

TK131,702	Суп куриный с клецками	200	150	2,90	2,18	3,40	2,55	15,90	11,93	7,90	5,93	106,30	79,73
TK 4/8	Плов из мяса свинины	180	200	14,80	14,80	16,48	14,83	34,56	31,10	6,96	6,26	348,80	313,92
TK 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	630	550	19,73	18,76	20,24	17,72	73,00	61,85	15,16	12,42	559,38	480,68
	Полдник												
TK 4/6	Омлет с картофелем (запеченный)	100	100	6,38	6,38	4,88	4,88	8,13	8,13	0,95	0,95	102,50	102,50
TK 38/10	Молоко кипяченое	200	150	5,80	4,35	6,40	4,80	9,40	7,05	1,40	1,05	117,00	87,75
	Итого за прием	300	250	12,18	10,73	11,28	9,68	17,53	15,18	2,35	2,00	219,50	190,25
	Итого за день	1575	1361	47,31	42,19	44,74	37,75	173,88	151,27	98,53	95,26	1303,78	1122,25

3 день

	Завтрак												
TK 6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	150	7,70	5,78	9,10	6,83	31,90	23,93	0,50	0,38	246,00	184,50
TK 2	Батон с повидлом	30/20	30/20	2,33	2,33	0,87	0,87	28,42	28,42	0,07	0,07	128,60	128,60
TK 14/10	Какао с молоком	200	170	8,80	7,48	9,00	7,65	31,20	26,52	1,50	1,28	135,00	114,75
	Итого за прием	450	370	18,83	15,59	18,97	15,35	91,52	78,87	2,07	1,73	509,60	427,85
	Обед												
TK 5/2	Свекольник со сметаной	200	150	1,70	1,28	4,40	3,30	11,70	8,78	15,00	11,25	93,00	69,75
TK 38/3	Рис, припущенный с овощами	150	130	3,75	3,25	7,13	6,18	37,73	32,70	0,45	0,39	237,75	206,05
TK 11/7	Тефтели рыбные в соусе	80	60	6,83	5,12	3,69	2,77	6,58	4,94	0,04	0,03	87,38	65,54
TK 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	680	540	14,31	11,43	15,58	12,58	78,55	65,23	15,79	11,90	522,41	428,37
	Полдник												
TK 8/12	Сдоба обыкновенная	75	60	6,63	5,30	4,88	3,90	40,50	32,40	0,13	0,10	235,00	188,00
TK 9/10	Кисель из сухофруктов	200	150	1,00	0,77	0,10	0,08	28,60	22,00	50,32	38,71	115,00	88,46
	Итого за прием	275	210	7,63	6,07	4,98	3,98	69,10	54,40	50,45	38,81	350,00	276,46
	Итого за день	1405	1120	40,77	33,09	39,52	31,91	239,17	198,50	68,30	52,43	1382,01	1132,68

4 день

	Завтрак												
TK 16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	150	6,50	4,88	6,00	4,50	31,20	23,40	0,40	0,30	208,00	156,00
	Печенье	30	30	3,75	3,75	9,75	9,75	32,63	32,63	0,28	0,28	135,00	135,00
TK 12/10	Чай с молоком	200	170	1,40	1,19	1,40	1,19	11,20	9,52	0,26	0,22	61,00	51,85
	Итого за прием	430	350	11,65	9,82	17,15	15,44	75,03	65,55	0,94	0,80	404,00	342,85
	Обед												
TK 19/2	Суп картофельный с рыбой	200	150	7,20	5,40	4,10	3,08	13,00	9,75	15,35	11,51	119,00	89,25
TK 5/9	Биточки (котлета) из мяса кур	80	60	12,20	9,15	10,40	7,80	8,60	6,45	0,30	0,23	178,00	133,50

ТК 21/4	Горошница с маслом	150	130	13,90	12,05	7,60	6,59	32,60	28,25	0,00	0,00	255,00	221,00
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	680	540	35,33	28,38	22,46	17,80	76,74	63,27	15,95	11,97	656,28	530,78
	Полдник												
ТК 23/1	Салат из моркови с изюмом	40	40	0,53	0,53	2,00	2,00	7,87	7,87	1,47	1,47	52,67	52,67
ТК 4/13	Батон с маслом и сыром	35/7/15	30/5/11	5,77	4,83	10,30	7,69	15,52	15,49	0,08	0,07	179,24	151,52
ТК 27/10	Чай с сахаром	200	150	0,10	0,08	0,00	0,00	4,90	3,68	0,00	0,00	19,00	14,25
	Итого за прием	297	236	6,40	5,44	12,30	9,69	28,29	27,04	1,55	1,54	250,91	218,44
	Итого за день	1407	1126	53,38	43,64	51,91	42,93	180,05	155,86	18,44	14,31	1311,19	1092,07

5 день

	Завтрак												
ТК 17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	150	5,00	3,75	6,50	4,88	25,60	19,20	0,50	0,38	183,00	137,25
ТК 1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,32	2,30	5,95	4,50	15,52	15,49	0,00	0,00	124,94	111,70
ТК 14/10	Какао с молоком	200	170	8,80	7,48	9,00	7,65	31,20	26,52	1,50	1,28	135,00	114,75
	Итого за прием	442	355	16,12	13,53	21,45	17,03	72,32	61,21	2,00	1,65	442,94	363,70
	Обед												
ТК 15/2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	150	5,20	3,90	12,30	9,23	14,00	10,50	7,20	5,40	192,00	144,00
ТК 109	Каша гречневая рассыпчатая	150	130	6,49	5,62	4,35	3,77	32,46	28,13	0,40	0,35	195,00	169,00
ТК 9/8	Печень по-строгановски	80	60	12,08	9,06	12,64	9,48	2,40	1,80	8,78	6,58	172,80	129,60
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
ТК 5/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	40	40	0,67	0,67	2,67	2,67	3,93	3,93	15,03	15,03	42,00	42,00
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	720	580	26,47	21,03	32,32	25,49	75,33	63,18	31,71	27,59	706,08	571,63
	Полдник												
ТК 1/4	Манник	75	60	3,80	3,04	14,40	11,52	34,40	27,52	0,12	0,10	282,53	226,02
ТК 12/10	Чай с молоком	200	150	1,40	1,05	1,40	1,05	11,20	8,40	0,26	0,20	61,00	45,75
	Итого за прием	275	210	5,20	4,09	15,80	12,57	45,60	35,92	0,38	0,30	343,53	271,77
	Итого за день	1437	1145	47,79	38,65	69,57	55,08	193,25	160,31	34,09	29,54	1492,55	1207,10

6 день

	Завтрак												
ТК 11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	150	6,50	4,88	6,60	4,95	31,20	23,40	0,40	0,30	214,00	160,50
ТК 2	Батон с повидлом	30/20	30/20	2,33	2,33	0,87	0,87	28,42	28,42	0,07	0,07	128,60	128,60
ТК 27/10	Чай с сахаром	200	170	0,10	0,09	0,00	0,00	4,90	4,17	0,00	0,00	19,00	16,15
	Итого за прием	455	370	8,93	7,29	7,47	5,82	64,52	55,99	0,47	0,37	361,60	305,25

	Обед												
ТК 9/2	Рассольник со сметаной	200	150	1,40	1,05	2,60	1,95	9,40	7,05	4,29	3,22	68,00	51,00
ТК 39	Жаркое по-домашнему	200	150	21,00	15,80	21,20	15,90	18,00	13,50	15,00	11,30	348,00	261,00
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	650	500	24,43	18,63	24,16	18,19	49,94	39,37	19,59	14,75	520,28	399,03
	Полдник												
ТК 769	Булочка домашняя	75	60	5,70	4,56	9,90	7,92	45,80	36,64	0,00	0,00	295,50	236,40
ТК 38/10	Молоко кипяченое	200	150	5,80	4,35	6,40	4,80	9,40	7,05	1,40	1,05	117,00	87,75
	Итого за прием	275	210	11,50	8,91	16,30	12,72	55,20	43,69	1,40	1,05	412,50	324,15
	Итого за день	1380	1080	44,86	34,83	47,93	36,73	169,66	139,05	21,46	16,17	1294,38	1028,43
7 день													
	Завтрак												
ТК 2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	150	7,80	5,85	8,00	6,00	30,20	22,65	0,50	0,38	233,00	174,75
ТК 1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,32	2,30	5,95	4,50	15,52	15,49	0,00	0,00	124,94	111,70
ТК 13/10	Кофейный напиток с молоком	200	170	3,00	2,55	2,90	2,47	13,40	11,39	0,52	0,44	89,00	75,65
	Итого за прием	437	357	13,12	10,70	16,85	12,97	59,12	49,53	1,02	0,82	446,94	362,10
	Обед												
ТК 30/2	Уха рыбацкая	200	150	6,80	5,10	2,10	1,58	9,80	7,35	13,75	10,31	87,00	65,25
ТК 6/9	Запеканка из мяса кур	200	180	13,84	15,57	11,84	10,66	28,48	25,63	14,40	12,96	279,20	251,28
ТК 23/1	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растительным маслом	40	40	0,47	0,47	3,27	3,27	2,33	2,33	0,95	0,95	40,67	40,67
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	690	570	23,14	22,92	17,57	15,84	63,15	54,14	29,40	24,45	511,15	444,23
	Полдник												
ТК 4/6	Омлет с сыром (запеченный)	100	100	10,90	10,90	11,80	11,80	1,55	1,55	0,15	0,15	156,00	156,00
ТК 27/10	Чай с сахаром	200	150	0,10	0,08	0,00	0,00	4,90	3,68	0,00	0,00	19,00	14,25
	Итого за прием	300	250	11,00	10,98	11,80	11,80	6,45	5,23	0,15	0,15	175,00	170,25
	Итого за день	1427	1177	47,26	44,60	46,22	40,61	128,72	108,90	30,57	25,42	1133,09	976,58
8 день													
	Завтрак												
ТК 16/4	Суп молочный с крупой	200	150	3,50	2,63	4,20	3,15	14,20	10,65	0,50	0,38	108,00	81,00
ТК 3/13	Батон с сыром	35/15	30/11	3,20	2,36	2,90	2,52	14,40	14,00	0,10	0,10	79,00	65,00
ТК 14/10	Какао с молоком	200	170	8,80	7,48	9,00	7,65	31,20	26,52	1,50	1,28	135,00	114,75
	Итого за прием	450	361	15,50	12,47	16,10	13,32	59,80	51,17	2,10	1,75	322,00	260,75
	10-00												
	Яблоко 1/2	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	4,60	4,60	47,00	47,00

	Итого за прием	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	4,60	4,60	47,00	47,00
	Обед												
ТК 18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	150	1,80	1,35	4,30	3,23	8,60	6,45	19,45	14,59	81,00	60,75
ТК 11/3	Капуста тушеная	150	130	3,53	3,06	2,85	2,47	13,58	11,77	31,28	27,11	101,25	87,75
ТК 14/8	Биточки из свинины	80	60	11,36	8,52	11,12	8,34	5,12	5,12	0,00	0,00	165,60	124,20
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	680	540	18,72	14,71	18,63	14,38	49,84	42,16	51,03	41,92	452,13	359,73
	Полдник												
ТК 20/4	Макаронные изделия отварные, запеченные с яйцом	150	130	6,30	5,46	8,60	7,45	21,30	18,46	0,10	0,09	187,50	162,50
ТК 11/10	Чай с лимоном	200	150	0,10	0,08	0,00	0,00	9,20	6,90	0,80	0,60	36,00	27,00
	Итого за прием	350	280	6,40	5,54	8,60	7,45	30,50	25,36	0,90	0,69	223,50	189,50
	Итого за день	1580	1281	41,02	33,11	43,73	35,55	149,94	128,49	58,63	48,96	1044,63	856,98
9 день													
	Завтрак												
ТК 15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	150	6	4,5	5,3	3,98	30,7	23,03	0,4	0,3	201	150,75
ТК 1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,32	2,30	5,95	4,50	15,52	15,49	0,00	0,00	124,94	111,70
ТК 12/10	Чай с молоком	200	170	1,40	1,19	1,40	1,19	11,20	9,52	0,26	0,22	61,00	51,85
	Итого за прием	442	355	9,72	7,99	12,65	9,67	57,42	48,04	0,66	0,52	386,94	314,30
	Обед												
ТК	Суп-пюре из печени	200	150	5,30	3,98	6,72	5,04	7,76	5,82	7,92	5,94	112,80	84,60
ТК 34/2	Гренки (сухарики)	20	20	1,72	1,72	0,16	0,16	10,74	10,74	0,00	0,00	52,60	52,60
ТК 3/3	Картофельное пюре	150	130	3,08	2,67	3,68	3,19	20,40	17,68	5,48	4,75	132,75	115,05
ТК 9/7	Биточки (котлеты) рыбные	70	60	7,70	6,60	1,12	0,96	4,48	3,84	0,36	0,31	58,80	50,40
ТК 7/1	Салат из белокочанной капусты с огурцом с растительным маслом	40	40	0,47	0,47	2,67	2,67	1,20	1,20	5,40	5,40	30,00	30,00
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	730	600	20,30	17,21	14,70	12,35	67,12	58,10	19,45	16,62	491,23	419,68
	Полдник												
ТК 25/12	Шаньга со сметаной	75	60	6,63	5,30	8,75	7,00	35,50	28,40	0,09	0,07	247,50	198,00
	Снежок	200	150	5,60	4,20	5,00	3,75	16,00	12,00	0,00	0,00	100,00	75,00
	Итого за прием	275	210	12,23	9,50	13,75	10,75	51,50	40,40	0,09	0,07	347,50	273,00
	Итого за день	1447	1165	42,24	34,70	41,10	32,77	176,04	146,54	20,20	17,21	1225,67	1006,98
10 день													

	Завтрак												
ТК 7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	150	5,00	3,75	7,00	5,25	31,20	23,40	0,50	0,38	210,00	157,50
	Печенье	30	30	3,75	3,75	9,75	9,75	32,63	32,63	0,28	0,28	135,00	135,00
ТК 11/10	Чай с лимоном	200	170	0,10	0,09	0,00	0,00	9,20	7,82	0,80	0,68	36,00	30,60
	Итого за прием	430	350	8,85	7,59	16,75	15,00	73,03	63,85	1,58	1,34	381,00	323,10
	Обед												
ТК 2/2	Борщ со сметаной	200	150	1,80	1,35	4,30	3,23	8,60	6,45	19,45	14,59	81,00	60,75
ТК 46/3	Макаронные изделия отварные	150	130	5,30	4,59	3,00	2,60	32,40	28,08	0,00	0,00	183,80	132,80
ТК 11/8	Гуляш из мяса свинины	80	60	11,92	8,94	12,56	9,42	3,76	2,82	0,36	0,27	176,00	132,00
ТК 6/10	Компот из сухофруктов	200	150	1,00	0,75	0,10	0,08	14,90	11,18	0,30	0,23	69,00	51,75
	Хлеб пшеничный	30	30	0,46	0,46	0,16	0,16	3,19	3,19	0,00	0,00	16,38	16,38
	Хлеб ржаной	20	20	0,57	0,57	0,10	0,10	4,45	4,45	0,00	0,00	18,90	18,90
	Итого за прием	680	540	21,05	16,66	20,22	15,59	67,30	56,17	20,11	15,09	545,08	412,58
	Полдник												
ТК 7/1	Салат из белокочанной капусты и морской капусты	40	40	0,93	0,93	3,00	3,00	5,07	5,07	24,00	24,00	50,00	50,00
ТК 2/13	Хлеб с маслом и яйцом	30/7/20	30/5/20	5,80	4,35	6,40	4,80	9,40	7,05	1,40	1,05	117,00	87,75
ТК 12/10	Чай с молоком	200	150	1,40	1,05	1,40	1,05	11,20	8,40	0,26	0,20	61,00	45,75
	Итого за прием	302	245	8,13	6,33	10,80	8,85	25,67	20,52	25,66	25,25	228,00	183,50
	Итого за день	1412	1135	38,03	30,58	47,77	39,44	166,00	140,54	47,35	41,68	1154,08	919,18
	Итого средн. значение за 10 дней	1450	1178	45,81	38,47	48,02	39,37	171,98	145,36	44,48	38,32	1260,49	1042,06

Источники рецептов, используемые при приготовлении блюд:

1. Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах. Часть III Сборник технологических карт. - Екатеринбург: ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора, ФГБОУ ВО УрГЭУ, ФБУЗ ЦГиЭ в Свердловской области, 2018.
2. Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, Екатеринбург, 2011 г., ч 1.
3. Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, Екатеринбург, 2011 г, ч. 2.
4. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления, Екатеринбург, 2015 г., часть 2.
5. Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. Коня И.Я. – М.: АРКТИ-МИПКРО, 2003.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 324087357327968961775297076797709129534246061652

Владелец Агнасилова Елена Юрьевна

Действителен с 01.10.2024 по 01.10.2025