

Утверждаю: _____

Основное (организованное) десятидневное меню пятиразового питания завтрак,

второй завтрак обед, уплотненный полдник, ужин)

для учащихся дошкольных образовательных организаций

Иркутского районного муниципального образования в возрасте от 1 до 3 лет для пищеблоков работающих на

полуфабрикатах с режимом работы 12 ч.

(сезон весна-лето).

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет)
Новосибирск 2021 год.**

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь - 2001 г.

Основное (организованное) десятидневное меню для дошкольных образовательных учреждений
образовательных организаций Иркутского районного муниципального образования
(дошкольные учреждения с длительностью пребывания 12 часов) Возраст 1-3 лет
Для пищеблоков дошкольного типа сезон весна-лето (с 1марта по 31 августа)

День 1

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
С6. Пермь 2021 № 54-2-к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная	1/130	135,85	2,59	1,57	27,84
С6. Пермь 2001 №248	какао с молоком	1/170	76,88	3,20	3,34	8,50
С6. Новосибирск 2021 № 54-60-2020	яйно варёное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
С6. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
С6. Новосибирск 2021 №54-13з2020	салат из свежлы отварной	1/30	22,50	0,40	1,30	2,30
С6. Новосибирск 2021 № 54-3с-2020	Рассольник ленинградский	1/180	113,08	4,27	5,22	12,26
С6. Новосибирск 2021	Капуста тушеная	1/120	90,30	3,00	3,50	11,70
ПФ	котлеты из говядины	1/60	158,10	6,00	10,50	9,90
ПВ	сок фруктовый в асорпименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УГЛОТЕННЫМ						
С6. Новосибирск 2021 № 54-6т-2020	Сырники	1/150	213,96	10,90	14,00	11,09
С6. Новосибирск 2021 54-20хн	Кисель из апельсина	1/150	45,30	0,30	0,10	10,80
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрукт свежий (яблоко)	1/95	42,18	0,38	0,38	9,31
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
ПВ	булочка в асорпименте	1/30	197,12	7,90	7,60	24,28
С6. Новосибирск 2021 № 54-2гн 2020	Чай с сахаром	1/180	17,64	0,09	0,00	4,32
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1571,33	54,38	59,57	204,42

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1.3л	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-10-2020	омлет натуральный	1/150	94,25	2,75	7,85	3,15
Сб. Новосибирск 2021 №54-23 гн-	кофейный напиток	1/170	73,53	3,23	2,47	9,61
Сб. Новосибирск 2021 №54-13-2020	сыр твердых сортов в нарезке	1/10	36,20	2,30	3,00	0,00
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-163-2020	венегрет с растительным маслом	1/30	33,00	0,40	2,60	2,00
Сб. Сб. пермь 2001 № 39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150/25	92,69	1,79	4,55	11,15
ПФ. Пермь 2001 № 217	котлета рыбная ПФ из белой рыбы под молочным соусом	1/60/40	61,45	3,50	1,05	9,50
Сб. Новосибирск 2021	макаронны отварные	1/110	172,81	4,73	4,29	28,82
Сб. Новосибирск 2021	Компот из смеси сухофруктов	1/150	61,20	0,40	0,00	14,90
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УЛЮТНЕННЫЙ						
ПОЛДНИК УЛЮТНЕННЫЙ						
ПВ	Пельмени ПФ с маслом сливочным	1/120	82,40	4,10	3,60	8,40
ПВ	сок фруктовый в асортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	Фрукт свежий (апельсин)	1/95	35,91	0,86	0,19	7,70
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
ПВ	печенье сахарное в асортименте	1/30	184,32	7,30	7,80	21,23
Сб. Новосибирск 2021 № 54-Г/ХН-2020	компот из смородины	1/170	30,49	0,23	0,11	7,14
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1360,26	42,13	45,57	195,41

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход 1-3л.	Энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 24-9к-2020	каша вязкая молочная овсянная	1/130	201,40	2,30	5,40	35,90
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3з-2020	чай без сахара	1/180	1,08	0,18	0,00	0,09
ПВ	икра кабачковая	1/30	27,45	0,39	1,89	2,22
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2з-2020	отурел в нарезке	1/30	24,80	0,20	0,80	4,20
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/180	99,20	4,23	5,09	9,11
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6г-2020	рис отварной	1/110	149,42	2,75	3,48	26,77
ПВ	биточки из говядины ПФ	1/60	158,10	6,00	10,50	9,90
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УПОТРЕБЛЯЕМЫЙ						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-12м 2020	плов с курицей	1/130	128,04	5,40	4,16	17,25
Сб. Новосибирск 2021 № 52-хп-2020	Компот из кураги	1/150	50,00	0,70	0,00	11,80
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрукт свежий (банан)	1/95	89,78	1,43	0,48	19,95
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
Сб. Пермь 2001 №255	молоко кипяченое	1/180	105,57	5,03	5,74	8,44
ПВ	печенье овсяное	1/30	205,64	7,21	8,80	24,40
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1642,49	46,37	54,40	241,85

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (Выход) 1-3л.	энергетическая я ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-15к-2020	каша дружба	1/130	152,51	3,25	2,79	28,60
сб. Пермь 2001 №248	какао с молоком	1/170	76,88	3,20	3,34	8,50
Сб.Новосибирск 2021 № 54-60-2020	яйцо варёное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13з-20	икра свекольная	1/30	35,30	0,70	2,10	3,40
Сб. Новосибирск 2021 №54-8с-2020	суп картофельный с горохом	1/180	84,38	1,01	3,50	12,21
ПФ. Сб. Пермь 2001 № 226	котлета рыбная ПФ(красная рыба) под сметаной	1/60/15	58,48	3,45	0,62	9,78
сб. Пермь 2001 №237	компот из апельсиню с яблоками	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПВ	хлеб ржаной	1/150	83,56	0,36	0,19	20,11
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УЧЮПЕННЫИ						
Сб. Новосибирск 2021 №54-17м-2020	запеканка картофельная с говядиной	1/120	164,2	4,1	13,8	5,9
Сб. Новосибирск 2021 №54-9хн-2020	компот из облепихи	1/150	29,5	0,2	0,7	5,6
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,7	0,66	8,5
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,4	1,82	9,66
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
ПВ	булочка в ассортименте	1/50	208,30	3,66	7,86	30,74
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21хн-2020	кисель из брусники	1/150	46,10	0,10	0,10	11,20
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1332,68	34,63	46,90	41,94
						193,01

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	Энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 № 91	каша молочная пшеничная жидкая	1/130	128,67	2,66	2,79	23,23
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4тн-2020 (вариант 2)	чай с лимоном и сахаром	1/180	25,20	0,27	0,00	6,03
Сб. Новосибирск 2021 №54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	1/15	54,30	3,45	4,50	0,00
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
Сб. Новосибирск 2021 № 53-193-2020	масло сливочное	1/5	32,80	0,05	3,60	0,05
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 №54-13з-2020	салат из свежлы отварной	1/30	22,50	0,40	1,30	2,30
Сб. Пермь 2001 № 38	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/180	17,87	0,41	0,41	3,13
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1г-2020	картофельное пюре	1/120	127,31	2,97	4,80	18,06
Сб. Новосибирск 2021 № 54-25м-2020	курица отварная	1/60	47,40	8,00	1,40	0,70
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УЧЛОТГЕННЫИ						
Сб. Пермь 2021 № 54-7т-2020	творожно-пшеница запеканка	1/150	145,25	11,25	5,25	13,25
Сб. Пермь 2001 № 240	компот из свежих плодов (яблоки)	1/150	45,45	0,12	0,00	11,24
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрукт свежий (груша)	1/95	43,23	0,38	0,29	9,79
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
ПВ	вафли	1/30	182,50	7,50	8,90	18,10
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6хн-2020	компот из вишни	1/170	36,83	0,23	0,11	8,73
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1311,33	48,23	9,01	26,83
					41,41	186,43

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-10-2020	омлет натуральный	1/150	94,25	2,75	7,85	3,15
Сб. Новосибирск 2021 № 54-23 гн-2020	кофейный напиток	1/170	73,53	3,23	2,47	9,61
ПВ	икра кабачковая	1/30	27,45	0,39	1,89	2,22
ПВ	багон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №231	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-203-2020	горошек зеленый	1/130	11,70	0,90	0,10	1,80
Сб. Пермь 2001 № 39	суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150/25	92,69	1,79	4,55	11,15
Сб. Новосибирск 2021 № 54-9г-2020	рагу из овощей	1/150	105,50	2,20	5,90	10,90
ПФ	Котлеты ПФ рыбные (белая рыба) с маслом сливочным	1/60	96,61	4,19	1,65	16,25
Сб. Новосибирск 2021 № 54-23хн-2020	Кисель из смородины	1/150	38,50	0,20	0,10	9,20
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК						
ПФ	Вареники с картофелем с маслом сливочным	1/120	77,90	3,20	2,30	11,10
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	1/150	61,20	0,40	0,00	14,90
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрукт свежий (яблоко)	1/95	42,18	0,38	0,38	9,31
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
Сб. Пермь 2001 №235	молоко кипяченое	1/180	105,57	5,03	5,74	8,44
Сб. Пермь 2001 №265	Винегр с маслом сливочным	1/30	98,61	0,24	0,21	23,94
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1262,76	34,70	41,05	188,63

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	Энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-18к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	1/130	84,51	2,19	1,93	21,95
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	1/180	33,48	0,99	0,72	5,76
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21з-2020	кукуруза сахарная	1/30	15,70	0,60	0,10	3,10
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Пермь 2001 № 23	салат карпфельный с зеленым горошком	1/30	6,50	0,30	0,10	1,10
Сб. Новосибирск 2021 № 54-18с-2020	Свекольник	1/180	79,52	1,62	3,85	9,59
Сб. Новосибирск 2021 № 54-12г-2020	котлеты капустные	1/120	130,20	0,90	5,00	20,40
ПВ	Шницель из говядины ПФ	1/60	158,10	6,00	10,50	9,90
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УПОТРЕБЛЕННЫ						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-12м-2020	плов с курицей	1/130	128,03	5,40	4,16	17,25
Сб. Новосибирск 2021 № 54-20кн-2020	кисель из вишни	1/150	39,20	0,10	0,00	9,70
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	Фрук свежий (апельсин)	1/95	35,91	0,86	0,19	7,70
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
ПВ	булочка в ассортименте	1/50	188,02	3,46	6,69	28,50
Сб. Новосибирск 2021	компот из кураги	1/150	50,00	0,70	0,00	11,80
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1380,61	33,66	41,30	218,57

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	Энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №99	каша ячневая молочная вязкая	1/150	181,75	2,31	4,23	33,61
Сб. Новосибирск 2021 № 54-33-2020	чай без сахара	1/180	1,08	0,18	0,00	0,09
Сб. Новосибирск 2021 №54-13-2020	сыр твердых сортов в нарезке	1/15	54,30	3,45	4,50	0,00
ПВ	батон пшеничный в/с	1/25	65,25	1,88	0,75	12,75
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-133-2020	икра свекольная	1/30	35,30	0,70	2,10	3,40
Сб. Новосибирск 2021 № 54-106-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	1/150	86,66	3,84	4,34	8,07
ПФ, Сб. Пермь 2001 №226	котлеты рыбные ПФ (красная рыба) под сметан	1/60/40	58,48	3,45	0,62	9,78
Сб. Новосибирск 2021 №54-107-2020	Картофель отварной в молоке	1/120	140,10	3,60	4,50	21,30
Сб. Пермь 2001 №237	Компот из апельсинов с яблоками	1/150	83,56	0,36	0,19	20,11
ПВ	Хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	Хлеб пшеничный 1с	1/15	45,47	1,05	1,37	7,25
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Сб. Новосибирск 2021 №54-17м-2020	запеканка картофельная с говядиной	1/120	164,20	4,10	13,80	5,90
Сб. Новосибирск 2021 №54-7хн-2020	компот из смородины	1/150	26,90	0,20	0,10	6,30
ПВ	Хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	Хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	Фрукт свежий (банан)		89,78	1,43	0,48	19,95
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
Сб. Новосибирск 54-1хн-2020	кекс с изюмом	1/50	111,66	1,68	1,50	22,86
	компот из брусники	1/150	24,90	0,10	0,10	5,90
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1393,62	35,22	44,05	214,07

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 54-19к-2020	Сулл молочный макаронными изделиями	1/130	114,31	2,58	1,95	21,61
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4тн-2020	чай с лимоном и сахаром	1/180	25,20	0,27	0,00	6,03
ПВ	Икра кабачковая	1/30	27,45	0,39	1,89	2,22
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №231	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 №54-13-2020	салат из свежеслы отварной	1/30	22,50	0,40	1,30	2,30
Сб. Пермь 2001 № 56	Пиц из свежей капусты с картошкой	1/180	77,63	1,50	4,55	7,66
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2г-2020	макаронны отварные с овощами	1/110	132,09	3,48	4,49	19,43
ПФ	тефтели из говядины паровые ПФ	1/60	111,10	7,40	7,10	4,40
ПВ	сок фруктовый в асорпименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК УГЛОТЕННИВЫ						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6г-2020	Сырники	1/150	213,96	10,90	14,00	11,09
Сб. Пермь 2001 № 240	компот из свежих плодов (яблоки)	1/150	60,60	0,16	0,00	14,99
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрук свежий (мандарин)	1/95	33,25	0,76	0,19	7,13
ИТОГО ПОЛДНИК						
УЖИН						
Сб. Пермь 2001 №235	молоко киплячѐное	1/180	105,57	5,03	5,74	8,44
ПВ	баранка	1/30	100,62	2,70	0,78	20,70
ИТОГО УЖИН						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1426,31	46,13	50,06	197,82

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	Энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21к-2020	каша жидкая молочная рисовая	1/130	137,66	2,33	1,58	28,53
Сб. Новосибирск 2021 № 54-23гн-2020	кофейный напиток с молоком	1/150	63,04	2,45	2,03	8,75
Сб. Новосибирск 2021 № 54-60-2020	яйцо варёное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
ПВ	батон пшеничный в/с	1/20	52,20	1,50	0,60	10,20
ИТОГО ЗАВТРАК			309,30	11,08	8,21	47,78
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/150	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			379,45	13,18	10,56	57,93
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-20з-2020	горошек зелёный	1/30	11,70	0,90	0,10	1,80
Сб. Пермь 2001 № 39	суп картофельный с мясьями фрикадельками	1/150/25	92,69	1,79	4,55	11,15
ПФ, Сб. Пермь 2001 №217	котлеты рыбные из белой рыбы ПГР под молочным соусом	1/60/40	61,45	3,50	1,05	9,50
Сб. Новосибирск 2021 №54-8г-2020	Капуста тушеная	1/120	90,30	3,00	3,50	11,70
Сб. Новосибирск 2021	Компот из смеси сухофруктов	1/150	76,50	0,50	0,00	18,63
ПВ	Хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	Хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ИТОГО ОБЕД			440,00	12,79	11,68	70,93
ПОЛДНИК УЧЕБНО-ПЕЧАТНИКИ						
ПОЛДНИК						
ПВ	Пельмени ПФ с маслом сливочным	1/120	82,40	4,10	3,60	8,40
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	Хлеб ржаной	1/20	46,74	1,70	0,66	8,50
ПВ	Хлеб пшеничный 1с	1/20	60,62	1,40	1,82	9,66
ПВ	фрукт свежий (груша)	1/95	43,23	0,38	0,29	9,79
ИТОГО ПОЛДНИК			297,94	8,33	6,52	51,50
УЖИН						
ПВ	булочка в ассортименте	1/50	37,63	0,81	0,55	7,37
Сб. Новосибирск 2021 № 54-24хн-2020	кисель из облепихи	1/150	44,50	0,20	0,90	8,90
ИТОГО УЖИН			82,13	1,01	1,45	16,27
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1199,51	35,32	30,20	196,62
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:			13882,11	410,77	455,71	2034,42

распределение калорийности 1-3 лет		Ккал/сут	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
норма	завтрак 20%	280,6	8,40	9,40	40,60
		факт	8,4	9,4	40,6
норма	2 завтрак 5%	70,15	2,10	2,35	10,15
		факт	2,1	2,35	10,15
норма	обед 35%	491,05	14,70	16,45	71,05
		факт	14,70	16,45	71,42
норма	полдник углеводный 25%	350,75	10,50	11,75	50,75
		факт	10,50	11,75	50,75
норма	ужин 15%	210,45	6,30	7,05	30,45
		факт	6,30	7,05	30,45
Итого за 10 дней норма		1403	42,00	47,00	203,00
Итого за 10 дней факт		1403	42	47	203

Взвешивание

Наименование продуктов	нормы, нетто-1-3 12 ч, (г)	факт, нетто (г)	отклонение от нормы +/- (г)
молоко, кисломолочные продукты	390	351,6957491	38,30425087
творог	30	31	-1
сметана	9	8,7792	0,2208
сыр	4	4,00	-0,00192
мясо	50	54,89	-4,89
птица	20	20,04114	-0,04114
субпродукты	20	0	20
рыба	32	30	2
яйцо гр	40	37,95744444	2,042555556
картофель	120	98,65862857	21,34137143
овощи	180	142,7796333	37,22036667
фрукты свежие	95	95	0
сухофрукты	9	9,069825	-0,069825
сок	100	105	-5
витаминизированные напитки	0	0	0
хлеб ржаной	40	40	0
хлеб пшеничный	60	60	0
крупы, бобовые	30	30,03914228	-0,039142276
макаронные изделия	8	8,367	-0,367
мука пшеничная	25	26,29377778	-1,293777778
масло сливочное	18	18,12193825	-0,12193825
масло растительное	9	3,541	5,459
кондитерские изделия	12	12	0
чай	0,5	0,486	0,014
какао-порошок	0,5	0,51	-0,01
кофейный напиток	1	1,01	-0,01
сахар	25	25,84718428	-0,847184282
дрожжи	0,4	0,150833333	0,249166667
крахмал	2	2,25	-0,25
соль	3	1,653247619	1,346752381

без учёта фруктов в напитках*

без учёта хлеба в котлетах

с учётом муки в варениках и пельменях

Корректировка проводится при приготовлении блюд

без учёта соли по сборнику Пермь и продуктах промышленного

Расход за 10 дней

№ п/п	Наименование продукта	Цена за 1 кг	Расход за 10 дней										Итого, ко-во (грамм)		
			День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10		День 11	День 12
1	Сметана	50	35,6	0	36	30	35,6	0	43,902	0	35,6	0	0	0	216,702
2	Мargarin	48	73,44	0	19,584	185,6	171,085714	179,2222222	92,772	300,3	36	83,2222222	0	0	1235,448381
3	Кашеца бескомочанная	48	142,4	0	18	142,4	0	146,7	146,7	40,5	49,5	142,4	0	0	711,9
4	Мороковь	51	15	11,77777778	20,0066667	15,975	2,304	34,77777778	11,3253333	7,5	30,95	13,77777778	0	0	159,7943333
5	Дук	42	17,2	11,82222222	1,4166667	22,5	4,374	18,22222222	14,284	7,5	9	14,42222222	0	0	133,7413333
6	Йогурт свежий	270	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	287,05
7	Йогурт	125	95	0	0	9,5	34,05	95	0	31,5	0	0	0	0	190
8	Йогурт	135	0	0	0	0	0	0	0	95	0	0	0	0	190
9	Йогурт	190	0	0	0	0	95	0	0	0	0	95	0	0	190
10	Йогурт	150	55,2	95	0	44,25	0	0	95	44,25	0	0	0	0	333,7
11	Йогурт	190	0	0	0	95	0	0	0	0	95	0	0	0	190
12	Йогурт	176	0	0	0	0	6,75	0	0	0	6,75	0	0	0	13,5
13	Йогурт	270	0	0	0	16,1	0	0	0	0	24,1	0	0	0	35,4
14	Йогурт	520	0	27,3133333	0	0	0	19,3	0	0	24,1	0	0	0	70,7133333
15	Йогурт	350	0	0	0	0	0	0	16,1	0	0	0	0	0	20,1
16	Йогурт	420	0	0	0	16,1	0	0	0	16,1	0	0	0	0	32,2
17	Йогурт	210	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
18	Йогурт	340	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19	Йогурт	200	0	0	0	0	0	20,1	0	0	0	0	0	0	45,225
20	Йогурт	202	0	0	0	33,9	0	0	0	0	7,5	0	0	0	41,4
21	Йогурт	195	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7,5
22	Йогурт	61,85	150	106,25	293	196,8	84,3428571	302,05	185,75	15	319	235,35	0	0	1971,957491
23	Йогурт	321,5	14,1	0	9	15	40	18	4,392	0	12,3	0	0	0	87,792
24	Йогурт	300,28	135	0	0	0	0	0	0	0	135	0	0	0	310
25	Йогурт	114,6	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	154,5	1545
26	Йогурт	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27	Йогурт	64	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
28	Йогурт	735	17,1666667	27,9584127	11,45	22,95555556	17,314286	28,50555556	13,6666667	12,54571428	10	19,65793651	0	0	181,2193825
29	Йогурт	67,2	40	40	40	40	40	40	40	40	35	40	40	40	395
30	Йогурт	88	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	400
31	Йогурт	115,78	20	20	20	20	20	20	20	20	25	20	20	20	205
32	Йогурт	182,5	48,0333333	103,55	0	43,51111111	10	107,54	16,1	2,4	5,7	42,74	0	0	379,5744444
33	Йогурт	29,19	36,6333333	3,2	36,97222222	0	19,8	43,02222222	6,375	9,9	0	11,175	0	0	166,4777778
34	Йогурт	165,6	13,5	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	13,5
35	Йогурт	205	0	0	0	0	0	46,5	0	0	6,875	0	0	0	98,375
36	Йогурт	205	0	0	0	0	0	46,5	0	0	0	0	0	0	46,5
37	Йогурт	712,24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
38	Йогурт	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
39	Йогурт	227	9,6	12,3333333	18	0	12,0446667	0	0	6,6	0	9,6	0	0	68,178
40	Йогурт	195	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
41	Йогурт	142	0	0	30	0	30	0	0	0	30	0	0	0	90
42	Йогурт	16	3,66333333	0,89	1,82833333	2,30833333	1,10714286	1,31	2,1766667	1,225	0,8966667	1,125	0	0	16,53247619
43	Йогурт	95	40,8433333	17,04333333	8,95	45,52555556	25,3933333	17,55	22,0088889	28,5707171	27,54	25,0466667	0	0	258,4718428
44	Йогурт	173	3,7	0	7,93333333	5,4	0,5	3,2	6,9766667	3,6	4,1	0	0	0	35,41
45	Йогурт	378,94	0	0	0	0	0,9	0	0,36	0,9	0,9	0	0	0	4,86
46	Йогурт	540	0,9	0	0	0	0,9	0	0	0,9	0,9	0	0	0	4,86
47	Йогурт	650	4,25	0	0	0	4,25	0	0	4,25	0	1,6	0	0	10,1
48	Йогурт	780	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
49	Йогурт	1115	2,55	0	2,55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5,1
50	Йогурт	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
51	Йогурт	81	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	1050
52	Йогурт	244	0	0	0	0	0	0	62,66	0	0	0	0	0	238,585
53	Йогурт	248	0	0	78,325	0	97,6	0	0	0	0	0	0	0	0
54	Йогурт	220	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55	Йогурт	70	3,6	0	69,0666667	9,75	0	23,5733333	10,4	0	0	20,0416667	0	0	126,0316667
56	Йогурт	110,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10,4
57	Йогурт	48	0	0	0	7,15	20	0	0	0	0	0	0	0	27,15
58	Йогурт	44	0	0	32,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	32,5

Вручено

