарш рыбный в ассортименте (заморозка) 10%	43	39	51	46
Рис	3	3	4	4
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	12	12	14	14
Лук репчатый	8	7	10	8
Яйца	0,075 шт.	3	0,0875 шт.	3,5
Мука пшеничная	5	5	6	6
Масса полуфабриката		71		83
Масло растительное	3	3	4	4
Масса готовых тефтелей		60		70
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	Р	К	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
7,44	3,85	4,77	83,48	10,188	0,048	0,077	0,483	0,151	0,458	43,226	23,460	112,574	183,754	0,054	0,007	0,248
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
8,68	4,49	5,57	97,39	11,890	0,056	0,090	0,564	0,176	0,535	50,431	27,370	131,337	214,379	0,063	0,008	0,290

Технология приготовления

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Филе без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке добавляют воду, бланшированный репчатый лук, охлажденный рассыпчатый рис, добавляют яйца. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формуют шарики, панируют их в муке, добавляют воду и тушат 10-15 минут. Можно запекать в жарочном шкафу.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия хорошо сохранили форму.

Консистенция: рыхлые, мягкие, сочные.

Цвет: белый с сероватым оттенком.

Вкус: рыбы, солоноватый.

Запах: рыбный.

Технологическая карта № _83__
Наименование изделия: Суп – уха с рыбой

Номер рецептуры:159

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	88	44	88	44
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	77	44	77	44
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	70	44	70	44
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	88	44	88	44
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	105	44	105	44
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	65	44	65	44
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	76	44	76	44
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	63	44	63	44
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	54	44	54	44
Филе рыбы в ассортименте 10%	49	44	49	44
Или фарш рыбный в ассортименте (заморозка) 10%	49	44	49	44
Или консерва рыбная	37	36	37	36
Масса отварной рыбы		36		36
Крупа рисовая, или перловая, или овсяная, или пшеничная, или хлопья «Геркулес»	4,5	4,5	4,5	4,5
Бульон или вода	126	126	126	126
Картофель				
с 01.09-31.10	63	47	63	47
с 31.10-31.12	67	47	67	47
с 31.12-28.02	72	47	72	47
с 29.02-01.09	78	47	78	47

Морковь				
С 1 сентября до 1 января	8,8	7	8,8	7
С 1 января до 1 сентября	9,3	7	9,3	7
Лук репчатый	8	7	8	7
Масло растительное	1,8	1,8	1,8	1,8
Выход		180		180

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
8,35	2,02	10,96	97,22	89,250	0,097	0,081	4,400	0,088	0,852	31,003	39,825	142,105	431,899	0,069	0,008	0,439
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
8,35	2,02	10,96	97,22	89,250	0,097	0,081	4,400	0,088	0,852	31,003	39,825	142,105	431,899	0,069	0,008	0,439

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Дробленые крупы, хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Из рыбных отходов варят бульон, процеживают. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованные лук репчатый и морковь, кусочки сырой рыбы, разделанной на филе без кожи и костей, соль и варят при слабом кипении до готовности.

Рыбную консерву закладывают за 10-15 минут до готовности.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба проварена, мягкая, кусочки некрупные, не разварившаяся.

Консистенция: овощи мягкие, но не проварены, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло - оранжевый.

Вкус и запах: рыбы и овощей.

Технологическая карта № 84

Наименование изделия: Рагу из овощей с мясом

Номер рецептуры: 201,363

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	36	31	48	41
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	46	31	56	41
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	31	31	41	41
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	38	31	45	41
Говядина отварная		20		27
Картофель				
с 01.09-31.10	44	33	59	44
с 31.10-31.12	47	33	63	44
с 31.12-28.02	51	33	68	44
с 29.02-01.09	55	33	73	44
Морковь				
До 1 января	33	26	44	35
С 1 января	35	26	47	35
Лук репчатый	15	13	47	17
Капуста свежая белокочанная	60	48	80	64
Вода	69	69	92	92
Масло сливочное	3	3	4	4
Масло растительное	5	5	7	7
Выход рагу овощного		130		173
Выход рагу овощного с мясом		150		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
7,34	8,21	9,55	132,42	313,460	0,068	0,088	12,320	0,000	1,487	38,303	29,998	99,356	421,018	0,006	0,001	0,107
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
9,79	10,95	12,73	176,56	417,950	0,091	0,117	16,427	0,000	1,983	51,071	39,997	132,475	561,357	0,008	0,001	0,143

Технология приготовления

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка мяса: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Картофель нарезают дольками или кубиками и тушат. Лук репчатый и морковь слегка пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. За 15-20 минут до готовности все овощи соединяют и тушат.

Температура подачи ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: картофеля, овощей мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: овощей, входящих в блюдо.

Технологическая карта № 85

Наименование изделия: Каша перловая рассыпчатая

Номер рецептуры:248

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Крупа перловая	37	37	50	50
Вода	88	88	120	120
Масса каши		105		143
Масло сливочное	5	5	7	7
Выход с маслом		110		150

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,479	3,553	24,812	145,251	13,5	0,045	0,027	0	0,065	0,676	18,872	15,566	120,817	64,719	0	0,014	0,1
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,744	4,845	33,835	198,070	18,409	0,061	0,037	0,000	0,089	0,922	25,735	21,226	164,750	88,253	0,000	0,019	0,136

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду по рецептуре и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного и доведенного до кипения сливочного масла и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100ºС) или в жарочном шкафу при температуре 140ºС, затем взрыхляют, добавляют растопленное и доведенное до кипения сливочное масло.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: серый.

Вкус: перловой каши в сочетании с маслом сливочным.

Запах: перловой каши в сочетании с маслом сливочным.

Технико-технологическая карта № _86__
Наименование изделия: Булочка «Татарочка» с курагой

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо (изделие), применяется для приготовления и реализации в ДОУ.

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда (изделия), должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего сорта	35	35	42	42
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	0,9	0,9	1,1	1,1
Сахар-песок	4	4	5	5
Яйцо	0,100 шт.	4	0,125 шт.	5
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Масло сливочное	4	4	5	5
Яйцо (для смазки)	0,0225 шт.	0,9	0,0150 шт.	1
Курага	4	4	5	5
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	14	14	17	17
Масса полуфабриката		59		71
Масло растительное для смазки листов	0,7	0,7	0,8	0,8
Выход		50		60

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную

жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Из дрожжевого теста формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 8-10 см и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 минут. Поверхность смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240˚ С.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда (изделия) должны соответствовать ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции», иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

Реализация блюда происходит порционно.

Температура подачи 20º С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность изделия золотистого цвета, форма круглая, хорошо сохранена.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная. На разрезе в булочке вкрапления кураги.

Цвет: корочки - золотистый.

Вкус и запах: приятный, свежевыпеченного изделия.

6.2 Микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 21/2011 «Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,87	3,76	28,52	167,40	34,440	0,057	0,061	0,137	0,166	0,640	29,544	11,174	54,745	120,591	0,002	0,004	0,007
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,84	4,52	34,22	200,87	41,328	0,069	0,073	0,165	0,199	0,768	35,453	13,409	65,694	144,709	0,003	0,005	0,009

Технологическая карта № 87
Наименование изделия: Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (или черносливом)

Номер рецептуры:59,22

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Свекла				
До 1 января	43	43	64	64
С 1 января	45	45	68	68
Свекла с учетом отходов без тепловой обработки		34		51
Масса отварной очищенной свеклы		33		50
Или морковь				
До 1 января	42	42	63	63
С 1 января	44	44	67	67
Морковь с учетом отходов без тепловой обработки		33,2		50,3
Масса отварной очищенной моркови		33		50
Изюм	5	5	7	7
Или чернослив (без косточки)	5	5	7	7
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		40		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
0,59	3,05	5,72	52,65	0,590	0,010	0,014	1,360	0,000	0,550	14,590	21,390	18,390	115,720	0,020	0,000	0,016
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
0,89	4,58	8,58	78,98	0,890	0,015	0,021	4,040	0,000	0,825	21,890	32,090	27,590	173,580	0,030	0,000	0,024

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют.

Овощи, предназначенные для приготовления варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей

накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2℃.

Подготовленную свеклу (или морковь) нарезают соломкой. Изюм перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Изюм заливают небольшим количеством кипящей воды, доводят до кипения, затем воду сливают и обсушивают.

Чернослив перебирают, промывают несколько раз в тепой воде. Подготовленную свеклу нарезают соломкой. Чернослив заливают холодной водой на 10 минут, промывают в проточной воде, вынимают чернослив из воды, затем замачивают в кипяченой воде, затем нарезают мелкими кубиками.

Свеклу (или морковь) смешивают с изюмом (или черносливом) и заправляют маслом растительным.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 ℃. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 ℃. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не выше 15º С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый (или оранжевый) с вкраплениями изюма (черного или коричневого) или черного чернослива.

Вкус: свеклы (или моркови), изюма (или чернослива), в сочетании с растительным маслом.

Запах: свеклы (или моркови), изюма (или чернослива), в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № _88
Наименование изделия: Тефтели из говядины

Номер рецептуры:395

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	54	46	64	54
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	64	46	73	54
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	46	46	54	54
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	51	46	59	54
Или фарш говяжий, или фарш домашний (заморозка)	48	46	57	54
Или фарш говяжий, или фарш домашний (охлажденный)	46	46	54	54
Вода	6	6	7	7
Крупа рисовая	5	5	6	6
Масса готового рассыпчатого риса		16		19
Лук репчатый	19	16	23	19
Яйцо	0,05 шт.	2	0,063 шт.	2,5
Масло растительное	1	1	1,2	1,2
Масса пассерованного лука		7		8
Мука пшеничная	10	10	12	12
Масса полуфабриката		79		92
Масло растительное	4	4	5	5
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,84	10,38	10,94	176,53	3,120	0,042	0,070	0,640	0,044	1,383	11,168	14,590	100,737	164,307	0,004	0,002	0,038

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
11,480	12,110	12,763	205,952	3,640	0,049	0,082	0,747	0,051	1,614	13,029	17,022	117,527	191,692	0,005	0,002	0,044

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Рис перебирают и варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелкими кубиками, бланшируют, пассеруют.

Мясо измельчают на мясорубке. В измельченное мясо добавляют воду, пассеровнный лук, рассыпчатый рис, яйцо, хорошо перемешивают, разделывают тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, перекладывают в неглубокую посуду, добавляют воду и тушат 8-10 мин. Можно запекать в жарочном шкафу.

При отпуске тефтели гарнируют.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый.

Вкус и запах: тушеного мяса, умеренно соленый.

Технологическая карта № 89

Наименование изделия: Капуста тушеная

Номер рецептуры:428

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Капуста свежая	163	130	203	162
Масло сливочное	3	3	4	4
Томатная паста	3	3	4	4
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	10	8	12,5	10
С 1 января до 1 сентября	11	8	13,3	10
Лук репчатый	10	8	12	10
Мука пшеничная	1,6	1,6	2	2
Выход		120		150

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,72	2,04	8,23	62,19	111,840	0,040	0,055	24,420	0,039	0,865	60,410	23,243	46,681	372,655	0,004	0,004	0,017
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,40	2,55	10,29	77,74	139,800	0,050	0,069	30,525	0,049	1,081	75,513	29,054	58,351	465,819	0,005	0,005	0,021

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), пассерованную томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки. *Консистенция:* сочная, слабо хрустящая. *Цвет:* светло-коричневый. В*кус:* умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

Технологическая карта № _90__

Наименование изделия: «Гребешок» или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста

Номер рецептуры:558,559

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	25	25	30	30
Сахар	3	3	4	4
Масло сливочное	2,5	2,5	3	3
Яйцо	0,0625шт.	2,5	0,075 шт.	3
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Вода или молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности	11	11	13	13
Масса теста дрожжевого		45		54
Мука на подпыл	1	1	1,2	1,2
Джем (или повидло)	11,2	11	13,2	13
Масло растительное для смазки листов	0,8	0,8	0,9	0,9
Яйца для смазки	0,0200 шт.	0,75	0,0225 шт.	0,9
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
2,25	1,64	17,28	92,86	8,920	0,027	0,027	0,052	0,073	0,333	12,762	4,103	24,587	38,807	0,001	0,002	0,002
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,06	2,94	31,11	167,14	16,056	0,048	0,049	0,094	0,131	0,599	22,971	7,385	44,257	69,853	0,002	0,003	0,004

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60%), яйцо и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают и ставят в помещение с температурой 35-40° С на 2,5-3 ч для брожения.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом делят на куски массой, формуют шарики, кладут швом вниз на расстойку, затем придают форму круглой лепешки, на половину которой кладут начинку, защипывая края, по краям делают надрезы, придавая форму гребешка и ставят на расстойку. Перед выпечкой смазывают яйцом, выпекают при температуре 180-200˚ С 15-20 минут. Также изделия можно выпекать в виде ватрушки, или рогалика, или пирожка.

Температура подачи 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: соответствущая форма, с повидлом.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду повидла.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Технологическая карта № _91__
Наименование изделия: Рыба, запеченная с картофелем по-русски

Номер рецептуры:346

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений - под общ. ред проф. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	102	51	136	68
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	89	51	119	68
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	81	51	108	68
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	102	51	136	68
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	121	51	162	68
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	75	51	100	68
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	88	51	117	68
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	73	51	97	68
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	62	51	83	68
Филе рыбы в ассортименте 10%	57	51	76	68
Или фарш рыбный в ассортименте (заморозка) 10%	57	51	76	68
Картофель				
с 01.09-31.10	94	71	129	94
с 31.10-31.12	102	71	134	94
с 31.12-28.02	109	71	146	94
с 29.02-01.09	119	71	152	94
Масло сливочное	2	2	3	3
Морковь				
До 1 января	7,5	6	10	8
С 1 января	8	6	11	8
Лук репчатый	6	5	7	6
Выход		150		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Примечание: при поступлении новых видов пищевых продуктов, нормы отходов и потерь при технологической обработке определяются при помощи сборников технических нормативов или дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
23,74	5,02	11,75	187,08	90,020	0,220	0,190	6,380	8,390	1,380	42,120	61,390	279,950	741,050	0,104	0,040	0,660
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
31,65	6,69	15,67	249,44	120,030	0,293	0,253	8,510	11,190	1,840	56,160	81,853	373,267	988,067	0,139	0,053	0,880

Технология приготовления

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Порционные куски рыбы (филе из рыбы без кожи и костей), нарезанные под углом в 30°С из филе без кожи и костей, посыпают солью, укладывают на противень или сковороду, смазанную маслом сливочным, сверху укладывают ломтики отварного картофеля, морковь нарезанную соломкой и лук репчатый нашинкованный, добавляют немного воды или бульона и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-250°С в течение 30-40 мин.

Температура подачи ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: блюдо уложено на тарелочку.

Консистенция: мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус и запах: солоноватый вкус, овощей и рыбы.

Технологическая карта № _92__

Наименование изделия: Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом

Номер рецептуры:561,632

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	22	22	28	28
Сахар	1,4	1,4	1,7	1,7
Масло сливочное	3	3	3,6	3,6
Яйцо	0,075 шт.	3	0,09 шт.	3,6
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности или вода	6	6	7	7
Мука на подпыл	0,7	0,7	0,8	0,8
Фарш		21		25
Масло растительное для смазки листов	0,7	0,7	0,8	0,8
Яйцо для смазки листов	0,0250 шт.	1	0,0300 шт.	1,2
Выход		50		60

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
5,56	6,06	24,85	148,17	16,910	0,042	0,064	0,328	0,488	0,472	15,210	8,158	62,848	79,199	0,008	0,003	0,058
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
6,67	7,27	29,82	177,80	20,292	0,050	0,077	0,393	0,585	0,566	18,252	9,789	75,418	95,039	0,009	0,003	0,069

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают

муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают и ставят в помещение с температурой 35-40° С на 2,5-3 ч для брожения.

Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью, сахаром и яйцами затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло.

Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза.

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы. Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и расскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш и защипывают края, придавая форму «лодочки», «полумесяца», цилиндрическую и др.

Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200- 240° С 8-10 мин.

Температура подачи не выше 20º С –холодного пирожка, или не ниже 65 º С- горячего.

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», «полумесяца», цилиндрическая или др.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Фарш рыбный с рисом

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Консерва рыбная	14	13	16	15
Крупа рисовая	1,7	1,7	2	2
Масса рассыпчатого риса		7		8
Лук репчатый	1,8	1,5	2,1	1,8
Масса пассерованного лука		0,7		0,8
Мука пшеничная	0,17	0,17	0,2	0,2
Масло сливочное	0,7	0,7	0,8	0,8
Выход		21		25

Технология приготовления

Крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупу в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Приготовить рассыпчатый рис можно способом припускания из расчета 1 кг иса-2,1 л воды или откидным способом. Готовую консерву рыбную измельчают, соединяют с рассыпчатым рисом, бланшированным и пассерованным луком репчатым, растопленным маслом сливочным. Хорошо перемешивают, доводят до вкуса, кладут на противень слоем не более 3 см. и подвергают термической обработке в жарочном шкафу при температуре 160°С 5-7 минут. Используют для приготовления пирожков.

Технологическая карта № 93

Наименование изделия: Запеканка из творога

Номер рецептуры:319

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150º С	122	121	169	168
Крупа манная	9	9	12	12
Вода или молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности для каши	32	32	44	44
Сахар	9	9	12	12
Яйцо	0,125 шт.	5	0,175 шт.	7
Масло сливочное	4	4	6	6
Сметана	4	4	6	6
Масса готовой запеканки		130		180
Выход		130		180

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
26,44	9,81	18,41	267,75	50,885	0,057	0,321	0,431	0,217	0,673	218,057	30,540	276,276	173,568	0,014	0,034	0,044
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
36,64	13,79	25,03	371,06	71,482	0,079	0,445	0,598	0,304	0,931	302,314	42,294	382,918	240,346	0,019	0,047	0,061

Технология приготовления

Крупы просеивают.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (или молоке) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-280° С слоем 3-4 см до образования на поверхности румяной корочки. Готовность определяют по уплотнению структуры – запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20 мл. на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Технологическая карта № _94__

Наименование изделия: Яйцо отварное

Номер рецептуры:306

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Яйца (в шт.)	1шт.	40	1 шт.	40
Выход		40		40

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
4,79	4,05	0,27	56,70	62,400	0,022	0,144	0,000	0,880	0,870	19,360	4,350	66,990	46,480	0,007	0,011	0,019

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин после закипания воды. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи 10-14º С.

Требования к качеству

Внешний вид: кругло - овальной формы, без трещин на поверхности.

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: желтка - желтый, белка - белый.

Вкус: отварного свежего яйца, приятный

Запах: слабовыраженный сероводорода.

Технологическая карта № _95__

Наименование изделия: Манник со сгущенным молоком

Номер рецептуры:583

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Масло сливочное	2,5	2,5	3	3
Сахар-песок	5	5	6	6
Яйцо	0,175 шт.	7	0,200 шт.	8
Сметана	23	23	27	27
Крупа манная	32	32	38	38
Масса полуфабриката		67		80
Масло растительное для смазки листа	1	1	2	2
Выход		50		60
Молоко сгущенное*	25	25	30	30
Выход		50/25		60/30

* молоко сгущенное в перерасчете на цельное молоко в соотношении 40/100

25 г. сгущенного молока=62,5 г. цельного молока

30 г. сгущенного молока=75 г. цельного молока

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
6,32	7,72	39,81	254,19	44,186	0,056	0,151	0,287	0,215	0,538	104,241	16,073	102,996	156,720	0,005	0,003	0,021
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
7,58	9,27	47,77	305,02	53,023	0,067	0,181	0,344	0,258	0,646	125,089	19,288	123,595	188,064	0,006	0,004	0,025

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат. Сливочное масло растирают с сахаром до пышного состояния, постепенно добавляя яйцо, сметану, муку, манку, пищевую соду. Полученную массу оставляют на 2-3 часа для набухания. Затем ее выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу. Нарезают на порции и подают со сгущенным молоком. Температура подачи 20º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* форма правильная в соответствии с технологией, поверхность – смазана сгущенным молоком. *Консистенция:* мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная. *Цвет:* корочки - светло-коричневый.

Вкус и запах: приятный, свежевыпеченного изделия.

Технологическая карта № _96__
Наименование изделия: Суфле рыбное

Номер рецептуры:341

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Терпуг неразделанный (заморозка) 50%	126	63	148	74
Терпуг потрошенный с головой (заморозка) 43%	111	63	130	74
Терпуг потрошенный без головы (заморозка) 37%	100	63	117	74
Минтай неразделанный (заморозка) 50%	126	63	148	74
Минтай потрошеный с головой (заморозка) 58%	150	63	176	74
Минтай потрошенный без головы (заморозка) 32%	93	63	109	74
Горбуша, или кета, или семга неразделанная 42%	109	63	128	74
Горбуша, или кета, или семга потрошенная с головой (заморозка) 30%	90	63	106	74
Горбуша, или кета, или семга потрошенная без головы (заморозка) 18%	77	63	90	74
Филе рыбы в ассортименте 10%	70	63	82	74
Или фарш рыбный в ассортименте (заморозка) 10%	70	63	82	74
Масса отварной рыбы		52		61
Лук репчатый	6	5	7	6
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января до 1 сентября	8	6	9,3	7
Масло растительное	1,2	1,2	1,4	1,4
Масса пассерованого лука репчатого и моркови		6		7
Соус молочный		7		8
Молоко	7	7	8	8
Мука пшеничная	0,8	0,8	1	1

Масло сливочное	0,8	0,8	1	1
Яйца	0,300 шт.	12	0,350 шт.	14
Масса полуфабриката		69		81
Масло сливочное для мазки листа	1,2	1,2	1,4	1,4
Масса готового изделия		60		70
Выход		60		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
11,25	4,20	1,67	89,64	100,824	0,064	0,113	0,482	0,418	0,789	38,715	35,007	163,657	260,509	0,086	0,012	0,399
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
13,13	4,91	1,95	104,58	117,628	0,074	0,132	0,563	0,487	0,921	45,168	40,842	190,933	303,927	0,101	0,014	0,466

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Рыбу предварительно отваривают или припускают, разделывают на филе без кожи и костей нарезают на куски и два раза пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют пассерованный лук репчатый и морковь, молочный густой соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 минут при температуре 220º С.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия без трещин и пустот.

Консистенция: мягкий, рыхлый, сочный.

Цвет: на разрезе - белый с сероватым оттенком.

Вкус и запах: солоноватый, рыбы.

Технологическая карта № _97__

Наименование изделия: Песочник (печенье песочное)

Номер рецептуры:606

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная	31	31	39	39
Сахар	6	6	8	8
Масло сливочное	5	5	6	6
Яйца	0,175 шт.	7	0,225 шт.	9
Сода	0,08	0,08	0,1	0,1
Масло растительное для смазки листов	0,16	0,16	0,2	0,2
Масса полуфабриката		50		62
Выход		40		50

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
4,06	4,10	25,77	156,27	21,192	0,042	0,040	0,000	0,221	0,507	9,610	5,126	36,655	41,154	0,002	0,003	0,003
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
5,08	5,13	32,21	195,34	30,240	0,053	0,050	0,000	0,276	0,634	12,012	6,408	45,819	51,443	0,002	0,004	0,004

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10-15 минут, затем добавляют яйца, соду, тщательно перемешивают до получения однородной массы, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3-5 минут.

Тесто раскатывают и вырезают различной формы, смазывают сверху с яйцом и выпекают при температуре 220-230 º С в течение 10-15 минут.

Температура подачи 20º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: рассыпчатая.

Цвет: желтый. *Вкус:* сладкий, свежевыпеченного изделия.

Запах: свежевыпеченного изделия

Технологическая карта № _98__

Наименование изделия: Ватрушка с творогом из дрожжевого теста

Номер рецептуры:560,626,627

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	27	27	32	32
Сахар	2,5	2,5	3	3
Масло сливочное	2,5	2,5	3	3
Яйцо	0,0350 шт.	1,4	1/24 шт.	1,7
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности или вода	10	10	12	12
Тесто дрожжевое		38		46
Мука на подпыл	1,4	1,4	1,7	1,7
Фарш творожный		20		24
Творог (5%-9% м.д.ж.)	18,3	18	21,4	21
Яйца	0,0350 шт.	1,4	1/24 шт.	1,7
Сахар	2,5	2,5	3	3
Мука пшеничная	1,4	1,4	1,7	1,7
Яйцо для смазки	0,0350 шт.	1,4	1/24 шт.	1,7
Масло растительное для смазки листов	0,8	0,8	0,9	0,9
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
7,21	3,33	23,44	152,58	18,142	0,050	0,075	0,087	0,134	0,496	43,172	9,459	72,983	66,492	0,003	0,008	0,008
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
8,65	3,99	28,13	183,09	21,770	0,060	0,090	0,104	0,161	0,595	51,806	11,351	87,580	79,790	0,004	0,009	0,010

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Из теста разделывают булочки круглой формы, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой - творогом. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240° С 8-10 мин.

Для приготовления творожного фарша: творог пропускают через протирочную машинную, Затем добавляют яйца, муку, сахар и все тщательно перемешивают.

Температура подачи не выше 15º С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, в середине фарш.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный данному изделию и творогу.

Запах: свойственный данному изделию и творогу.

Технологическая карта № _99__

Наименование изделия: Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом

Номер рецептуры:139

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	13	11	14	12
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	15	11	16	12
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	11	11	12	12
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	12	11	13	12
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	2,3	1,8	2,5	2
С 1 января до 1 сентября	2,4	1,8	2,7	2
Лук репчатый	1,7	1,4	1,8	1,5
Вода	211	211	234	234
Выход бульона		168		187
Варка супа				
Картофель				
с 01.09-31.10	67	50	74	56
с 31.10-31.12	72	50	80	56
с 31.12-28.02	77	50	86	56
с 29.02-01.09	84	50	94	56
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	3,5	3,5	4	4
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	7,5	6	8,8	7
С 1 января до 1 сентября	8	6	9,3	7
Лук репчатый	4	3	5	4

Огурцы соленые	18	10	20	11
Масло сливочное	1,8	1,8	2	2
Бульон или вода	126	126	140	140
Выход		168		187
Сметана	5	5	6	6
Вход супа со сметаной		174		193
Говядина отварная		6		7
Выход супа со с сметаной/с мясом		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,14	3,19	10,70	83,95	84,510	0,057	0,051	4,448	0,027	0,668	21,480	16,640	57,245	285,943	0,003	0,001	0,131
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,49	3,54	11,89	93,28	93,990	0,063	0,057	4,942	0,030	0,742	23,867	18,489	63,606	317,714	0,003	0,001	0,146

Технология приготовления.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Дробленые крупы, хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы от кожицы и при необходимости, удаляют семена. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 минут.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, а через 5-10 мин добавляют пассерованные овощи и припущенный огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками, коренья – соломкой.

Консистенция: овощей, мяса – мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола, приятный – овощей.

Технологическая карта № _100__

Наименование изделия: Вареники ленивые с маслом сливочным

Номер рецептуры:331

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150º С	100	99	120	119
Мука пшеничная	33	33	40	40
Сахар	13	13	16	16
Яйца	0,200 шт.	8	0,250 шт.	10
Вареники ленивые (полуфабрикат)		134		162
Масса вареных вареников		145		175
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		145/5		175/5

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	Р	К	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
23,89	8,69	35,61	316,21	45,582	0,074	0,250	0,198	0,271	0,906	153,375	25,274	228,880	136,145	0,009	0,030	0,032
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
55,87	9,56	42,47	371,35	51,295	0,088	0,302	0,239	0,312	1,094	185,170	30,541	276,489	164,228	0,011	0,036	0,039

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм. И разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной и треугольной формы.

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 мин. Соотношение вареников и воды 1:5. Отпускают вареники с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству. *Внешний вид:* кусочки прямоугольной и треугольной формы.

Консистенция: однородная, мягкая, сочная. *Цвет:* белый. *Вкус:* свойственный продуктам, входящим в данное изделие. *Запах:* слабовыраженный запах творога.

Технологическая карта № _101__
Наименование изделия: Суп картофельный с мясными фрикадельками

Номер рецептуры:154,175

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Картофель				
с 01.09-31.10	82	62	92	69
с 31.10-31.12	89	62	99	69
с 31.12-28.02	89	62	106	69
с 29.02-01.09	104	62	115	69
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	7,5	6	9	7
С 1 января до 1 сентября	8	6	10	7
Лук репчатый	2,4	2	4	3
Масло сливочное	1,4	1,4	1,6	1,6
Бульон или вода	109	109	121	121
Выход		155		172
Фрикадельки мясные готовые		25		28
Фарш для фрикаделек:				
Говядина 1 категории бескостная (заморозка)	34	29	38	32
Или говядина 1 категории на костях (заморозка)	39	29	44	32
Или говядина 1 категории бескостная (охлажденная)	29	29	32	32
Или говядина 1 категории на костях (охлажденная)	32	29	35	32
Или фарш говяжий, или фарш домашний (заморозка)	31	29	34	32
Или фарш говяжий, или фарш домашний (охлажденный)	29	29	32	32
Лук репчатый	2,4	2	4	3
Вода	2,7	2,7	3	3

Яйца	1/22шт.	1,8	1/20 шт.	2
Масса полуфабриката		34		38
Выход фрикаделек		25		28
Выход супа с мясными фрикадельками		180		200

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
6,59	5,38	9,90	114,35	79,700	0,071	0,081	5,240	0,058	1,274	16,089	21,572	86,990	388,930	0,005	0,001	0,133
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
7,32	5,98	11,00	127,06	88,560	0,079	0,090	5,822	0,064	1,416	17,877	23,969	96,656	432,144	0,006	0,001	0,148

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пасссерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Для приготовления фрикаделек:

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45ºС и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45ºС и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45ºС до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Мясо при необходимости дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с бланшированным нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

Температура подачи ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей. *Запах:* мясных экстрактивных веществ, пассерованных овощей и картофеля.

Технологическая карта № 102

Наименование изделия: Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (ягодой)

Номер рецептуры:622,623,562

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	23	23	27	27
Сахар	2,5	2,5	3	3
Масло сливочное	4	4	5	5
Яйцо	0,0625 шт.	2,5	0,0750 шт.	3
Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,14	1,14	1,43	1,43
Или дрожжи хлебопекарные сухие	0,29	0,29	0,36	0,36
Молоко с м.д.ж. не менее 2,5% и не более 3,5 % жирности или вода	12	12	14	14
Мука на подпыл	0,8	0,8	0,9	0,9
Фарш		21		25
Масло растительное для смазки листов	0,8	0,8	0,9	0,9
Яйцо для смазки пирожков	0,0250 шт.	1	0,0325 шт.	1,3
Выход		50		60

Б	Ж	У	Э/ц	А	В1	В2	С	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
3,23	3,58	21,74	132,09	18,908	0,040	0,045	0,728	0,137	0,688	21,205	6,619	37,581	84,687	0,002	0,003	0,005
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
3,87	4,29	26,09	158,51	22,690	0,048	0,054	0,873	0,164	0,826	25,446	7,943	45,097	101,624	0,002	0,003	0,006

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40˚ С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40ºС на 2,5-3 часа для брожжения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ей добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожжения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы. Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и расскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш и защипывают края, придавая форму «лодочки», «полумесяца», цилиндрическую и др.

Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200- 240° С 8-10 мин.

Пирожок можно выпекать в виде открытого пирога.

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», «полумесяца», цилиндрическая или др.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Фарш из яблок (ягод)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Яблоки	24	17	28	20
Или ягода в ассортименте	18	17	21	20
Сахар	3	3	4	4
Выход		21		25

Технология приготовления

У яблок удаляют семенное гнездо и кожицу, нарезают тонкими ломтиками или кубиками 0,3*0,3 см. Ягоду перебирают, промывают. Яблоки (ягоду) пересыпают сахаром. Можно фарш готовить из яблок и ягоды (1/2).

Технологическая карта № _103__

Наименование изделия: Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)

Номер рецептуры:284

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Печень говяжья	56	47	64	54
Масса готовой печени		33		38
Картофель				
с 01.09-31.10	148	111	170	128
с 31.10-31.12	159	111	183	128
с 31.12-28.02	171	111	197	128
с 29.02-01.09	185	111	214	128
Масса отварного протертого картофеля		108		125
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	24	19	28	22
С 1 января до 1 сентября	25	19	29	22
Лук репчатый	10	8	11	9
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Масса пассерованного лука и моркови		15		17
Масло сливочное для смазки	1,5	1,5	2	2
Яйца	0,075 шт.	3	0,088 шт.	3,5
Масса полуфабриката		152		175
Масса запеченного блюда		130		150
Выход		130		150
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход с маслом		130/2		150/3

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,2	4,9	20,	162,	2155,8	0,1	0,7	14,6	0,5	3,4	21,9	35,7	179,4	660,8	0,0	0,0	0,1

2	9	26	78	40	91	57	61	82	02	10	61	55	09	08	14	19
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
10,69	5,78	23,48	188,68	2498,820	0,221	0,877	16,993	0,675	3,943	25,396	41,450	208,000	765,938	0,009	0,016	0,138

Технология приготовления

Обработку яиц рекомендуется проводить в следующем порядке:

- I – мытье в вое с температурой 40-45º С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);
- II – замачивание в воде с температурой 40-45º С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);
- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45º С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенный картофель во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Печень отваривают. Пропускают через мясорубку, добавляют пассерованные овощи.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на оген10-20 секунд. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем печень с пассерованными овощами, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивая, картофель смазывают яйцом, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 минут при температуре 250-280°С. Готовую запеканку нарезают на порции. Готовую запеканку отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Запеканку можно готовит в виде рулета или зраз.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность ровная, с легкой румяной корочкой.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: белый, фарша - серый.

Вкус: картофеля и мяса, солоноватый.

Запах: картофеля и мяса.

Технологическая карта № _104__
Наименование изделия: Гуляш (из птицы)*
Номер рецептуры:373
Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. А.Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.
*в сборнике рецептур указан гуляш из говядины, в данной рецептуре говядина заменена на птицу.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	86	75	109	95
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	91	75	115	95
Или филе куриное охлажденное	53	53	68	68
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	56	53	72	68
Масса чистого филе без кожи и костей		39		50
Масло растительное	3	3	4	4
Лук репчатый	2,9	2,4	3,6	3
Морковь				
С 1 сентября до 1 января	3	2,4	3,8	3
С 1 января до 1 сентября	3,2	2,4	4	3
Томатная паста	1,1	1,1	1,44	1,4
Мука пшеничная	2,4	2,4	3	3
Масса тушеного мяса		27,5		35
Масса соуса		27,5		35
Выход с соусом		55		70

При использовании овощей в вакууме расход сырья берут по нетто сырью в технологической карте.

Б	Ж	У	Э/ц	A	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,56	3,41	2,22	77,88	35,610	0,034	0,032	0,639	0,000	0,628	4,945	35,510	71,650	133,410	0,003	0,009	0,053
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
12,17	4,34	2,83	99,12	45,322	0,043	0,041	0,813	0,000	0,799	6,294	45,195	91,191	169,795	0,004	0,011	0,067

Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.
Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.
Цыплята-бройлеров (или голень, или бедро) разделывают на чистое филе без кожи и костей, нарезают кубиками, солят, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассерованную томатную пасту, пассерованный репчатый лук с морковью и тушат в закрытой посуде.

Затем сливают бульон. Муку пессеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55˚ С бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Требования к качеству

Внешний вид: куски равномерные, не разваренные, одинакового размера, уложенные на тарелку вместе с соусом, в котором тушились.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный мясу птицы.

Технологическая карта № _105__
Наименование изделия: Суфле из кур с рисом

Номер рецептуры:414

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)	Брутто, г (мл)	Нетто, г (мл)
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро охлажденные	106	92	148	129
Куры 1 категории потр., или цыплята-бройлеры 1 категории потр., или голень, или бедро заморозка	112	92	156	129
Или филе куриное охлажденное	48	48	142	129
Или филе куриное (заморозка) 5% отходов	51	48	71	67
Масса вареной курицы		66		92
Масса отварной мякоти птицы без кожи и костей (или куриного филе)		35		49
Крупа рисовая	4	4	5	5
Масса вязкой рисовой каши		16		22
Яйца	0,150 шт.	6	0,200 шт.	8
Масло сливочное	2	2	3	3
Масса полуфабриката		55		77
Выход		50		70
Масло сливочное	3	3	4	4
Выход с маслом сливочным		50/3		70/4

Б	Ж	У	Э/ц	А	B1	B2	C	D	Fe	Ca	Mg	P	K	J	Se	F
г	г	г	ккал	мкг	мг	мг	мг	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)																
9,32	4,31	2,83	89,25	28,810	0,023	0,092	0,000	0,302	0,475	8,092	11,143	80,624	89,771	0,001	0,010	0,005
Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)																
13,01	6,02	3,95	124,61	40,225	0,032	0,128	0,000	0,422	0,663	11,298	15,558	112,569	125,341	0,001	0,014	0,007

Технология приготовления

Тушки птицы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Тушки подготовленных кур закладывают в кипящую воду, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят до готовности при слабом кипении. Мякоть вареных кур без кожи нарезают на куски, соединяют с вязкой рисовой кашей и пропускают через мясорубку с частой решеткой. Полученную массу на противне прогревают до температуры 100º С, затем охлаждают до температуры 55º С. В массу добавляют соль, желтки яиц, половину нормы масла, хорошо перемешивают, вводят вбитые белки, выкладывают на противень, смазанный маслом слоем 2,5-3 см и запекают до готовности в жарочном шкафу в течение 15 минут при температуре 180-200º С.

Отпускают нарезая на порции с гарниром.

Температура подачи не ниже 65º С.

Требования к качеству

Внешний вид: суфле пышное, без корочки на поверхности (паровое) или негрубая корочка (зепеченное), полито маслом.

Консистенция: нежная, пористая.

Цвет: беловато-серый.

Вкус и запах: отварной птицы, вкус солоноватый.