

[illegible]

TK10\5	Запеканка из творога (2вар)	150	120	25,3	20,2	15,1	12,1	24,7	19,8	208,9	167,1	0,3	0,2
TK2\11	Соус молочный сладкий	30	20	0,7	0,5	1,4	0,9	4,5	3	33	22	0,1	0,1
	Кисло-молочные продукты	180	150	5,4	4,5	0,09	0,07	7,2	6	51,2	42,6	1,26	1,05
	Итого за прием	360	290	31,4	25,2	16,59	13,07	36,4	28,8	293,1	231,7	1,66	1,35
	Итого за день	1615	1350	58,31	48,87	43,81	34,29	197,9	169,8	1339,4	1136,4	60,4	121,38

2 день

	Завтрак												
T11\4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	150	6,5	4,9	6	4,5	32,5	24,4	206	154	0,4	0,3
TK13\10	Кофейный напиток с молоком	200	150	3	2,3	2,9	2,2	13,4	10	89	66,8	0,5	0,38
TK4\13	Батон с маслом и сыром	30\5\8	25\5\5	4,4	3,8	6,3	5,1	13,4	11	131	106,6	0,06	0,05
	Итого за прием	443	335	13,9	11	15,2	11,8	59,3	45,4	426	327,4	0,96	0,73
	10-00												
	Сок	200	200	0,96	0,96	0,19	0,19	20,1	20,1	92	92	4	4
	Итого за прием	200	200	0,96	0,96	0,19	0,19	20,1	20,1	92	92	4	4
	Обед												
TK15	Икра морковная	60	40	1,3	0,9	4	2,7	6,2	4,1	65	44	2,51	1,67
TK25\2	Суп-пюре из картофеля	200	150	2,5	1,8	2,6	2	12,7	9,6	82	61	4,8	3,6
TK5\9	Котлета из мяса кур	70	60	12,5	10,8	10,2	8,8	10,6	9,1	185	158	0,3	0,2
TK8\3	Капуста тушеная	150	130	3,5	3	2,9	2,5	17,4	15	94	81	31,3	27,1
TK4\10	Компот из кураги и изюма	200	150	0,3	0,2	0	0	19,3	14,5	71	53	0,01	0
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,7	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	750	580	25,02	20,2	20,42	16,52	94,2	72	635	494,7	38,92	32,57
	Полдник												
TK 21\2	суп молочный с лапшой	200	150	4,3	3,3	4,58	3,58	14,96	12,96	118,75	100,75	0,52	0,42
	чай с сахаром	200	150	0	0	0	0	9,1	6,8	35	26	0	0
	печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0,52	0,42
	Итого за прием	440	320	7,7	5	9,08	5,78	51,86	33,66	319,35	209,55	1,04	0,84
	Итого за день	1883	1415	48,18	38,16	45,59	35	228,66	169,26	1492,3	1131,7	46,22	32,04

3 день

	Завтрак												
TK6\4	омлет запеченный с картофелем	100	80	6,4	5,1	4,9	3,9	8,7	7	103	82	1	8
TK14\10	Какао с молоком	200	150	3,9	2,9	3,5	2,6	24,5	18,4	135	101	0,5	0,4

TK11\13	Батон с маслом	25\5	25\5	1,96	1,96	4,37	4,37	12,59	12,59	97,5	97,5	0	0
	Итого за прием	330	260	12,26	9,96	12,77	10,87	45,79	37,99	335,5	280,5	1,5	8,4
	10-00												
	Сок	200	200	0,96	0,96	0,19	0,19	20,1	20,1	92	92	4	4
	Итого за прием	200	200	0,96	0,96	0,19	0,19	20,1	20,1	92	92	4	4
	Обед												
TK14-1\1	Салат из свежих огурцов с зел гор	60	40	0,82	0,54	3,1	2,04	1,9	1,28	38	25,6	7,05	4,7
TK30\12	Уха рыбацкая	200	150	6,8	5,1	2,1	1,6	10,9	8,2	87	65	5,4	4
3\19	Рагу из мяса кур	150	130										
647(1)	Напиток клюквенный	200	150	0,1	0,07	0	0	17,2	12,9	69	52	3,5	2,6
	Хлеб пшеничный	35	20	2,66	1,52	0,28	0,16	17,2	8,4	82	46,8	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	685	520	13,02	9,21	5,96	4,16	60,5	40,78	344	240,4	15,95	11,3
	Полдник												
TK2\2	булочка творожная	60	60	7,4	7,4	7,9	7,9	29,1	29,1	214	214	0,1	0,1
	Кисло-молочные продукты	180	150	5,4	4,5	0,09	0,07	7,2	6	51,2	42,6	1,26	1,05
	Итого за прием	240	210	12,8	11,9	7,99	7,97	36,3	35,1	265,2	256,6	1,36	1,16
	Итого за день	1555	1210	40,74	32,03	27,51	23,19	165,39	133,97	1057,7	919,5	24,11	24,86

4 день

	Завтрак												
TK4\4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	150	4,5	3,3	5,9	4,5	22,5	16,9	159	119	0,6	0,4
TK12\10	чай с молоком	200	150	1,4	1,1	1,4	1,1	11,2	8,4	61	97,7	0	0
TK4\13	Батон с маслом и сыром	30\5\8	25\5\5	4,4	3,8	6,3	5,1	13,4	11	131	106,6	0,06	0,05
	Итого за прием	443	335	10,3	8,2	13,6	10,7	47,1	36,3	351	323,3	0,66	0,45
	10-00												
	Напиток "Золотой шар"	125		0		0		4,8		18,8		18,8	
	Фрукты (ясли)		150		0,6		0,6		14,7		70,5		15
	Итого за прием	125	150	0	0,6	0	0,6	4,8	14,7	18,8	70,5	18,8	15
	Обед												
517	огурец свежий порционно	40	30	0,32	0,24	0,04	0,03	1	0,75	5,6	4,2	4	3
TK 17\2	суп гороховый	200	150	4,3	6,5	4	8	18,6	9,6	118	145,3	4,5	3,4
TK11\7	Тефтели рыбные в соусе	80	60	6,8	5,1	3,7	2,8	6,9	5,2	87	65,5	0,4	0,3
TK3\3	Картофельное пюре	130	100	2,7	2,1	3,7	2,8	19,4	14,9	117	90	9,3	7,2

585	Компот из свежих яблок	200	150	0,15	0,11	0,14	0,1	19,9	14,9	81,5	61	3,76	2,8
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	720	540	19,19	17,55	12,3	14,25	93,6	65,05	547,1	463,7	21,96	16,7
	Полдник												
тк20/3	рагу из овощей с крупой	150	130	2,9	2,5	4,6	3,6	18,1	16,1	127	117	12,69	11
646	Напиток апельсиновый	200	150	0,2	0,15	0	0	18	13,5	72,8	54,6	12,4	9,3
	печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0	0
	итого за прием	390	300	6,5	4,35	9,1	5,8	63,9	107,4	365,4	254,4	25,09	20,3
	Итого за день	1798	1395	43,49	36,7	42,3	34,55	205,2	228,95	1384,6	1188,4	62,21	49,4
	5 день												
	Завтрак												
тк 16/4	Каша молочная ассорти(рис, пшено) с маслом сливочным	200	150	5	3,7	5,9	4,4	26,4	19,8	175	132	0,5	0,4
тк14/10	какао с молоком	200	150г	3,9	2,9	3,5	2,6	24,5	18,4	135	101	0,5	0,4
тк1/13	Батон с маслом	30г/5	25г/5	2,35	2	4,52	4,37	15,1	12,6	110,4	97,7	0	0
	Итого за прием	435	330	11,25	8,6	13,92	11,37	66	50,8	420,4	330,7	1	0,8
	10-00	200	200	1,8	1,8	0,4	0,4	16,2	16,2	86	86	120	120
	Фрукты	200	200	1,8	1,8	0,4	0,4	16,2	16,2	86	86	120	120
	Итого за прием												
	Обед												
тк 27/1	салат из моркови яиц с морск. Кап	40	30	2,1	1,1	11	10	2,9	1,9	119	110	1,54	1
тк171	суп пюре из печени	200	150	6,63	4	8,4	5	9,7	5,8	141	84,6	9,9	5,9
тк 43/3	макаронь отвар	150	130	5,3	4,6	3,8	3,3	34,1	29,6	188	163	0,03	0,02
	Напиток из шиповника	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб пшеничный	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
тк 11/8	гуляш из мяса говядины	80	60	14,9	8,9	15,7	9,4	4,7	3,2	220	132	0,4	0,3
	итого за прием	680	500	38,99	31,28	42,4	35,68	90,8	63,5	905	662,3	28,22	21,67
	полдник												
тк 22/12	пирог тигренок	70	70	4,1	4,1	4,4	4,4	38	38	207	207	0	0
594	Кисель молочный	200	150	3,8	2,85	3,9	2,9	19,7	14,7	129	96,8	0,07	0,07
	Итого за прием	270	220	7,9	6,95	8,3	7,3	57	52,7	336	303,8	1,77	1,37

	итого за день	1585	1250	59,94	48,63	65,02	54,75	159,57	183,2	1747,4	1382,8	150,99	143,84
	6 день												
	Завтрак												
тк 36	рис с овощами	200	150	3,8	2,8	5,8	4,8	38,1	28,1	220	200	0,98	0,88
тк 13/10	Кофейный напиток с молоком	200	150	3	2,3	2,9	2,2	13,4	10	89	66,8	0,5	0,38
	печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0	0
	итого за прием	440	320	10,2	6,8	13,2	9,2	79,3	52	474,6	349,6	1,48	1,26
	10-00 сок	200	200	0,6	0,6	0	0	32,9	32,9	136	136	12	12
	Итого за прием	200	200	0,6	0,6	0	0	32,9	32,9	136	136	12	12
	Обед												
тк 9/1	салат из белокочанной капусты с яблоком	60	40	0,9	0,8	3	2	5,9	4,9	54	44	26,99	20,99
ТК6\10	свекольник со сметаной	200	150	0,5	0,4	0	0	20,1	15	83	62,2	0,4	0,3
тк38/8	Запеканка картофельная, фаршир отв мясом говядины с овощами	180	150	12,6	10,4	9,6	8,9	28,3	23,6	243	210	13,1	11,2
тк 3/10	компот из чернослива и изюма	200	150	0,3	0,2	0	0	18,1	17,1	70	60	50,12	40,12
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,18	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,68	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	730	540	20,42	15	15,62	11,44	103,3	80,3	624	473,9	92,51	72,61
	Полдник											0	0
тк	пирожное школьное	60	60	3,65	3,65	11,6	11,6	29	29	234,9	234,9	0	0
												0	0
	Молоко или кисло-молочный продукт	200	150	5,8	5,2	6,7	5,7	9,4	8,46	118,4	106,6	2,6	2,34
	Итого за прием	260	210	9,45	8,85	18,3	17,3	38,4	37,46	353,3	341,5	2,6	2,34
	Итого за день	1630	1270	40,67	31,25	47,12	37,94	253,9	202,66	1587,9	1301	108,59	88,21
	7 день												
	Завтрак												
тк 17/5	Пудинг из творога	150	120	21,8	17,5	15,8	12,6	33,1	26,5	356	285	0,2	0,2
тк2/11	Соус сладкий молочный	30	20	0,7	0,5	1,4	0,9	4,5	3	33	22	0,1	0,1
тк3/13	батон с маслом	30г/5	25г/5	4,4	3,2	2,4	1,6	14	11,7	99,7	79,4	0,06	0,04
тк11/10	чай с лимоном	200	150	0,09	0,07	0	0	9,2	8,2	36	26	0	0
	Итого за прием	385	300	22,69	18,37	16,4	13	54,2	46	453,7	251	0,36	0,44
	10-00						0						
	Напиток "Золотой шар"	125		0		0	0	4,8		18,8		18,8	

	Сок		200		1,4				26,2		120		50
	Итого за прием												
	Обед												
тк23/1	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растит маслом	60	40	0,7	0,5	4,9	3,3	4,6	3,1	61	41	1,4	1
тк19/2	Суп картофельный с рыбой	200	150	7,2	5,4	4,1	3,1	14,4	10,8	119	89	7	8,2
тк 8/9	суфле куриное	70	70	13,9	13,9	15,9	15,9	3,2	3,2	211	211	0,3	0,3
тк19/3	Рагу из овощей с соусом молочным	130	100	2,7	2,1	4,6	3,6	14,6	11,2	103	80	9,2	7
тк2/10	Компот из яблок и изюма	200	150	0,3	0,2	0	0	19,3	14,5	71	54	0,06	0
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,96	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	860	620	41,32	32,38	47,31	31,01	88	62	879	618,7	21,66	18,2
	Полдник												
тк 43-2/	макаронны с сыром	150	130	7,8	6,8	6,1	5,1	32,4	22,4	219	190	0,03	0,01
тк646	напиток лимонный	200	150	0,2	0,15	0	0	18	13,5	72,8	54,6	12,4	9,3
	Итого за прием	250	280	8	6,95	6,1	5,1	50,4	40,4	291,8	244,6	12,43	9,31
	Итого за день	1620	1400	72,01	59,1	69,81	49,11	197,4	174,6	1653,3	1234,3	53,25	77,95
	8 день												
	Завтрак												
тк15/4	каша пшеничная	200	150г	6,5	5,5	6	5	31,2	21,2	206	180	98,53	88,53
тк13/10	Кофейный напиток с молоком	200	150	3	2,3	2,9	2,2	13,4	10	89	66,6	0,5	0,38
тк4/13	Батон с маслом	30/5г	25/5г	4,4	3,8	6,3	5,1	13,4	11	131	106,6	0,06	0,06
	Итого за прием	443	335	13,9	11,6	15,2	12,3	58	42,2	426	353,2	99,09	88,97
	10-00	200	200	0,8	0,8	0,6	0,6	20,5	20,5	94	94	10	10
	Фрукты												
	Итого за прием	200	200	0,8	0,8	0,6	0,6	20,5	20,5	94	94	10	10
	Обед												
тк 517	помидоры порционно	40	30	0,28	0,21	0	0	0,72	0,54	4,4	3,3	2,8	2,1
т к 6/2	щи со свежей капустой со смет	200	150	1,6	1,1	4,3	1,9	9,3	5,6	76	40	9,6	8,1
тк3/4/2	Каша гречневая вязкая	150	120	4,6	3,7	4	3,2	24	19,2	137	109	0	0
тк 23/8	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	85	60	9,1	6,5	9,9	7	5,4	3,9	148	105	0,1	0,1
тк585	Компот из свежих яблок	200	150	0,15	0,11	0,14	0,1	19,9	14,9	81,5	61	36,76	2,8
	Хлеб пшеничный	35	20	2,66	1,52	0,28	0,16	17,2	8,4	82	46,8	59,26	23,1

	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	46,8	0	0
	Итого за прием	790	575	20,43	17,87	17,2	15,12	81,82	78,74	558,9	435,9	116,5	36,18
	Полдник												
тк240	картофель запеч в сметане	200	150	11,67	10,67	16,5	15,5	25,6	20,6	297,58	197,58	26,05	20,05
тк	Молоко или кисло-молочный продукт	200	180	5,8	5,2	6,4	5,7	9,4	8,48	118,4	106,6	2,6	2,34
												0	0
	итого за прием	400	380	17,47	15,87	22,9	21,2	35	29,08	415,98	304,18	28,65	22,39
	итого за день	1833	1490	52,6	46,14	55,9	49,22	195,32	170,52	1494,9	1187,3	254,24	147,54
	9 день												
	Завтрак												
тк 2/6	омлет запеченый	150	130	14,6	12,6	15,9	13,7	2,5	2,2	211,5	183,3	0,2	0,2
тк3/13	Батон с сыром	30г/5	25г/5	4,4	3,2	2,4	1,6	14	11,7	99,7	79,4	0,06	0,04
тк 13/10	кофейный напиток с молоком	200	150	3	2,3	2,9	2,2	13,4	10	89	87	0,5	0,4
	Итого за прием	335	260	17,2	13,3	18,4	14,3	29,1	23,1	352,7	297,4	0,66	0,54
	10-00	200	200	0,6	0,6	0	0	49,2	49,2	104	104	2,6	2,6
	Фрукты												
	Итого за прием												
	Обед												
тк517	помидоры порционно	40	30	0,28	0,21	0	0	0,72	0,54	4,4	3,3	2,8	2,1
тк 20/2	суп-лапша на курином бульоне	200	150	1,9	1,4	2,8	2,1	12	9	78	58	0,4	0,3
тк 4/9	плов	150	130	14,8	13,3	16,5	14,8	36,7	33	349	314	1	0,9
тк4/10	компот из кураги и изюма	200	150	0,3	0,2	0	0	19,3	14,5	71	53	0,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	660	510	22,6	18,61	20,62	17,42	99,52	76,74	659,4	526	4,8	3,6
	Полдник												
тк 38/3	запеканка морковная	130	100	3,4	2,6	3,9	3	25,8	19,8	137	105	2,7	2,1
тк2/11	соус молочный сладкий	30	20	0,7	0,5	1,4	0,9	4,5	3	33	22	0,1	0,1
	Молоко или кисло-молочный продукт	200	150	5,8	4,3	6,4	4,8	9,4	7,05	118,4	88,8	2,6	1,95
	итого за прием	360	270	9,9	7,4	11,7	8,7	39,7	29,85	288,4	215,8	5,4	4,15
	итого за день	1655	1290	50,3	39,91	50,72	40,42	217,52	178,89	1404,5	1143,2	13,46	10,89
	10 день												
	Завтрак												
тк 8/4	каша овсянная молочная	200	150	6,4	4,8	7,4	5,6	29,2	21,9	202	151	0,4	0,3

тк 12/10	чай с молоком	200	150	1,4	1,1	1,4	1,1	11,2	8,4	61	46	0,3	0,2
тк1/13	батон с маслом	30г/5	25г/5	2,35	2	4,52	4,37	15,1	12,6	110,4	97,7	0	0
	Итого за прием	435	330	10,15	7,9	13,32	11,07	55,5	42,9	373,4	294,7	0,7	0,5
	10-00	200	200	0,6	0,6	0	0	32,9	32,9	136	136	12	12
	Сок												
	обед												
тк 22/1	салат из отварной свеклы с морск, ка	60	40	0,8	0,5	5	3,3	4,4	2,9	60	40	1,1	0,8
тк 11/2	рассольник с крупой и сметаной	200	150	1,8	1,4	4,5	3,3	13,9	10,4	99	74	5,4	4
тк 3/3	пюре картофельное	130	100	2,7	2,1	3,7	2,8	19,4	14,9	117	90	9,3	7,2
тк 390	котлеты рыбные любительские	80	60	9,9	9,9	3,05	3,05	4,5	4,5	85	85	1,05	1,05
тк647	напиток из клюквы	200	150	0,1	0,07	0	0	17,2	12,9	69	52	3,5	2,6
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	790	620	20,72	17,47	18,07	12,97	90,7	65,3	592	438,7	21,65	15,65
	Полдник												
тк 25/12	шаньга со сметаной	80	80	5,3	5,3	7	7	28,4	28,4	198	198	0,07	0,07
тк594	кисель молочный	200	150	3,8	2,8	3,9	2,9	19,68	18,68	129	119	1,7	1
	Итого за прием	280	230	9,10	8,10	10,90	9,90	48,08	47,07	327,00	317,00	1,77	1,07
	Итого за день	1705	1380	40,57	34,07	42,29	33,94	227,18	188,17	1428,4	1186,4	36,12	29,22
	Итого среднее значение за 10 дней			51	42	50	40	200	180	1400	1180	81	72

В питании детей используется йодированная соль, витаминизированный хлеб, витаминизированный напиток «Золотой шар», напиток из шиповника. Сборники рецептур, используемые при приготовлении блюд:

1. Сборник технологических нормативов Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, ч.1, 1996г.
2. Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, ч.1,2 2011г
3. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления, ч.2 2015г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114515

Владелец Антропова Татьяна Валентиновна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026