

	Сок	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Итого за прием	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Обед												
TK №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
TK №5/9	Биточки (котлета) из мяса кур	80	70	14,30	12,51	11,70	10,24	11,90	10,41	0,30	0,26	211,00	184,63
TK №46/3	Макаронные изделия отварные	150	130	5,33	4,62	5,33	4,62	32,40	28,08	0,00	0,00	183,75	159,25
TK №15	Икра свекольная	40	40	0,90	0,90	2,70	2,70	4,10	4,10	1,67	1,67	44,00	44,00
	Соус красный	30	20	0,60	0,40	1,25	0,83	2,37	1,58	0,08	0,05	24,30	16,20
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
	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	750	610	29,45	24,93	23,33	20,22	86,51	72,89	16,00	12,45	657,33	558,61
	Полдник												
TK №31/1	Салат из отварного картофеля с соевым огурцом и растительным маслом	40	40	0,60	0,60	2,73	2,73	3,87	3,87	1,93	1,93	42,67	42,67
TK №1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,70	2,70	6,80	5,10	17,10	5,10	0,00	0,00	132,20	117,20
TK №10/10	Чай с сахаром	200	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,10	6,83	0,00	0,00	35,00	26,25
	Итого за прием	277	225	3,30	3,30	9,53	7,83	30,07	15,79	1,93	1,93	209,87	186,12
	Итого за день	1657	1335	45,75	39,76	45,38	38,75	191,33	155,13	98,87	95,11	1342,20	1164,72

5 день

	Завтрак												
TK №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
TK №1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,70	2,70	6,80	5,10	17,10	5,10	0,00	0,00	132,20	117,20
TK №13/10	Кофейный напиток с молоком	200	150	3,00	2,25	2,90	2,18	13,40	10,05	0,52	0,39	89,00	66,75
	Итого за прием	437	335	13,50	10,80	17,70	13,28	60,70	37,80	1,02	0,77	454,20	358,70
	10-00												
	Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Итого за прием	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Обед												
TK №18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	150	1,70	1,28	1,10	0,83	11,40	8,55	13,16	9,87	63,00	47,25
TK №02	Картофель запеченный	150	150	2,11	2,11	9,13	9,13	0,06	0,06	9,51	9,51	123,60	123,60
TK №5/9	Кура отварная порционно	70	50	16,52	11,80	15,68	11,20	0,00	0,00	0,78	0,56	207,20	148,00
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
TK №23/1	Салат из отварной свеклы с соевым 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
	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	710	590	22,33	17,06	29,44	24,68	39,73	32,31	24,61	21,04	541,75	448,80
	Полдник												
K №687/72	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из свежей капусты	75	60	3,80	3,04	7,25	5,80	33,00	26,40	6,39	5,11	267,00	213,60
TK №11/10	Чай с лимоном	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	8,65	6,85	44,20	34,80	6,65	5,31	328,00	259,35
	Итого за день	1522	1235	41,29	32,21	55,96	44,98	158,44	118,72	42,27	37,12	1375,95	1118,85

6 день

	Завтрак												
TK №43-2/3	Макаронные изделия с сыром	160	130	7,80	6,34	6,10	4,96	32,40	26,33	0,03	0,02	219,00	177,94
TK №1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,70	2,70	6,80	5,10	17,10	5,10	0,00	0,00	132,20	117,20
TK №10/10	Чай с сахаром	200	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,10	6,83	0,00	0,00	35,00	26,25
	Итого за прием	397	315	10,50	9,04	12,90	10,06	58,60	38,25	0,03	0,02	386,20	321,39
	10-00												
	Сок	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Итого за прием	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Обед												
TK №11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	150	1,80	1,35	4,50	3,38	12,50	9,38	14,37	10,78	99,00	74,25
TK №21/4	Гороховица с маслом	150	130	13,90	12,05	7,60	6,59	32,60	28,25	0,00	0,00	255,00	221,00
TK №14/8	Биточки (котлета) из свинины паровые	70	60	9,94	8,52	9,73	8,34	4,48	3,84	0,00	0,00	144,90	124,20
TK №523	Огурец соленый	20	20	0,16	0,16	0,02	0,02	0,32	0,32	1,00	1,00	2,67	2,67
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
	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	690	560	27,33	23,48	22,11	18,58	75,84	63,15	15,57	11,93	608,85	511,40
	Полдник												
TK №03	Ватрушка с картофелем	75	50	3,70	2,47	4,00	2,67	26,20	17,47	0,00	0,00	150,80	100,53
TK №645	Йогурт	200	150	6,00	4,50	0,10	0,08	8,00	6,00	1,40	1,05	57,00	42,75
	Итого за прием	275	200	9,70	6,97	4,10	2,74	34,20	23,47	1,40	1,05	207,80	143,28
	Итого за день	1562	1275	48,93	40,89	39,11	31,38	194,77	151,00	97,00	93,00	1322,85	1096,07

7 день

	Завтрак												
TK №17/4	Каша молочная ассорти (греча,рис) с маслом сливочным	200	150	5,10	3,83	5,90	4,43	24,70	18,53	0,53	0,40	172,00	129,00
	Печенье	30	30	5,70	5,70	5,22	5,22	15,42	15,42	0,10	0,10	135,00	135,00
TK №14/10	Какао с молоком	200	150	3,90	2,93	3,50	2,63	22,90	17,18	0,52	0,39	135,00	101,25
	Итого за прием	430	330	14,70	12,45	14,62	12,27	63,02	51,12	1,15	0,89	442,00	365,25
	10-00												
	Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Итого за прием	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Обед												
TK №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
TK №114	Каша гречневая рассыпчатая	150	130	6,49	4,35	4,00	3,47	32,46	28,13	0,40	0,35	195,00	169,00
TK №9/8	Печень по-строгановски	80	50	12,08	8,63	12,64	9,03	2,40	1,71	8,78	6,27	172,80	123,43
TK №523	Овощи отварные порционно	40	40	0,72	0,72	0,00	0,00	4,24	4,24	3,60	3,60	19,60	19,60
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
	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	570	22,62	16,45	21,20	15,98	73,64	61,90	32,43	24,95	575,68	462,06
	Полдник												
TK №19/1	Салат из морской капусты с морковью и растительным маслом	40	40	0,87	0,87	4,40	4,40	1,13	1,13	0,61	0,61	47,33	47,33
TK №4/13	Батон с маслом и сыром	30/7/15	30/5/11	6,30	5,30	11,40	8,50	14,10	14,10	0,00	0,00	187,70	157,90
TK №10/10	Чай с сахаром	200	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,10	6,83	0,00	0,00	35,00	26,25
	Итого за прием	292	236	7,17	6,17	15,80	12,90	24,33	22,06	0,61	0,61	270,03	231,48
	Итого за день	1542	1236	44,75	35,33	51,79	41,32	174,80	148,89	44,19	36,45	1339,71	1110,79
	8 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
TK №3/13	Батон с сыром	30/15	30/11	3,20	2,36	2,90	2,52	14,40	14,00	0,10	0,10	79,00	65,00
TK №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	445	341	11,10	8,29	10,30	8,07	56,80	45,80	0,76	0,60	348,00	266,75
	10-00												
	Сок	200	200	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	4,60	4,60	47,00	47,00
	Итого за прием	200	200	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	4,60	4,60	47,00	47,00
	Обед												
TK №19/2	Суп картофельный с рыбой	200	150	1,80	1,35	4,30	3,23	8,60	6,45	19,45	14,59	81,00	60,75
TK № 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
TK №29/8	Рулет из мяса говядины с яйцом	70	60	10,50	9,00	12,51	10,73	3,41	2,93	0,00	0,00	168,00	144,00
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
	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	670	540	17,36	14,81	19,92	16,68	51,53	42,51	50,93	41,84	457,53	381,78
	Полдник												
TK №20/4	Макароны, запеченные с яйцом	130	120	5,46	5,04	7,45	6,88	18,46	17,04	0,09	0,08	162,50	150,00
TK №1/3	Напиток из сока плодового/годного	200	150	1,70	1,28	3,46	2,60	10,43	7,82	0,50	0,38	79,09	59,32
	Итого за прием	330	270	7,16	6,32	10,91	9,48	28,89	24,86	0,59	0,46	241,59	209,32
	Итого за день	1645	1351	36,02	29,81	41,54	34,63	147,02	122,97	56,87	47,49	1094,12	904,85
	9 день												
	Завтрак												
TK №4/6	Омлет с сыром	100	100	10,9	10,9	11,8	11,8	1,55	1,55	0,15	0,15	156	156
TK №1/13	Батон с маслом	30/7	30/5	2,70	2,70	6,80	5,10	17,10	5,10	0,00	0,00	132,20	117,20
TK №13/10	Кофейный напиток с молоком	200	150	3,00	2,25	2,90	2,18	13,40	10,05	0,52	0,39	89,00	66,75
	Итого за прием	342	285	16,60	15,85	21,50	19,08	32,05	16,70	0,67	0,54	377,20	339,95
	10-00												
	Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Итого за прием	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,81	13,81	10,00	10,00	52,00	52,00
	Обед												
TK №6/2	Ши из свежей капусты со сметаной	200	150	1,60	1,20	2,60	1,95	6,60	4,95	11,15	8,36	56,00	42,00
TK № 3/3	Картофельное пюре	150	130	3,10	2,69	4,20	3,64	20,60	17,85	10,74	9,31	135,00	117,00
TK №2/7	Рыба отварная под маринадом	100	100	8,78	8,78	6,89	6,89	5,78	5,78	3,16	3,16	119,44	119,44
TK №638	Компот из изюма	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	27,10	20,33	0,00	0,00	110,00	82,50
	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	700	580	14,91	13,99	13,95	12,74	67,72	56,55	25,05	20,83	455,72	396,22
	Полдник												
	Сдоба обыкновенная	75	60	6,63	5,30	8,75	7,00	35,50	28,40	0,09	0,07	247,50	198,00
TK №38/10	Молоко кипяченое	200	150	5,60	4,20	6,40	4,80	9,40	7,05	1,40	1,05	117,00	87,75
	Итого за прием	275	210	12,23	9,50	15,15	11,80	44,90	35,45	1,49	1,12	364,50	285,75
	Итого за день	1417	1175	43,99	39,60	50,77	43,78	158,48	122,51	37,21	32,49	1249,42	1073,92
	10 день												
	Завтрак												
TK №11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	150	6,50	4,88	6,00	4,50	31,20	23,40	0,40	0,30	206,00	154,50
	Батон со сгущенным молоком	30/10	30/10	3,75	3,75	9,75	9,75	32,63	32,63	0,28	0,28	135,00	135,00
TK №14/10	Какао с молоком	200	150	3,90	2,93	3,50	2,63	22,90	17,18	0,52	0,39	135,00	101,25
	Итого за прием	440	340	14,15	11,55	19,25	16,88	86,73	73,20	1,20	0,97	476,00	390,75
	10-00												
	Сок	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Итого за прием	200	200	1,40	1,40	0,00	0,00	26,13	26,13	80,00	80,00	120,00	120,00
	Обед												
TK №15/2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	150	6,63	4,97	8,40	6,30	9,70	7,28	9,90	7,43	141,00	105,75
TK №18/3	Рагу овощное	150	130	2,30	1,99	3,70	3,21	13,50	11,70	11,69	10,13	97,00	84,07
TK №522	Суфле из кур	80	75	18,96	17,78	22,00	20,63	2,96	2,78	1,84	1,73	285,60	267,75
TK №6/10	Компот из сухофруктов	200	150	0,50	0,38	0,00	0,00	18,30	13,73	0,20	0,15	72,00	54,00
	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	680	555	29,42	26,15	34,36	30,39	52,10	43,12	23,63	19,43	630,88	546,85
	Полдник												
TK №794	Кекс "Творожный"	80	75	6,56	6,15	14,72	13,80	41,12	38,55	0,00	0,00	320,00	300,00
TK №11/10	Чай с лимоном	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	280	225	7,96	7,20	16,12	14,85	52,32	46,95	0,26	0,20	381,00	345,75
	Итого за день	1600	1320	52,93	46,30	69,73	62,12	217,28	189,40	105,09	100,60	1607,88	1403,35
	Итого средн. значение за 10 дней	1566	1275	44,31	37,46	48,68	40,67	178,74	146,56	64,53	59,28	1323,50	1114,24

Источники рецептур, используемые при приготовлении блюд:

- ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора, ФГБОУ ВО УрГЭУ, ФБУЗ ЦГиЭ в Свердловской области, 2018.
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, Екатеринбург, 2011 г., ч. 1.
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, Екатеринбург, 2011 г., ч. 2.
- Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления, Екатеринбург, 2015 г., часть 2.
- 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 150298975570620647249455858086929290246937076189

Владелец Агнасилова Елена Юрьевна

Действителен с 13.11.2025 по 13.11.2026