

ПРИНЯТО
Советом по питанию МБДОУ №35
Протокол № _____
от « / » _____ 2021г.



УТВЕРЖДЕНО
Руководителем МБДОУ №35



Р.А.Халимбекова
2021г.

Основное 10-дневное меню МБДОУ «Детский сад №35»



МАХАЧКАЛА 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Суп молочный рисовый	200/180	5,97	7,48	23,74	185,15		
	Рис, зерно продовольственное	15	1,05	0,15	10,71	49,5		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	170/170	4,79	4,25	8,04	88,4		
	Бутерброд с сливочным маслом (с сыром)	60/50	6,06	5,29	29,16	192,7		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Сыр полутвердый	6/4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	60/50	4,58	0,48	29,16	7,48		
ЗАВТРАК 2	Сок	180/150	0,9	0	16,38	68,4		
	Сок	180/150	0,9	0	16,38	68,4		
ОБЕД	Салат "Весенний"	60/40	1,73	3,18	0	60,47		
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Кукуруза сладкая консервы()	25	0,66	0,12	3,36	17,4		
	Зеленый горошек (консервы)	25	0,93	0,06	1,95	12		
	Масло подсолнечное	3/2	0	3	0	26,97		
	Борщ из свежей капусты с картофелем	200/180	5,48	4,79	26,87	174,64		
	Морковь, красная	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Картофель	100	2	0,4	16,3	80		
	Капуста белокочанная	80	2	0,24	3,6	24		
	Сметана 15,0% жирности	11/9	0,33	1,1	0,32	12,65		
	Масло подсолнечное	3/2	0	3	0	26,97		
	Свекла	40	0,6	0,04	3,64	16,8		
	Томатная паста. Консервы	3/2	0,14	0	0,57	2,97		
	Котлеты из мяса (говядины,птицы)	80/60	15,65	11,53	21,5	254,15		
	Мясо (говядина,птицы)	80/60	14,4	6,4	12,16	164,8		
	Рис, зерно продовольственное	5	0,35	0,05	3,57	16,5		
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Масло подсолнечное	5/4	0	5	0	44,95		
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,86	23,8		
	Компот из сухофруктов	200/180	0,55	0	15,81	62,87		
	Сахарный песок	5	0	0	9,98	37,9		
	Сухофрукты	11/9	0,55	0	5,83	24,97		
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/120	4,33	4,75	27,88	174,42		
	Масло сливочное	7	0,17	4,3	0	39,62		
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	40	4,16	0,44	27,88	134,8		
	Соус томатный с овощами	30	0,52	2,48	2,35	33,79		
	Лук репчатый	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Зелень	0,5	0	0	0	0,03		
	Морковь, красная	10	0,13	0,01	0,72	3,4		
	Масло сливочное	2	0,1	2,46	0	22,64		
	Пшеничная мука, высшего сорта	0,5	0,05	0,01	0,34	1,67		
	Томатная паста. Консервы	2/1	0,1	0	0,38	1,98		
	Хлеб пшеничный	70/50	5,32	0,56	34,02	166,6		
	Хлеб пшеничный	70/50	5,32	0,56	34,02	166,6		
Уплотненный полдник	Какао с молоком	200/180	5,79	5,11	14,62	125,23		
	какао	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200/180	5,64	5	9,46	104		
	Соль (на весь день) 2	0,5	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	0,5	0	0	0	0		
	Шарлотка яблочный	150/120	5,34	1,98	52,62	250,75		
	Яблоки	40	0,08	0,14	3,2	14,8		
	Мука пшеничная	50/40	5,15	0,55	34,45	167		
	Сахарный песок	15	0	0	14,97	56,85		
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0	0,79		
	масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580,5	57,64	47,15	264,95	1749,17		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1580,5	57,64	47,15	264,95	1749,17		
Среднее значение за период		1580,5	57,64	47,15	264,95	1749,17		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200/180	5,31	5,67	17,62	141,33		
	Сахар	5/4	0	0	4,99	2,99		
	Масло сливочное	3/2	0,07	1,84	0	16,98		
	Крупа пшеничная	20	1	0,08	5,54	27,4		
	Молоко	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Бутерброд с сыром и сл.маслом	40/30	4,54	5,13	19,44	145,1		
	Сыр	6/4	1,38	1,74	0	21,6		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Хлеб пшеничный	40/30	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Молоко кипяченое сладкое	200/180	4,51	4	17,55	121,1		
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	160	4,51	4	7,57	83,2		
ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие	20	0,96	0,56	15,54	70		
	Кондитерское изделие	20	0,96	0,56	15,54	70		
ОБЕД	Салат "Здоровье"	60/40	1,17	4,06	3,44	54,86		
	Капуста белокочанная	40	0,72	0,04	1,88	10,8		
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Горошек зеленый консервированный	10	0,31	0,02	0,65	4		
	Масло растительное	4/3	0	4	0	35,96		
	Суп гороховый	200/180	7,21	2,75	32,92	189,56		
	Картофель	80	2,4	0,48	19,56	96		
	Укроп	2/1,48	0	0	0,01	0,06		
	Горох	20	4,1	0,4	9,72	59,6		
	Масло сливочное	3/3	0,07	1,84	0	16,98		
	Томатная паста. Консервы	2	0,1	0	0,38	1,98		
	Лук	20	0,28	0	1,82	8,2		
	Морковь	20	0,26	0,02	1,44	6,8		
	Компот из сухофруктов	200/180	0,25	0	16,67	66,39		
	Сахарный песок	10	0	0	1,09	9,98		
	сухофрукты	11/9	0,25	0	6,69	28,49		
	Котлеты мясные	80/60	12,3	11,35	14,22	209,29		
	Говядина 1 кат.	80/70	11,68	9,44	10,88	176		
	Лук репчатый	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Масло сливочное	3/3	0,07	1,84	0	0,31		
	Яйцо	0,2	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Хлеб пшеничный	4	0,38	0,04	2,43	11,9		
	Пюре картофельное	150/120	4,41	4,12	33,07	193,5		
	Картофель	200	4	0,8	32,6	9,88		
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	10	0,28	0,25	0,47	5,2		
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50/40	3,8	0,4	24,3	119		
	Соус томатный	30	1,31	3,11	8,37	67,9		
	Лук репчатый	10	0,14	0	0,57	4,1		
	Пшеничная мука, высшего сорта	10	1,03	0,11	6,89	33,4		
	Масло растительное	3	0	3	0	26,97		
	Зелень	0,3	0	0	0	0,01		
	Томатная паста. Консервы	3	0,14	0	0,57	2,97		
	Соль (на весь день) 2	5/3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5/3	0	0	0	0		
Уплотненный полдник	Какао с молоком	200/180	4,35	3,84	12,22	98,85		
	Какао-порошок	0,5	0,12	0,09	0,14	1,9		
	Сахарный песок	5/4	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Яйца вареные	1шт	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Яйцо	1шт	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Хлеб пшеничный	40/40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Капуста тушеная	150/120	2,43	5,35	7,62	88,23		
	Капуста белокочанная	110	1,98	0,11	5,17	29,7		
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32		
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	6,15		
	Масло растительное	4/3	0	4	0	35,96		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1626	55,72	50,52	242,43	1661,9		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1626	55,72	50,52	242,43	1661,88		
Среднее значение за период		1626	55,72	50,52	242,43	1661,88		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	200/150	5,54	7,15	18,21	157,85		
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Гречневая крупа	20	1,18	0,32	6,12	32,6		
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Бутерброд с сл. маслом и сыром	40/30	4,54	5,13	19,44	145,1		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Сыр	6/4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40/30	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Чай с молоком (1-й вариант)	200/180	2,92	2,53	9,74	71,68		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100	2,82	2,5	4,73	52		
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95		
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	100/95	0,2	0,36	8	37		
	Яблоки	100/95	0,2	0,36	8	37		
ОБЕД	Суп-свекольник со сметаной	200/180	4,06	2,77	24,13	138,72		
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56		
	Свекла	90	1,35	0,09	8,19	37,8		
	Кости пищевые говяжьи	25	0,15	0,05	0	1		
	Сметана 15,0% жирности	11/9	0,33	1,1	0,32	12,65		
	Морковь, красная	20	0,26	0,02	1,44	6,8		
	Лук	20	0,28	0	1,82	8,2		
	Томатная паста. Консервы	5/3	0,24	0	0,95	4,95		
	Масло сливочное	5	0,05	1,23	0	11,32		
	Котлеты рыбные любительские	80/60	4,82	4,28	3,8	73,05		
	Минтай	24	4,22	0,24	0	18,96		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Яйцо	0,05	0,01	0,01	0	0,08		
	масло растительное	4	0	4	0	35,96		
	Хлеб пшеничный	5	0,38	0,04	2,43	11,9		
	Перловая каша	160/120	0,84	3,17	5,29	52,68		
	перлова крупа	23	0,71	0,09	5,29	24,38		
	масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Винегрет с растительным маслом	60/40	2,05	5,29	13,68	11,95		
	Картофель	60	1,2	0,24	9,78	48		
	Свекла	25	0,38	0,03	2,27	10,5		
	Лук	6	0,08	0	0,55	2,46		
	Морковь	6	0,08	0,01	0,43	2,04		
	Горошек зеленый консервированный	10	0,31	0,02	0,65	4		
	Масло растительное	5/5	0	5	0	44,95		
	Компот из сухофруктов	200/180	0,57	0	16,03	63,64		
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	11/9	0,57	0	6,05	25,74		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	Хлеб пшеничный	90/70	6,84	0,72	43,74	214,2		
	Хлеб пшеничный	90/70	6,84	0,72	43,74	214,2		
Уплотненный полдник	Ватрушки	150/120	13,25	14,22	31,85	310,55		
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64		
	Масло подсолнечное	6	0	5,99	0	53,94		
	Пшеничная мука, высшего сорта	30	3,09	0,33	20,67	100,2		
	Яйцо	0,3	0,04	0,03	0	0,47		
	Творог 9%	60	10,02	5,4	1,2	95,4		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	0,65		
	Молоко	40	0,02	0,02	0,03	37,9		
	Дрожжи прессованные	0,5	0,02		0,01	0,14		
	Молоко кипяченое	200/180	4,23	3,75	12,09	96,95		
	сахар	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Соль (на весь день) 2	5/3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5/3	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1685	49,86	49,37	206	1373,4		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1685	49,86	49,37	206	1373,37		
Среднее значение за период		1685	49,86	49,37	206	1373,37		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в %								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Омлет с картофелем	200/160	1,93	3,72	11,89	91,07		
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Яйцо	1	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	10	0,12	0,25	0,47	5,2		
	Молоко кипяченое	200/180	4,51	4	12,56	102,15		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	83,2		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	160	4,51	4	7,57	11,34		
	Хлеб пшеничный	60/40	4,68	3,56	29,16	171,1		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Хлеб пшеничный	60/40	4,56	0,48	29,16	142,8		
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия	20	0,68	6,04	12,94	42		
	Кондитерские изделия	20	0,68	6,04	12,94	107,8		
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200\180	7,35	3,4	49,12	262,65		
	Кости куриные	40	0,2	0,04	0	1,2		
	Лук репчатый	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Масло сливочное	4/4	0,1	2,46	0	22,64		
	Пшеничная мука, высшего сорта	50/40	5,15	0,55	34,45	167		
	Картофель	80	1,6	0,32	13,04	64		
	Морковь, красная	10	0,13	0,01	0,72	3,4		
	Яйцо	0,2	0,03	0,02	0	0,31		
	Птица, тушенная в соусе с овощами	220/180	23,1	9,29	19,88	260,63		
	Картофель	100	2	0,4	16,3	80		
	Лук репчатый	20	0,28	0	1,82	0,74		
	Курица, 1 категории	80\70	20,16	5,92	0	136		
	Морковь, красная	20	0,26	0,02	1,44	6,8		
	Сметана 10,0% жирности	11\9	0,33	1,1	0,32	12,65		
	Масло сливочное	3/2	0,07	0,1	0	16,98		
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200/180	0,7	0,13	12,78	50,85		
	Яблоки	35	0,07	0,13	2,8	12,95		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	60/40	1,42	5,09	7,74	81,35		
	Горошек зеленый. Консервы	7	0,22	0,01	0,46	2,8		
	Свекла	80	1,2	0,08	7,28	33,6		
	Масло подсолнечное	5	0	5	0	44,95		
	Хлеб пшеничный	70/60	5,32	0,56	34,02	166,6		
	Хлеб пшеничный	70/60	5,32	0,56	34,02	166,6		
Уплотненный полдник	Сырники из творога	180\150	17,84	12,39	13,76	240,83		
	Крупа манная	10	1,03	0,1	6,77	32,8		
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32		
	Творог 9%	100	16,7	9	2	159		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Масло растительное	3	0	2	0	17,98		
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0	0,79		
	Кефир сладкий	200/180	2,92	2,53	9,74	71,68		
	Кефир	100	2,82	2,5	4,73	52		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Соль (на весь день) 2	5/3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5/3	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1565	70,44	50,71	213,57	1540,91		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1565	70,44	50,71	213,57	1540,91		
Среднее значение за период		1565	70,44	50,71	213,57	1540,91		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Молоко кипяченое	200\180	5,08	4,5	13,5	112,55		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	180	5,08	4,5	8,54	93,6		
	Каша пшенная молочная	200\150	6,66	7,49	25,39	194,85		
	Крупа пшено шлифованное	20	2,3	0,66	13,3	69,6		
	Масло сливочное	5\4	0,12	3,08	0	28,3		
	Сахарный песок	5\4	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Бутерброд с маслом (сыром)	40\30	4,54	5,13	19,44	95,2		
	Масло сливочное	5\4	0,12	3,08	0	28,3		
	Сыр	6\4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100\95	0,2	0,36	8	37		
	Яблоки	100\95	0,2	0,36	8	37		
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	80\60	12,61	14,54	16,65	249,16		
	Говядина 1 кат(мясо птицы)	80	11,68	9,44	10,88	176		
	Масло растительное	5	0	5	0	44,95		
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Яйцо	0,2	0,03	0,02	0	0,31		
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,86	23,8		
	Салат из моркови	60\40	1	0,07	4,78	23,2		
	Морковь, красная	60	0,78	0,06	4,32	20,4		
	зеленый горошек (консервы)	7	0,22	0,01	0,46	2,8		
	Компот из сухофруктов	180	0,55	0	15,81	62,87		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	сухофрукты	11\9	0,55	0	5,83	24,97		
	Рагу из овощей	150\120	3,06	7,57	22,82	175,26		
	Морковь, красная	20	0,26	0,02	1,44	6,8		
	Картофель	120	2,4	0,48	19,56	96		
	Масло сливочное	5\4	0,12	3,08	0	28,3		
	Масло растительное	4\3	0	4	0	35,96		
	Лук	20	0,28	0	1,82	8,2		
	Перловый суп (рассольник)	200\180	2,04	5,08	14,14	111,02		
	Картофель	100	2	0,4	16,3	80		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Огурец соленый	13	0,01	0	0,02	0,16		
	Крупа перловая	12	1,12	0,13	7,98	38,4		
	масло растительное	5	0	5	0	44,95		
	Масло сливочное	4\4	0,1	2,46	0	22,64		
	Сметана 15,0% жирности	11\9	0,01	0,08	0,02	0,81		
	Морковь, красная	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Зелень	1,75\1,25	0	0	0,01	0,06		
	Кости пищевые	15	0,09	0,03	0	0,6		
	Томатная паста. Консервы	5\3	0,24	0	0,95	4,95		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	Соль (на весь день) 2	5\3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5\3	0	0	0	0		
Уплотненный полдник	Чай сладкий с лимоном	180\150	0,19	0,04	5,31	22,98		
	Сахарный песок	5\5	0	0	4,99	4,13		
	лимон	10	0,09	0,01	0,3	3,3		
	Чай высшего сорта	0,5\0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
	Панкейки	150\120	5,4	5,96	39,68	236,61		
	Масло подсолнечное	4	0	0,02	0	0,18		
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0	0,79		
	Пшеничная мука, высшего сорта	50\40	5,15	0,55	34,45	167		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	5	0,14	0,12	0,24	2,6		
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32		
	Сахарный песок	5\5	0	0	4,99	18,95		
	Хлеб пшеничный	40\30	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Хлеб пшеничный	40\30	3,04	0,32	19,44	95,2		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1635	48,17	51,46	229,26	1539,9		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1635	48,17	51,46	229,26	1539,9		
Среднее значение за период		1635	48,17	51,46	229,26	1539,9		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	200\160	6,98	7,53	26,57	201,25		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Крупа манная	20\20	2,06	0,2	13,54	65,6		
	Соль пищевая йодированная	0,1	0	0	0	0		
	Сахар	5\4	0	0	4,99	18,95		
	Молоко	170\150	4,79	4,25	8,04	88,4		
	Чай с молоком (1-й вариант)	200\180	2,92	2,53	9,74	71,68		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	170\150	2,82	2,5	4,73	52		
	Сахарный песок	5\4	0	0	4,99	18,95		
	Чай высшего сорта	0,5/0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
	Бутерброд с маслом сл. и сыром	40\30	4,54	5,13	19,44	145,1		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Сыр	6\4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	200\180	1	0	27,4	112		
	Сок	200\180	1	0	27,4	112		
ОБЕД	Салат из отварной свеклы	60\40	1,24	6,07	10,54	100,28		
	Свекла	60	0,9	0,06	5,46	25,2		
	Масло подсолнечное	6\5	0	5,99	0	53,94		
	Изюм (сухофрукты)	7	0,13	0	4,62	18,34		
	Зеленый (горошек консервы)	7	0,22	0,01	0,46	2,8		
	Суп-хинкал на костном бульоне с отварным мясом (птицы)	200\180	27,87	16,77	47,63	453,21		
	Картофель	60\40	1,2	0,24	9,78	48		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Кости пищевые говяжьи	20	0,22	0,07	0	1,55		
	Морковь, красная	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Пшеничная мука высшего сорта	50\40	5,15	0,55	34,45	167		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64		
	томат	5\3	0,24	0	0,95	4,95		
	чеснок	3						
	Яйцо	0,3	0,04	0,03	0	0,47		
	Говядина 1 кат. (птица)	80/70	20,64	13,44	0	203,2		
	Фруктовый кисель	200\180	0,2	0	18,48	18,68		
	Кисель	11\9	0,2	0	8,5	8,7		
	Сахарный песок	10\5	0	0	9,98	9,98		
	Пюре картофельное	160\120	3,89	4,21	27,03	166,7		
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Картофель	160	3,2	0,64	26,08	12,41		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20	0,56	0,5	0,95	10,4		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
Уплотненный полдник	Молоко кипяченое	200\180	5,64	5	19,4	141,9		
	сахар	10	0	0	9,98	37,9		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200	5,64	5	9,46	104		
	Залеканка с макаронами с яйцом	150	5,38	7,89	34,86	235,33		
	Макаронные изделия	50\40	5,2	0,55	34,85	1,25		
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32		
	Масло растительное	6	0	5,99	0	53,94		
	Яйцо	1	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Соль (на весь день) 2	5\3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5,3	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40\30	3,16	0,4	19,32	94		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,32	0,04	1,93	8,54		
	Свежие фрукты	100\95	0,2	0,36	8	37		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1805	66,66	56,3	292,71	1933,95	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1805	66,66	56,3	292,71	1933,95		
Среднее значение за период		1805	66,66	56,3	292,71	1933,95		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша ячневая	200\150	5,38	7,38	16,17	150,85		
	Ячка	20	0,46	0,06	3,14	15,2		
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	4,99		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	170	4,79	4,25	8,04	88,4		
	Хлеб пшеничный	40\30	4,54	5,13	19,44	145,1		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Сыр	6\4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
	Молоко кипяченое сладкое	200	4,51	4	12,56	88,19		
	сахарный песок	5	0	0	4,99	4,99		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	160	4,51	4	7,57	83,2		
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый\овощной	180\150	0,9	0	16,38	68,4		
	Сок фруктовый\овощной	180\180	0,9	0	16,38	68,4		
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60\40	1,47	5,17	8,96	88,95		
	Картофель	30	0,6	0,12	4,89	24		
	Свекла	20	0,3	0,02	1,82	8,4		
	Соль пищевая йодированная	0,1	0	0	0	0		
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	Морковь	10	0,13	0,01	0,72	3,4		
	Огурцы соленые	10	0,08	0,01	0,16	1,3		
	Горошек зеленый консервированный	7	0,22	0,01	0,46	2,8		
	Масло растительное	5\5	0	5	0	4,5		
	Суп гороховый	170	6,14	3,88	30,11	184		
	Морковь, красная	20	0,26	0,02	1,44	6,8		
	Лук репчатый	20	0,28	0	1,82	8,2		
	Горох	15	3,08	0,3	7,29	44,7		
	Картофель	120\100	2,4	0,48	19,85	96		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
ОБЕД	Голубцы с мясом говядины (птицы) и рисом	100\80	16,93	22,08	19,21	344,68		
	Капуста белокочанная	110	0,16	0,01	0,43	2,54		
	Лук	15\10	0,21	0	1,36	6,15		
	Рис	5\5	0,35	0,05	3,57	16,5		
	Говядина (I категории)	80\70	14,08	20,08	8,16	270,4		
	Томат-паста	5\3	0,24	0	0,95	4,95		
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	Картофель отварной	120\100	1,64	2,12	12,23	76,48		
	масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	лук	10	0,14	0	0,91	4,1		
	картофель	65	1,3	0,26	10,6	52		
	морковь	10	0,13	0,01	0,72	3,4		
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200\180	0,55	0	15,81	62,87		
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	10\5	0	0	9,9	37,9		
	Сахарный песок	11\9	0,55	0	5,83	24,97		
	Хлеб	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
Уплотненный	Чай с молоком (1-й вариант)	200\180	4,33	3,78	12,11	97,68		
полдник	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Сахарный песок	5\5	0	0	4,99	18,95		
	Чай высшего сорта	0,5\0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
	Соль (на весь день) 2	5\3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5\3	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40\30	3,16	0,4	19,32	94		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,32	0,04	1,93	8,54		
	Курзе с творогом	180\120	17,19	12,97	36,78	338,4		
	Лук репчатый	10\5	0,14	0	0,91	4,1		
	Масло растительное	6\5	0	5,99	0	53,94		
	Творог 9%	71	11,86	6,39	1,42	112,89		
	Соль	0,1	0	0	0	0		
	Пшеничная мука, первого сорта	50\40	5,15	0,55	34,45	167		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Яйцо	0,3	0,04	0,03	0	0,47		
	Соус сметанный	30	0,41	2,21	1,04	26		
	Пшеничная мука, высшего сорта	1	0,1	0,01	0,69	0,55		
	Соль поваренная пищевая	0,2	0	0	0	0		
	Сметана 15,0% жирности	11\9	0,31	2,21	1,04	22,66		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1770	66,54	69,45	244,42	1884,6		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1770	66,54	69,45	244,42	1884,6		
Среднее значение за период		1770	66,54	69,45	244,42	1884,6		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200\180	4,38	3,85	17,24	118,18		
	Какао-порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Омлет натуральный	200\150	1,1	5,94	1,43	63,45		
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	масло растительное	2	0	2	0	17,98		
	Яйцо	1 шт	0,13	0,12	0,01	1,57		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30	0,85	0,75	1,42	15,6		
	Хлеб пшеничный с сыром с маслом	40\30	3,16	0,4	19,32	94		
	Масло сливочное	5/4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Сыр	6\4	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие (печенье)	22\20	1,65	2,6	16,37	95,92		
	Печенье, сахарное из муки высшего сорта	22\20	1,65	2,6	16,37	95,92		
	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60\40	1,57	5,08	4,91	71,45		
ОБЕД	Морковь, красная	10\10	0,13	0,01	0,46	2,8		
	Лук	5	0,14	0	0,91	4,1		
	Капуста белокочанная	60\60	1,08	0,06	2,82	16,2		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Зеленый горошек (консервы)	7\7	0,22	0,01	0,46	2,8		
	Масло подсолнечное	5	0	5	0	44,95		
	Суп с на курином бульоне с вермишелью	200\180	5,09	5,95	32,48	208,7		
	Кости пищевые	45	1,13	0,06	0	5,11		
	Картофель	120\100	2,4	0,48	19,56	96		
	Укроп							
	вермишель	12\8	1,25	0,13	8,36	40,44		
	Масло сливочное	5\4	0,01	0,25	0,01	2,26		
	Соль пищевая йодированная	1/1	0	0	0	0		
	Лук	20\15	0,28	0	1,82	8,2		
	Морковь	15	0,26	0,02	1,44	6,8		
	томат	5\3	0,24	0	0,95	4,95		
	сметана	11\9	0,31	2,2	0,35	22,66		
	Кисель фруктовый	200\180	1	0	49,78	193,9		
	Кисель фруктовый	11\9	1	0	39,8	156		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	Котлеты рыбные любительские	80\60	4,82	4,28	3,8	73,05		
	Минтай	24	4,22	0,24	0	18,96		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Яйцо	0,05	0,01	0,01	0	0,08		
	масло растительное	4	0	4	0	35,96		
	Хлеб пшеничный	5	0,38	0,04	2,43	11,9		
	Каша перловая рассыпчатая	160\140	1,94	2,06	13,3	80,98		
	крупа перловая	20	1,86	0,22	13,3	64		
	масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
Уплотненный	Гречневая каша на молоке	180\150	6,83	6,25	19,52	161,98		
полдник	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78		
	Масло сливочное	3\2	0,07	1,84	0	16,98		
	крупа гречневая	20	2,52	0,66	12,42	67		
	Соль (на весь день) 2	5\3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5\3	0	0	0	0		
	Чай сладкий	200\180	0,1	0,03	10	38,63		
	Сахарный песок	10	0	0	9,98	37,9		
	Чай	0,5/0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,14	3,08	0	28,3		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
	Свежие фрукты	100\95	0,2	0,36	8	37		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1637	34,6	40,36	220,5	1384,6		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1637	34,6	40,36	220,5	1384,6		
Среднее значение за период		1637	34,6	40,36	220,5	1384,6		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			17,83	36,46	45,98			

Категория: Дети 3-7 лет (0-3)

День 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40\30	3,16	3,4	19,44	123,5		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
	Чай сладкий с лимоном	180\150	0,19	0,04	5,31	22,98		
	Сахарный песок	5\5	0	0	4,99	4,13		
	лимон	10	0,09	0,01	0,3	3,3		
	Чай высшего сорта	0,5\0,5	0,1	0,03	0,02	0,73		
	Суп молочный с макаронными изделиями	200\150	6,17	7,46	21,4	176,09		
	Масло сливочное	5\4	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	4,13		
	макаронные изделия	12\8	1,25	0,13	8,36	40,44		
	Молоко стерилизованное 2,5% жирности	170	4,79	4,25	8,04	88,4		
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100\95	0,2	0,36	8	37		
	фрукты свежие	100\95	0,2	0,36	8	37		
ОБЕД	Салат из моркови	60\40	0,78	0,06	7,31	31,77		
	Морковь, красная	60\40	0,78	0,06	4,32	20,4		
	Сахарный песок	3	0	0	2,99	11,37		
	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	200\180	5,37	7,08	30,82	211,88		
	Капуста белокочанная	90\70	1,62	0,09	4,23	24,3		
	Картофель	120\100	2,4	0,48	19,56	96		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64		
	Масло подсолнечное	4\4	0	4	0	35,96		
	Свекла	40\32	0,6	0,04	3,64	16,8		
	Томатная паста. Консервы	5\3	0,24	0	0,95	4,95		
	Морковь, красная	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Соль поваренная пищевая	0,1	0	0	0	0		
	Плов из мяса птицы (говядины)	220\180	22,64	13,27	21,47	299,46		
	Морковь, красная	25	0,33	0,3	1,8	8,5		
	Курица, 1 категории	80\70	20,16	5,92	0	136		
	Лук репчатый	20	0,28	0	1,82	8,2		
	Рис, зерно продовольственное	25	1,75	0,25	17,85	82,5		
	масло подсолнечное	4	0	4	0	35,96		
	Масло сливочное	5\4	0,12	3,08	0	28,3		
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200\180	0,04	0,07	11,58	45,3		
	Сахарный песок	10	0,04	0,07	1,6	7,4		
	Яблоки свежие	20	0	0	9,98	37,9		
	Сметана	11\9	0,31	2,2	0,35	22,66		
	Сметана	11\9	0,31	2,2	0,35	22,66		
	Хлеб	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50\40	3,8	0,4	24,3	119		
Уплотненный полдник	Кефир сладкий	200\180	5,3	5	11,79	121,16		
	Сахарный песок	4	0	0	3,99	3,99		
	Кефир	200\180	5,8	5	7,8	106		
	Соль (на весь день) 2	5\3	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5\3	0	0	0	0		
	Залеканка творожно-манная	150\130	19,86	15,3	8,68	255,35		
	творог	115\110	19,2	10,35	2,3	182,85		
	манная крупа	5\5	0,52	0,05	3,38	16,4		
	масло растительное	3	0	3	0	26,97		
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	Сахарный песок	3	0	0	2,99	11,37		
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0,01	0,79		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
	Хлеб пшеничный	40\30	0,12	3,08	0	28,3		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1656	67,91	57,72	178,45	1494,45		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1656	67,91	57,72	178,45	1494,45		
Среднее значение за период		1656	67,91	57,72	178,45	1494,45		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								

Категория: Дети 3-7 лет

День 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	5,36	6,91	28,78	17,62		
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
	Крупа пшеничная	20	1	0,08	5,54	27,4		
	Молоко	180/150	4,23	3,75	7,1	78		
	Чай сладкий (1-й вариант)	200	2,32	0,59	9,74	19,78		
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95		
	Чай высшего сорта	0,6/0,5	0,12	0,03	0,02	0,88		
	Бутерброд с сл. маслом и сыром	60	6,06	5,29	29,16	192,7		
	Масло сливочное	5/4	0,12	3,08	0	28,3		
Сыр	6/4	1,38	1,74	0	21,6			
Хлеб пшеничный	50/60	4,56	0,48	29,16	142,8			
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,2	0,36	8	37		
	Яблоки	100/95	0,2	0,36	8	37		
ОБЕД	Салат из отварной свеклы	60	1,03	5,05	10,08	88,49		
	Изюм	7/7	0,13	0	4,62	18,34		
	Свекла	60/40	0,9	0,06	5,46	25,2		
	Масло подсолнечное	5	0	5	0	44,95		
	Компот из сухофруктов	200	0,55	0	15,81	62,87		
	Сахарный песок	10/5	0	0	9,9	37,9		
	сухофрукты	11/9	0,55	0	5,83	24,97		
	Хлеб	70	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50/70	3,8	0,4	24,3	119		
	Суп харчо со сметаной	200	3,75	3,46	27,15	158,83		
	Кости пищевые	11	0,07	0,02	0	0,47		
	Картофель	100/80	2	0,4	16,3	80		
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Рис	10	0,7	0,1	7,14	33		
	Сметана	11/9	0,33	1,1	0,32	12,65		
	масло сливочное	3/2	0,07	1,84	0	16,98		
Томатная паста. Консервы	5/3	0,24	0	0,95	4,95			
Тушеная капуста с отварным мясом (птицы)	200	23,11	12,26	13,2	258,82			
мясо птицы	80/70	20,16	5,92	0	136			
Капуста белокочанная	90	1,62	0,09	4,23	24,3			
картофель	40/20	0,8	0,16	6,52	32			
Лук	15/10	0,21	0	1,36	6,15			
Масло растительное	3	0	3	0	26,97			
Морковь	15/10	0,2	0,01	1,08	5,1			
Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3			
Соль (на весь день) 2	5/3	0	0	0	0			
Соль поваренная пищевая	5/3	0	0	0	0			
Уплотненный полдник	Булочка домашняя	80	5,65	7,54	39,92	252,86		
	Пшеничная мука, высшего сорта	50/40	5,15	0,55	34,45	167		
	масло растительное	3	0	3	0	3		
	Масло сливочное	6	0,15	3,69	0	3,69		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	4,99		
	Дрожжи прессованные	0,2	0,01	0	0,01	0,09		
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0	0,79		
	Молоко	10	0,28	0,25	0,47	5,2		
	Молоко кипяченое	180	5,08	4,5	13,5	112,55		
	Сахарный песок	5	0	0	4,99	18,95		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	180	5,08	4,5	8,51	93,6		
	Кондитерские изделия (конфеты)	20	0,16	0	15,66	60,8		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1445	57,07	46,28	235,3	1381,31		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1445	57,07	46,28	235,3	1381,31		
Среднее значение за период		1445	57,07	46,28	235,3	1381,31		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности								



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА С ВНУТРИГОРОДСКИМ ДЕЛЕНИЕМ
«ГОРОД МАХАЧКАЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад №35»

Ул. Аб. Исмаилова 31Б, г.Махачкала, Республика Дагестан, 367000, тел (8722) 63-30- ОГРН
1080562000397, ИНН/КПП 0562070246/527201001, ОКПО 80437892
e-mail: mkl-mdou35@yandex.ru

« 11 » 01 2021г

№ 134-5

Об утверждении локальных актов об организации
питания

В соответствии со статьями 37, 41 и 79 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», по согласованию с управляющим советом (протокол от 15.01.2021 №3)

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить положение об организации питания МБДОУ «Детский сад №35» (приложение № 1).
2. Утвердить Программу производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.
3. Утвердить основное 10-дневное меню руководителем ДОУ.
4. Утвердить технологические карты к основному меню ДОУ.
5. Делопроизводителю Магомедовой М.Х. в срок до 18.01.2021 года:
 - опубликовать локальные акты, указанные в пункте 1 настоящего приказа, на сайте МБДОУ «Детский сад №35», разместить их на информационных стендах ;
 - проинформировать родителей (законных представителей) воспитанников об изменениях документов об организации питания;
 - ознакомить с положением работников, чью трудовую деятельность затрагивает документ.
6. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующая МБДОУ №53



Халимбекова Р.А.

**Перечень обязанностей ответственного
за организацию питания МБДОУ «Детский сад №35»**

1. Организовать предоставление питания воспитанникам:

- сверять ежедневное меню с основным меню, направлять его на подписание заведующему и размещать в установленном месте;
- <...>.

2. Осуществлять контрольные мероприятия по предоставлению питания детям:

- вести ежедневный учет воспитанников;
- ежемесячно готовить и предоставлять заведующему статистическую информацию о выполнении норм питания в натуральном и денежном выполнении;

3. Вести просветительскую работу:

- оформить стенд о формировании у воспитанников основ здорового и правильного питания, культуры приема пищи;
- обновлять материалы информационного стенда по питанию;
- готовить методические материалы для организации и проведения мероприятий по вопросам здорового питания для воспитанников, их родителей (законных представителей);
- координировать работу воспитателей и педагогов по формированию у детей культуры питания;
- <...>.

4. Контролировать качество пищевой продукции:

- следить за выполнением контрольных мероприятий программы производственного контроля;
- проверять наличие всех необходимых документов от поставщика продуктов питания;
- осуществлять мониторинг удовлетворенности качеством питания;
- вносить предложения по улучшению организации питания;
- вносить заведующему предложения с обоснованием причин о привлечении работников к ответственности;
- <...>.

5. Осуществлять контрольные функции:

- взаимодействовать с МКУ «Махачкалапродукт», поставляющими пищевые продукты, в том числе формировать и своевременно направлять заявку на поставку рационов питания ;
- представлять отчет по питанию детей в бухгалтерию;
- осуществлять постоянный контроль за санитарным состоянием пищеблока;
- проверять чистоту буфетных, сервировку столов, внешний вид персонала;
- <...>.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. руководителя

Управления Роспотребнадзора по РД

 А.Ш. Омаров



«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующая МБДОУ Д/с № 35

 Р.А. Халимбекова



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МБДОУ № 35



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ПО РЕСПУБЛИКЕ ДАГЕСТАН**

Казбекова ул., д.174, г.Махачкала, 367005

тел/факс (8722) 64-40-67 E-mail: oit@dagsen.ru <http://www.dagsen.ru>

ОКПО 73915693 ОГРН 1050560002129 ИНН/КПП 0560028658/056001001

От 23.03.12г № 01/1345-02-12

Заведующей Муниципальным
дошкольным образовательным
учреждением «Детсад №35»

О рассмотрении
10-ти дневного меню

Управление Роспотребнадзора по РД, рассмотрев в установленном порядке, представленное перспективное 10-ти дневное меню, согласовывает его, так как соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных учреждений», а также предлагает на его основе составлять меню требования с указанием выхода блюд разного возраста детей и еженедельным контролем выполнения среднесуточной нормы выдачи продуктов на одного ребенка.

Заместитель руководителя

А. Ш. Омаров

1 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	B1	B2	C	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Омлет		80	7,77	9,82	2,73	129,94					
	яицо 1шт.	41		6,35	5,75	0,35	78,50	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	молоко	50		1,40	1,60	2,35	29,0	0,02	0,07	0,65	60	45
	масло слив.	5		0,02	2,47	0,03	22,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб с маслом		50	3,14	9,48	20,01	179,6					
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло слив.	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Кофе с молоком		180	4,2	4,8	22,02	143,1					
	кофе	0,2										
молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	130	100	0,06	0,017	1,5	
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
О Б Е Д	Салат капустно-морковный		50	0,83	4,99	4,68	66,35					
	капуста	46		0,77	-	2,36	12,32	0,01	0,01	19,35	20,64	13,33
	морковь	5		0,06	-	0,33	1,58	-	-	0,25	2,55	2,75
	сахар	2		-	-	1,99	7,5					
	Суп-харчо на кост. бульоне со сметаной		200	2,23	4,62	21,01	129,84		-			
	рис	25		1,75	0,15	19,32	80,75	0,15	-	-	1,2	0,15
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,08	2,48	4,64
	морковь	7		0,1		0,50	2,38	-	-	0,27	2,65	2,85
масло слив.	8		0,02	2,47	0,03	22,44						
К а р т о ф е л ь н о е п ю р е	Картофельное пюре		200	3,38	3,94	28,58	157,72					
	картофель	192		4,12	0,824	27,6	116,2	0,18	0,10	30,0	15	1,35
	молоко	20		0,56	0,64	0,94	11,6					
	масло слив.	4		0,02	3,30	0,04	29,92	-	-	-	0,1	-
	масло раст.	2,0			1,99	-	17,98	-	-	-	-	-
	Котлета мясная		75	15,02	11,19	5,84	184,81					
	мясо	120		14,10	4,90		100,8	0,9	0,28	-	18	360
	хлеб пшеничный	10		0,77	0,3	4,98	26,2	-	-	-	-	-
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	масло раст.	6			5,99		53,94	-	-	-	-	-
	Компот из сухофруктов + вит. С-0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	20				19,96	74,80	-	-	-	0,4	-
	хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5
У Ж И Н 1	Каша пшеничная молочная		200									
	крупа пшеничная	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,01	-	8,1	69,9
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло слив.	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	-	-
	хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	90,80	0,16	0,06	-	23	87
	масло слив.	15		0,075	13,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
сахар	15		-	-	14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Пудинг творожный запеченный		140	20,3	14,1	20,9	293					
	творог	100		16,7	9,0	2,0	139	0,05	0,3	0,5	50	216
	крупа манная	10		1,03	0,1	6,77	32,1	0,01	-	-	2	8,0
	яицо	-		3,05	2,76	0,16	37,68	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	молоко	40		1,35	1,55	2,15	27,0	0,02	0,07	0,65	60	45
	сахар	10		-	-	9,98	39,8	-	-	-	0,2	-
	масло слив.	3		0,02	2,45	0,02	21,44	-	-	-	-	-
сок абрикосовый												
	ВСЕГО:			118,6	103,2	379,8	2758,6					

2 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	B1	B2	C	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша овсянная молочная		200	7,78	8,19	31,68	224,16					
	крупа геркулес	30		3,57	1,74	19,62	103,50	0,07	0,02	-	18	70,6
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87,0	0,06	0,22	1,95	180	135
	масло слив.	5		0,02	2,47	0,003	22,44	-	-	-	0,6	0,95
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло слив.	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Чай сладкий		200			14,97	56,10					
	чай	0,6		-	-	-	-	-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
О Б Е Д	Морковный салат		80	0,96	4,99	1,86	77,28					
	морковь	60		0,77	-	0,99	21,12	0,36	0,04	2,0	23	25
	масло растительное	5			4,99		44,95	-	-	-	-	-
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	Суп гороховый на костном бульоне со сметаной		200	7,73	4,87	30,26	189,83					
	горох	24,25		5,75	0,4	14,42	80,75	0,02	0,01	2,5	5,0	15,5
	картофель	75		1,40	-	13,80	58,10	0,9	0,5	0,15	0,8	0,68
	морковь	7		0,1	-	0,50	2,38	-	-	0,30	2,60	2,80
	лук	8		0,15	-	0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0	
масло сливочное	2,0		0,01	1,65	0,02	14,96	-	-	-	0,2	0,35	
томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-	
У Ж И Н 1	Голубцы		145	16,56	9,06	12,4	195,7					
	мясо	111		28,83	24,8	-	140,12	0,7	0,20	-	11	280
	масло сливочное	8		0,05	6,8	4,39	187,62	-	-	-	0,8	1,0
	рис	8		0,56	0,04	6,18	25,84	0,7	0,20	-	11	280
	капуста	88		1,54	-	4,73	24,64	0,9	0,05	32	30,4	20,8
	лук	8		0,15	-	0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	томат	5		0,18	-	0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Компот из сухофруктов + вит. С-0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16	-	6,45	27,26	-	-	255	30	15
сахар	20		-	-	19,96	74,80	-	-	-	0,4	-	
хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5	
У Ж И Н 2	Суп вермишелевый молочный		200	7,86	8,41	32,53	192,84					
	вермишель	80		2,8	0,18	15,04	66,40	0,03	-	-	3,8	17,4
	молоко	180		5,04	5,76	8,46	104	0,11	0,42	3,64	336	252
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,42	90,80	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,05	-	2,85	1,8
	Чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	сахар	15		-	-	14,97	56,10	-	-	-	0,3	-
Сыр	20		5,36	5,46		77,20	-	0,06	0,32	0,2	108	
Кефир	200		5,04	5,76	7,38	104,47	0,06	0,34	1,4	240	190	
Печенье	30	30	2,25	3,54	22,23	129,78	0,02	0,01	-	8,7	27	

3 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша гречневая молочная		200	110,19	102,77	372,91	292,59					
	крупа гречневая	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,06	-	6	89,4
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	44,24	90,80	0,16	0,6	-	23	87
	Масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	Чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Сахар	15		-	-	14,97	56,100	-	-	-	0,1	-
		Борщ на к/б со сметаной		300	3,7	3,65	20,41	131,16				
О Б Е Д	капуста	60		1,12	-	3,44	17,82	0,6	0,024	27	28,8	18,6
	картофель	75		1,40	-	13,80	58,10	0,9	0,5	16,0	7	0,68
	масло сливочное	2		0,01	1,65	0,01	15,43	-	-	-	0,2	0,35
	морковь	7		0,1	-	0,50	2,38	-	-	0,30	2,60	2,80
	лук	8		0,15	-	0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	масло растительное	5		0,02	2,15	0,03	28,96	-	-	-	-	-
	Гороховое пюре		150	9,25	7,44	23,15	189,04					
	горох	40		9,20	0,64	23,08	129,02	0,36	0,07	-	35,6	90,4
	масло сливочное	8		0,05	6,8	4,39	187,62	-	-	-	0,8	1,5
У Ж И Н 1	Курица варенная		111	14,56	12,43	4,39	187,62					
	куры	111		28,21	28,52		140,12	0,10	0,21	-	27,9	291,5
	Компот из сухофруктов + вит. С-0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	40	36
	сахар	20		-	-	19,96	74,80	-	-	-	0,4	0
	хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5
У Ж И Н 2	Каша ячневая молочная		200									
	ячневая крупа	30		3,0	0,39	19,89	95,5	0,07	0,03	-	19	72,8
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	215,80	0,16	0,06	-	23	87
	Масло сливочное	15		0,075	12,73	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	Чай	0,2						-	-	-	-	-
Сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Бифидок	200	200	6,0	0,1	7,6	55,3	0,06	0,34	1,4	240	190
	Печенье	30	30	2,25	3,54	22,23	129,78	0,02	0,01	-	8,7	27
	ВСЕГО:			166,0	106,2	388,100	2910,08					

4 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша молочная «Дружба»		200	6,7	6,88	31,23	219,5					
	пшено	12		1,44	0,34	1,59	40,18	0,6	-	-	4,3	35,0
	рис	15		1,05	0,09	11,59	52,66	0,12	-	-	1,2	0,15
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	90,76	0,06	0,22	1,95	180	135
	масло сливочное	5		0,01	1,65	0,01	15,43	-	-	-	0,6	0,95
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Какао с молоком		180	4,2	4,8	22,02	143,1					
	какао	0,4						-	-	-	-	-
сахар	15						-	-	-	-	-	
О Б Е Д	Суп хинкал на кост. бульоне со сметаной		200	4,41	5,55	22,93	155,01					
	мука	30		3,18	0,39	21,96	98,70	0,9	0,02	-	9	49,2
	яйцо	6		0,76	0,69	0,04	9,42	-	-	-	-	-
	сметана	10		0,28	0,2	0,32	20,60	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	чеснок	2						-	-	-	-	-
	масло сливочное	3		0,01	2,47	0,02	23,14	-	-	-	-	-
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Котлета мясная		105	15,01	11,02	5,67	225,57					
	мясо	111		14,01	4,90		100,8	0,07	0,20	-	11	280
	хлеб	10		0,77	0,13	4,98	187,62					
	лук	8		0,14	-	0,9	4,10	-	-	-	-	-
	масло растительное	6			5,99		55,70	-	-	-	-	-
	К а р т о ф е л ь	Картофель жаренная		140	4,0	10,91	34,6	254,07	0,18	0,10	30,0	15
картофель		150		4,0	0,8	34,6	160,0					
масло растительное		6,0			5,99		55,70	-	-	-	-	-
масло сливочное		5		0,02	4,12	0,04	38,57	-	-	-	0,6	0,95
Компот из сухофруктов + вит. С – 0,05			150	0,16		26,41	102,16					
сухофрукты		15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
сахар		15				19,96	74,80					
хлеб	100	150	7,47	1,17	43,29	204,30						
У Ж И Н 1	Отварная рыба с макаронами											
	рыба		69	174,9	0,99		708	0,06	0,22	3,5	100	525
	масло сливочное	5		0,03	2,56	0,04	23,48	-	-	-	0,6	0,95
	макароны	160		5,6	0,36	30,08	37,4	0,06	-	-	7,6	34,8
	хлеб пшеничный	100	100	7,47	11743,29	204,30		0,16	0,06		23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2						-	-	-	-	-
	сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-
У Ж И Н 2	Кефир		200	5,04	5,76	7,38	104,47	0,06	0,34	1,4	240	190
	Вафли	30		0,96	0,84	24,03	107,52	0,01	-	-	3,0	9,9
	ВСЕГО:			110,5	108,3	360,5	2971,93					

5 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	B1	B2	C	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша манная молочная		200	6,47	6,59	26,72	185,86					
	яйцо	41		6,35	5,75	0,35	78,50	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	крупа манная			2,06	0,2	13,54	65,20	0,02	-	-	4	17,0
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	3		0,2	2,47	0,03	22,44	-	-	-	-	-
	Хлеб с маслом		50	3,14	9,47	20,01	179,46					
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Какао с молоком		200	4,2	4,8	22,02	143,1					
	какао	0,2		0,09	0,07	0,11	0,27	-	-	-	-	-
	молоко	150		4,2	4,8	7,5	87	0,06	0,22	1,95	180	135
сахар	15				14,97	56,10						
О Б Е Д	Суп свекольный на кост. бульоне со сметаной		200	8,55	9,27	17,7	201,48					
	свекла	44		0,84		1,08	23,04	0,01	0,02	5,0	18,5	21,5
	морковь	7		0,1		0,50		-	-	0,25	2,55	2,75
	картофель	75		1,40		13,80	58,10	0,9	0,5	15,0	7	0,68
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	масло сливочное	3		0,2	2,47	0,47	22,44	-	-	-	-	-
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
Г у л я ж	Гуляж		200	2,23	4,62	21,01	129,84	-	-	-	-	-
	мясо	111		28,83	24,8		140,12	0,7	0,20	-	11	280
	масло сливочное	2			0,01	1,65	14,96	-	-	-	-	-
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	морковь	8		0,10		0,56	2,64	-	-	0,25	2,55	2,75
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Пшеничная каша		125	5,10	2,91	28,27	163,15					
	крупа пшеничная	40		5,08	0,44	28,24	140,71	0,15	0,07	-	-	84,6
	масло сливочное	4		0,02	3,30	0,04	29,92					
	Компот из сухофруктов + вит. С – 0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	20				19,96	74,80	-	-	-	0,4	-
	хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5
У Ж И Н 1	Каша гречневая молочная		200									
	крупа гречневая	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,06	-	6	89,4
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	90,80	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2						-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Пирожки с картошкой		90	6,75	13,67	41,75	313,37					
	мука	40		4,24	0,52	29,28	131,60	0,12	0,04	-	12	57,5
	яйцо			3,05	2,76	0,16	37,68	-	-	-	-	-
	дрожжи							-	-	-	-	-
	масло сливочное	2		0,02	2,45	0,02	21,44	-	-	-	-	-
	картофель	56		1,12		11,04	46,68	0,11	0,8	18,0	10	0,80
	лук	4		0,07		0,43	1,93	-	-	-	-	-
	масло растительное	10			9,99		89,90	-	-	-	-	-
	молоко	20		0,56	0,64	0,94	11,6	-	-	-	-	-
	Кисель	15	200	5,04	5,76	8,46	104,4	-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
	ВСЕГО:			110,19	102,77	372,91	2928,59					

6 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша молочная «Дружба»		200	6,7	6,88	31,23	219,5					
	пшено	12		1,44	0,34	1,59	40,18	0,6	-	-	4,3	35,0
	рис	15		1,05	0,09	11,59	52,66	0,12	-	-	1,2	0,15
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	90,76	0,06	0,22	1,95	180	135
	масло сливочное	5		0,01	1,65	0,01	15,43	-	-	-	0,6	0,95
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Какао с молоком		180	4,2	4,8	22,02	143,1					
	какао	0,4						-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
О Б Е Д	Суп хинкал на кост. бульоне со сметаной		200	4,41	5,55	22,93	155,01					
	мука	30		3,18	0,39	21,96	98,70	0,9	0,02	-	9	49,2
	яйцо	6		0,76	0,69	0,04	9,42	-	-	-	-	-
	сметана	10		0,28	0,2	0,32	20,60	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	чеснок	2						-	-	-	-	-
	масло сливочное	3		0,01	2,47	0,02	23,14	-	-	-	-	-
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Котлета мясная		105	15,01	11,02	5,67	225,57					
	мясо	111		14,01	4,90		100,8	0,07	0,20	-	11	280
	хлеб	10		0,77	0,13	4,98	187,62					
лук	8		0,14	-	0,9	4,10	-	-	-	-	-	
масло растительное	6			5,99		55,70	-	-	-	-	-	
	Картофель жаренная		140	4,0	10,91	34,6	254,07	0,18	0,10	30,0	15	1,35
	картофель	150		4,0	0,8	34,6	160,0					
	масло растительное	6,0			5,99		55,70	-	-	-	-	-
	масло сливочное	5		0,02	4,12	0,04	38,57	-	-	-	0,6	0,95
	Компот из сухофруктов + вит. С - 0,05		150	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	15				19,96	74,80					
хлеб	100	150	7,47	1,17	43,29	204,30						
У Ж И Н 1	Отварная рыба с макаронами											
	рыба		69	174,9	0,99		708	0,06	0,22	3,5	100	525
	масло сливочное	5		0,03	2,56	0,04	23,48	-	-	-	0,6	0,95
	макароны	160		5,6	0,36	30,08	37,4	0,06	-	-	7,6	34,8
	хлеб пшеничный	100	100	7,47	11743,29	204,30		0,16	0,06		23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2						-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Кефир		200	5,04	5,76	7,38	104,47	0,06	0,34	1,4	240	190
	Вафли	30		0,96	0,84	24,03	107,52	0,01	-	-	3,0	9,9
	ВСЕГО:			110,5	108,3	360,5	2971,93					

7 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Са	Fe
З А В Т Р А К	Омлет		80	7,77	9,82	2,73	129,94					
	яйцо 1шт.	41		6,35	5,75	0,35	78,50	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	молоко	50		1,40	1,60	2,35	29,0	0,02	0,07	0,65	60	45
	масло слив.	5		0,02	2,47	0,03	22,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб с маслом		50	3,14	9,48	20,01	179,6					
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло слив.	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Кофе с молоком		180	4,2	4,8	22,02	143,1					
	кофе	0,2										
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	130	100	0,06	0,017	1,5
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
О Б Е Д	Салат капустно-морковный		50	0,83	4,99	4,68	66,35					
	капуста	46		0,77	-	2,36	12,32	0,01	0,01	19,35	20,64	13,33
	морковь	5		0,06	-	0,33	1,58	-	-	0,25	2,55	2,75
	сахар	2		-	-	1,99	7,5					
	Суп-харчо на кост. бульоне со сметаной		200	2,23	4,62	21,01	129,84		-			
	рис	25		1,75	0,15	19,32	80,75	0,15	-	-	1,2	0,15
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,08	2,48	4,64
морковь	7		0,1		0,50	2,38	-	-	0,27	2,65	2,85	
масло слив.	8		0,02	2,47	0,03	22,44						
У Ж И Н 1	Картофельное пюре		200	3,38	3,94	28,58	157,72					
	картофель	192		4,12	0,824	27,6	116,2	0,18	0,10	30,0	15	1,35
	молоко	20		0,56	0,64	0,94	11,6					
	масло слив.	4		0,02	3,30	0,04	29,92	-	-	-	0,1	-
	масло раст.	2,0			1,99	-	17,98	-	-	-	-	-
	Котлета мясная		75	15,02	11,19	5,84	184,81					
	мясо	120		14,10	4,90		100,8	0,9	0,28	-	18	360
	хлеб пшеничный	10		0,77	0,3	4,98	26,2	-	-	-	-	-
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	масло раст.	6			5,99		53,94	-	-	-	-	-
	Компот из сухофруктов + вит. С-0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	20				19,96	74,80	-	-	-	0,4	-
хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5	
У Ж И Н 2	Каша пшеничная молочная		200									
	крупа пшеничная	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,01	-	8,1	69,9
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло слив.	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	-	-
	хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	90,80	0,16	0,06	-	23	87
	масло слив.	15		0,075	13,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
сахар	15		-	-	14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Пудинг творожный запеченный		140	20,3	14,1	20,9	293					
	творог	100		16,7	9,0	2,0	139	0,05	0,3	0,5	50	216
	крупа манная	10		1,03	0,1	6,77	32,1	0,01	-	-	2	8,0
	яйцо	-		3,05	2,76	0,16	37,68	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	молоко	40		1,35	1,55	2,15	27,0	0,02	0,07	0,65	60	45
	сахар	10		-	-	9,98	39,8	-	-	-	0,2	-
	масло слив.	3		0,02	2,45	0,02	21,44	-	-	-	-	-
сок абрикосовый												
ВСЕГО:			118,6	103,2	379,8	2758,6						

8 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша гречневая молочная		200	110,19	102,77	372,91	292,59					
	крупа гречневая	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,06	-	6	89,4
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	44,24	90,80	0,16	0,6	-	23	87
	Масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	Чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
Сахар	15		-	-	14,97	56,100	-	-	-	-	0,1	-
О Б Е Д	Борщ на к/б со сметаной		300	3,7	3,65	20,41	131,16					
	капуста	60		1,12	-	3,44	17,82	0,6	0,024	27	28,8	18,6
	картофель	75		1,40	-	13,80	58,10	0,9	0,5	16,0	7	0,68
	масло сливочное	2		0,01	1,65	0,01	15,43	-	-	-	0,2	0,35
	морковь	7		0,1	-	0,50	2,38	-	-	0,30	2,60	2,80
	лук	8		0,15	-	0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	масло растительное	5		0,02	2,15	0,03	28,96	-	-	-	-	-
	Гороховое пюре		150	9,25	7,44	23,15	189,04					
	горох	40		9,20	0,64	23,08	129,02	0,36	0,07	-	35,6	90,4
масло сливочное	8		0,05	6,8	4,39	187,62	-	-	-	0,8	1,5	
	Курица варенная		111	14,56	12,43	4,39	187,62					
	куры	111		28,21	28,52		140,12	0,10	0,21	-	27,9	291,5
	Компот из сухофруктов + вит. С-0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	40	36
	сахар	20		-	-	19,96	74,80	-	-	-	0,4	0
У Ж И Н 1	Каша ячневая молочная		200									
	ячневая крупа	30		3,0	0,39	19,89	95,5	0,07	0,03	-	19	72,8
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5		-	-	4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	Хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	215,80	0,16	0,06	-	23	87
	Масло сливочное	15		0,075	12,73	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	Чай	0,2		-	-	-	-	-	-	-	-	-
Сахар	15		-	-	14,97	56,10	-	-	-	-	-	
У Ж И Н 2	Бифидок	200	200	6,0	0,1	7,6	55,3	0,06	0,34	1,4	240	190
	Печенье	30	30	2,25	3,54	22,23	129,78	0,02	0,01	-	8,7	27
	ВСЕГО:			166,0	106,2	388,100	2910,08					

9 день

		НЕТТО	ВЫХОД	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша молочная «Дружба»		200	6,7	6,88	31,23	219,5					
	пшено	12		1,44	0,34	1,59	40,18	0,6	-	-	4,3	35,0
	рис	15		1,05	0,09	11,59	52,66	0,12	-	-	1,2	0,15
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	90,76	0,06	0,22	1,95	180	135
	масло сливочное	5		0,01	1,65	0,01	15,43	-	-	-	0,6	0,95
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Какао с молоком		180	4,2	4,8	22,02	143,1					
	какао	0,4						-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
О Б Е Д	Суп-хинкал на кост. бульоне со сметаной		200	4,41	5,55	22,93	155,01					
	мука	30		3,18	0,39	21,96	98,70	0,9	0,02	-	9	49,2
	яйцо	6		0,76	0,69	0,04	9,42	-	-	-	-	-
	сметана	10		0,28	0,2	0,32	20,60	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	чеснок	2						-	-	-	-	-
	масло сливочное	3		0,01	2,47	0,02	23,14	-	-	-	-	-
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Котлета мясная		105	15,01	11,02	5,67	225,57					
	мясо	111		14,01	4,90		100,8	0,07	0,20	-	11	280
	хлеб	10		0,77	0,13	4,98	187,62					
	лук	8		0,14	-	0,9	4,10	-	-	-	-	-
	масло растительное	6			5,99		55,70	-	-	-	-	-
К а р т о ф е л ь	Картофель жаренная		140	4,0	10,91	34,6	254,07	0,18	0,10	30,0	15	1,35
	картофель	150		4,0	0,8	34,6	160,0					
	масло растительное	6,0			5,99		55,70	-	-	-	-	-
	масло сливочное	5		0,02	4,12	0,04	38,57	-	-	-	0,6	0,95
	Компот из сухофруктов + вит. С – 0,05		150	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	15				19,96	74,80					
хлеб	100	150	7,47	1,17	43,29	204,30						
У Ж И Н 1	Отварная рыба с макаронами											
	рыба		69	174,9	0,99		708	0,06	0,22	3,5	100	525
	масло сливочное	5		0,03	2,56	0,04	23,48	-	-	-	0,6	0,95
	макароны	160		5,6	0,36	30,08	37,4	0,06	-	-	7,6	34,8
	хлеб пшеничный	100	100	7,47	11743,29	204,30		0,16	0,06		23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2						-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
У Ж И Н 2	Кефир		200	5,04	5,76	7,38	104,47	0,06	0,34	1,4	240	190
	Вафли	30		0,96	0,84	24,03	107,52	0,01	-	-	3,0	9,9
	ВСЕГО:			110,5	108,3	360,5	2971,93					

10 день

		нетто	выход	б	ж	у	кал	В1	В2	С	Ca	Fe
З А В Т Р А К	Каша манная молочная		200	6,47	6,59	26,72	185,86					
	яйцо	41		6,35	5,75	0,35	78,50	0,02	0,18	-	22,55	78,72
	крупа манная			2,06	0,2	13,54	65,20	0,02	-	-	4	17,0
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	3		0,2	2,47	0,03	22,44	-	-	-	-	-
	Хлеб с маслом		50	3,14	9,47	20,01	179,46					
	хлеб	100	100	3,08	1,2	19,92	104,8	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,06	8,25	0,09	74,80	-	0,015	-	2,85	1,8
	Какао с молоком		200	4,2	4,8	22,02	143,1					
	какао	0,2		0,09	0,07	0,11	0,27	-	-	-	-	-
	молоко	150		4,2	4,8	7,5	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	15				14,97	56,10					
О Б Е Д	Суп свекольный на кост. бульоне со сметаной		200	8,55	9,27	17,7	201,48					
	свекла	44		0,84		1,08	23,04	0,01	0,02	5,0	18,5	21,5
	морковь	7		0,1		0,50		-	-	0,25	2,55	2,75
	картофель	75		1,40		13,80	58,10	0,9	0,5	15,0	7	0,68
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	сметана	10		0,21	2,0	0,30	20,4	-	0,01	0,03	8,6	6,0
	масло сливочное	3		0,2	2,47	0,47	22,44	-	-	-	-	-
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
У Ж И Н 1	Гуляж		200	2,23	4,62	21,01	129,84	-	-	-	-	-
	мясо	111		28,83	24,8		140,12	0,7	0,20	-	11	280
	масло сливочное	2			0,01	1,65	14,96	-	-	-	-	-
	лук	8		0,15		0,86	3,87	-	-	0,8	2,48	4,64
	морковь	8		0,10		0,56	2,64	-	-	0,25	2,55	2,75
	томат	5		0,18		0,59	3,15	-	-	-	-	-
	Пшеничная каша		125	5,10	2,91	28,27	163,15					
	крупа пшеничная	40		5,08	0,44	28,24	140,71	0,15	0,07	-	-	84,6
	масло сливочное	4		0,02	3,30	0,04	29,92					
	Компот из сухофруктов + вит. С – 0,05		200	0,16		26,41	102,16					
	сухофрукты	15		0,16		6,45	27,36	-	-	255	30	15
	сахар	20				19,96	74,80	-	-	-	0,4	-
	хлеб	150	150	7,42	1,17	43,29	204,30	0,24	0,09	-	34,5	130,5
У Ж И Н 2	Каша гречневая молочная		200									
	крупа гречневая	30		3,45	0,99	19,95	102,51	0,12	0,06	-	6	89,4
	молоко	150		4,2	4,8	7,05	87	0,06	0,22	1,95	180	135
	сахар	5				4,99	18,7	-	-	-	0,1	-
	масло сливочное	5		0,023	4,12	0,04	37,44	-	-	-	0,6	0,95
	хлеб пшеничный	100	100	7,320	1,520	43,24	90,80	0,16	0,06	-	23	87
	масло сливочное	15		0,075	12,37	0,12	112,09	-	0,015	-	2,85	1,8
	чай	0,2						-	-	-	-	-
	сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-
У Ж И Н 2	Пирожки с картошкой		90	6,75	13,67	41,75	313,37					
	мука	40		4,24	0,52	29,28	131,60	0,12	0,04	-	12	57,5
	яйцо			3,05	2,76	0,16	37,68	-	-	-	-	-
	дрожжи							-	-	-	-	-
	масло сливочное	2		0,02	2,45	0,02	21,44	-	-	-	-	-
	картофель	56		1,12		11,04	46,68	0,11	0,8	18,0	10	0,80
	лук	4		0,07		0,43	1,93	-	-	-	-	-
	масло растительное	10			9,99		89,90	-	-	-	-	-
	молоко	20		0,56	0,64	0,94	11,6	-	-	-	-	-
	Кисель	15	200	5,04	5,76	8,46	104,4	-	-	-	-	-
сахар	15				14,97	56,10	-	-	-	0,3	-	
ВСЕГО:			110,19	102,77	372,91	2928,59						

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Борщ из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растит.	4	4				
Капуста свежая	30	24				
Свекла	40	32				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	10	8				
Бульон	200	200				
Сметана	8	8				
Петрушка (<i>корень</i>)	2.6	2				
Сахар	2	2				
Лимонная кислота	0.2	0.2				
Всего			1.54	5.07	8.04	83.33

Технология приготовления:

В кипящий бульон закладывают, нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель. Варят 10—15 минут.

Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, пассируют, кладут в борщ одновременно с пассированными овощами и томатным пюре. Борщ заправляют пассированной мукой, разведенной бульоном. Отпускают со сметаной.

Требования к качеству:

На поверхности борща блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко до темно-малинового. Вкус сладковатый. Приятный запах припущенных корнеьев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Свекольник со сметаной.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Свекла	64	51				
Картофель	46	34.5				
Морковь	10	8				
Лук репчатый	10.7	8.9				
Масло сливочное	4	4				
Бульон или вода	200	200				
Сметана	8	8				
Лимонная кислота	0.2	0.2				
Сахар	1.3	1.3				
Всего			1.54	5.07	8.04	83.33

Технология приготовления:

Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый — полукольцами. Морковь и лук пассируют, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассированные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности. За 5 минут до готовности вводят соль, сахар, лавровый лист. В готовый свекольник добавляют сметану, мелко нарубленную зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

На поверхности свекольника блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко — до темно-малинового. Вкус сладковатый. Приятный запах припущенных корнеьев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей. Консистенция свеклы слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Суп из овощей на мясном бульоне с зеленым горошком.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста бело	20	16				
Картофель	53	40				
Лук репчатый	9.6	8				
Морковь	10	8				
Зеленый гор.	9.2	6				
Масло слив.	4	4				
Бульон	200	200				
Всего			1.54	4.69	10.07	92.19

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук. Варят 15 минут, добавляют зеленый горошек, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, зелень, доводят до кипения.

Требования к качеству:

Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция картофеля, капусты мягкая, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый. С ароматом свежих овощей, зелени.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Суп перловый на мясном бульоне.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Перловка	10	10				
Картофель	100	50				
Лук репчатый	9.6	8				
Морковь	10	8				
Масло слив.	30	30				
Бульон	4	4				
Сметана	200	200				
	10	10				
Всего			1.54	4.69	10.07	92.19

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут перловку, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь, томат и лук, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, доводят до кипения.

Требования к качеству:

Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция кореньев, картофеля, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый. С ароматом свежих овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Молочный суп.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	150	150				
Масло сливочное	2	2				
Сахар	2	2				
Вермишель	16	16				
Вода	50	50				
Всего			5.58	6.12	19.73	156.08

Технология приготовления:

Макаронные изделия отдельно варят в кипящей соленой воде до полуготовности в течение 5 минут. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце — сливочного масла. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый. Вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса подгорелого масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Котлета из говядины.

Выход 70 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сливочное	5	5				
Сухари	7.5	7.5				
Мясо	81	60				
Хлеб	13	13				
Молоко	16	16				
Масса полуфабриката		87				
Всего			10.68	11.72	5.74	176.75

Технология приготовления:

Мясо промыть, отделить от костей, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку. Смешать с размоченным в молоке и хорошо отжатым хлебом и вновь пропустить через мясорубку. Добавить яйца, посолить и хорошо взбить. Из приготовленной котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутые, с заостренным концом. Укладывают на противень с маслом, разогретым до 150—160 °С, готовят в жарочном шкафу.

Требования к качеству:

Цвет корочки — от светло-коричневого до коричневого. Форма овальная с заостренным концом, приплюснутая. Консистенция однородная, сочная, пышная. Запах жареного мяса, панированного в сухарях

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Гуляш из говядины.

Выход 80/70 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растит.	5.6	5.6				
Томатное пюре	9.5	9.5				
Лук репчатый	14	12				
Мясо — говядина	100	65				
Соль	0.5	0.5				
Масса соуса		40				
Всего			18.56	20.72	5.77	283.79

Технология приготовления:

Нарезанные кубиками кусочки мяса весом 20—30 г обжаривают, заливают водой или бульоном и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, в котором тушилось мясо, готовят соус, добавляют в него пассированный лук, соль. Заливают соусом мясо и продолжают тушить еще 25—30 минут. За 5—10 минут до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству:

Цвет мяса светло-коричневый. Консистенция однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8.

Котлеты или биточки рыбные из минтая.

Выход 70 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Минтай без головы	130	60				
Хлеб пшеничный	13	13				
Соус	30	30				
Масло сливочное	1.4	1.4				
Молоко	10	10				
Яйцо	/6 шт	6,8				
Масса полуфабр.	.	70				
Всего			10.36	1.93	6.79	85.93

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду. Все тщательно перемешивают, отбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают в один ряд в сотейник, смазанный маслом, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности в течение 20—30 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.

Температура подачи 65 °С.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Требования к качеству:

Внешний вид: изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету).

Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком.

Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9.

Картофельное пюре.

Выход 130 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	250	200				
Молоко	50	50				
Масло сливочное	5	5				
Всего			2.77	5.25	20.19	139.0

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, 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, пропускают через протирающую машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 °С. В горячую картофельную массу добавляют в 2—3 приема горячее кипяченое молоко, сливочное масло и тщательно 100 °С в течение 5—7 минут. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция: густая, пышная, однородная масса, без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений. Вкус слегка соленый, нежный. С ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10.

Капуста тушеная.

Выход 150г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сливочное	10	10				
Капуста свежая	250	200				
Лук репчатый	12	10				
Морковь	12	10				
Томат	5	5				
Масло растительное	5	5				
Всего			3.93	4.84	18.17	110.74

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду, растительное масло. Тушат до полу готовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь и лук, а также лавровый лист. Тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения заправляют сливочным маслом, солью и вновь доводят до кипения. При отпуске блюдо можно посыпать нарезанной зеленью.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Вкус кисло-сладкий. Запах тушеной капусты, овощей, пряностей. Консистенция сочная, слабо хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11.

Макаронны отварные.

Выход 130 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Вермишель	45	45				
Масло сливочное	5	5				
Масса отварных макаронных изделий		125				
Всего			4.79	4.59	30.62	182.95

Технология приготовления:

Макаронные изделия (макаронны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20—30 минут, лапшу — 20—25 минут, вермишель — 10—12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.

Требования к качеству:

Вкус и запах макаронных изделий и масла. Блюдо в меру соленое. Консистенция: рассыпчатая масса без комков, макаронные изделия, сохранившие форму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Салат из белокочанной капусты с морковью.

Выход 60 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Капуста белокочанная	53	42				
Морковь	6,5	5				
Сахар	2,5	2,5				
Масло растительное	5	5				
Вода	2,5	2,5				
Лимонная кислота	0,04	0,04				
Всего			0,66	4,03	4,25	53,9

Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой, морковь натирают или тоже шинкуют, кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Требования к качеству:

Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась. Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13.

Панкейки.

Выход 100 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мука	57	57				
Молоко	60	60				
Дрожжи	2	2				
Сахар	2	2				
Масло растительное	6	6				
Всего			7,2	8,0	44,3	274,1

Технология приготовления:

Сахар, соль, растворенные дрожжи разводят теплым молоком, перемешивают с мукой и ставят в теплое место для брожения на 1,5-2 часа.
Жарят на хорошо разогретом сковороде с обеих сторон.

Требования к качеству:

Поверхность ровная. Консистенция однородная, рыхлая. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14.

Творожно-манная запеканка.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетт	белки	жиры	углеводы	
Крупа манная	25	25				
Молоко	80	80				
Яйцо	¼	12				
Джем	10	10				
Творог	40	40				
Сахар	10	10				
Масло сливочное	5	5				
Всего			10,6	11,9	37,1	301,8

Технология приготовления:

Отваривают манную кашу, остужают, смешивают с творогом, яичным желтком, сахаром и взбитыми белками, выкладывают на смазанный маслом противень и выпекают.

Требования к качеству:

Поверхность ровная, без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотисто-желтый. Вкус и запах, свойственные творогу

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15.

Каша рисовая молочная.

Выход 200 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Рис	25	25				
Молоко	150	150				
Вода	80	80				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Всего			5,8	8,8	29,3	229,7

Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают, засыпают в кипящую воду. Отваривают до полуготовности, затем добавляют кипящее молоко, соль, сахар и отваривают при слабом огне до готовности. При выдаче кладут масло.

Требования к качеству:

Цвет белый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывается. Вкус и запах, свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши, комков и засохших пленок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16.

Омлет натуральный.

Выход 60 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Яйцо	1 шт.	48				
Масло сливочное	3	3				
Молоко	15	15				
Всего			5,6	8,4	1,96	110,3

Технология приготовления:

Яйца (предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6 1079-01) смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200 градусов С. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования к качеству:

Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5 - 3 см..

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17.**Каша гречневая вязкая на молоке.**

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	150	150				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа гречневая	20	20				
Вода	50	50				
Масса каши		200				
Всего			7.94	8.21	35.13	246.17

Технология приготовления:

В кипящую смесь воды и молока добавляют соль, сахар, всыпают гречневую крупу, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой. Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18.

Каша манная молочная, жидкая. Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г,		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жир	углеводы	
Молоко	150	150				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа манная	20	20				
Вода	50	50				
Всего			6.20	8.05	31.09	222.02

Технология приготовления:

Манную крупу просеивают, прокаливают на медленном огне. Засыпают в кипящее молоко и при непрерывном перемешивании варят до готовности. За 2—3 минуты до готовности добавляют сахар, соль, масло.

Требования к качеству:

Консистенция жидкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19.

Каша пшенная молочная, жидкая.

Выход 200/5 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	150	150				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа пшено	10	10				
Вода	50	50				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.9

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20—30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности, периодически помешивая. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20.

Булочка домашняя.

Выход 85 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Сахар	5	5				
молоко	50	50				
Яйцо	1/6	6,8				
Дрожжи	1	1				
Масло	5	5				
Мука	50	50				
Соль	0.4	0.4				
Всего			4.37	7.07	36.80	228.20

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое для пирожков, приготовленное безопасным способом, слабой смазанные растительным маслом столы на расстоянии 4—5 см один от другого. После 20—30 минут расстойки укладывают на смазанный маслом противень на расстоянии 2 консистенции раскатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут и порционируют на куски. Кусочки теста формуют в шарики, раскладывают на 3 см один от другого и выпекают при температуре 240—250°C в течение 20—25 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид: булочка овальной или округлой формы. Цвет корочки золотисто-румяный. Вкус, свойственный данному виду начинки и теста. Консистенция пышная, пропеченная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21.

Чай с сахаром и молоком.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чай высшего и 1-го	2	2				
Сахар	15	15				
Вода	60/90	60/90				
Молоко	90/110	90/110				
Итого			0.12	—	12.04	48.64

Технология приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, добавить горячее кипяченое молоко, охладить до температуры 45 градусов, после чего разлить по чашкам.

Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22.

Чай с сахаром.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Чай высшего и 1-го	2	2				
Сахар	15	15				
Вода	150/200	150/200				
Итого			0.12	—	12.04	48.64

Технология приготовления:

Разливают в стаканы по 50 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар, варенье, мед кладут в каждую порцию. Температура подачи 65 °С. В летний период чай можно использовать как прохладительный напиток. Температура подачи 14 °С.

Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. В зависимости от добавки приобретает привкус меда или варенья. Прозрачен. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен или имеет тускло-коричневый цвет, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23.

Чай с лимоном.

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чай высшего и 1-го сорта	2 15	2 15				
Сахар	200	200				
Вода	8	7				
Всего			0.07	0.01	15.31	61.62

Технология приготовления:

Посуду ополаскивают горячей водой, засыпают чайную заварку, заливают кипятком, настаивают 5—10 минут, добавляют сахар, ломтики лимона. Дают отстояться и разливают.

Требования к качеству:

Аромат и вкус, характерные для сорта чая. Напиток имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24.

Какао с молоком.

Выход 200 г.

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Какао пор.	3	3				
Сахар	15	15				
Молоко	200	200				
Всего			3.77	3.93	25.95	153.92

Технология приготовления:

Порошок какао смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость без пленки на поверхности. Вкус умеренно сладкий, с привкусом молока и какао.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25.

Компот из смеси сухофруктов.

Выход 200г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Смесь сухофруктов	25	30.5 (отв.)				
Сахар	15	15				
Вода	190	190				
Всего			0.56	—	27.89	113.79

Технология приготовления:

Сушеные плоды перебрать, промыть, залить горячей водой, довести до кипения, добавить сахар. Время варки сухофруктов: груш — 1—2 часа; яблок — 20—30 минут; чернослива, кураги, изюма — 10—20 минут.

Требования к качеству:

Плоды и ягоды целые, сварены до готовности. Цвет от светло- до темно-коричневого. Вкус приятно-сладкий или кисло-сладкий. Фрукты мягкие, пропитаны отваром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №26.

Кисель из концентрата.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Концентрат киселя	25	25				
Сахар	10	10				
Вода	190	190				
Всего			1.36	—	29.02	116.19

Технология приготовления:

Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной кипяченой воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Температура подачи 14°С.

Требования к качеству:

Кисель имеет цвет ягод или плодов, из которых изготовлен концентрат. Вкус кисло-сладкий. С ароматом вида концентрата. Консистенция средней густоты, без комков заварившегося крахмала.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27.**Суп из домашней лапши на курином бульоне.****Выход 200 г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Бульон	200	200				
Масло сливочное	2	2				
Домашняя лапша	20	20				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	10	8				
Всего			5.58	6.12	19.73	156.08

Технология приготовления:

В кипящий бульон добавляют припущенные морковь, лук, за 10 минут до готовности добавляют домашнюю лапшу.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция домашней лапши не меняется, форма должна быть сохранена. Цвет золотистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28.

Винегрет.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Картофель	100	50				
Морковь	50	25				
Свекла	100	50				
Лук	10	8				
Соленые огурцы	50	30				
Зеленый горошек	30	20				
Масло растительное	3	3				
Всего			1,89	15.21	12.48	232.4

Технология приготовления:

Овощи промываются и отвариваются. Очищенные овощи режутся кубиками, перемешиваются и заправляются маслом и солью. Температура подачи 14 ° С.

Требования к качеству:

Овощи сохранили свою форму. Цвет красноватый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29.

Суп гороховый на мясном бульоне.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Горох сухой	30	30				
Морковь	20	16				
Картофель	50	35				
Лук репчатый	10	8				
Масло сливочное	3	3				
Всего			8,2	3,5	29,7	186,6

Технология приготовления:

Сварить мясной бульон. Лущеный горох перебрать, промыть, заложить в кипящий бульон и варить до готовности. Очищенные и вымытые корни и лук нарезать мелкими кубиками, слегка пассировать на масле и за 10-15 мин. До конца варки положить в суп, добавив соль.

Подают с гренками.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Консистенция гороха и овощей мягкая; цвет супа - желтый, слегка мутноватый. Вкус и запах, свойственные бульону, гороху, картофелю, пассированным овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30.

Овощи тушеные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Картофель	80	49				
Морковь	60	48				
Лук репчатый	10	8				
Капуста	60	42				
цв./белокоч.	5	2,5				
Зелень укропа	5	5				
Масло сливочное	20	18				
Зеленый горошек						
Всего			4,0	4,22	26,6	124,1

Технология приготовления:

Очищенный картофель, капусту и морковь нарезают кубиками и варят по отдельности в кипящей подсоленной воде 05-10 мин., отвар сливают, зеленый горошек прогревают. В овощи добавляют сливочное масло и тушат до готовности.

Требования к качеству:

Консистенция овощей мягкая. Цвет желтовато - белый. Вкус и запах, свойственные тушеным овощам с ароматом сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31.Бутерброд с сыром.

Выход 100 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углевод	
Сыр голландский	35,9	33,0				
Масло сливочное	17,0	17,0				
Хлеб пшеничный	50,0	50,0				
Всего			11,63	24,74	26,76	381,1

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин. до отпуска и хранят его в холодильнике). Ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным и укладывают на них подготовленный сыр.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32.

Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом.

Выход 100 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Томаты грунтовые	60,0	51,0				
Лук репчатый	13,0	10,9				
Огурцы грунтовые	35,0	33,3				
Масло растит.	7,0	7,0				
Соль	0,25	0,25				
Всего			0,98	7,13	3,80	94,3

Технология приготовления:

Помидоры и огурцы промывают, удаляют плодоножки, режут кружочками или дольками. Зеленый лук тщательно перебирают, моют, режут. Овощи соединяют, добавляют соль, заправляют растительным маслом и перемешивают.

Требования к качеству:

Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась. Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33.

Молоко стерилизованное, кипяченое.

Выход 100 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко стерилизованное	105,0	100,0				
Всего			2,8	3,2	4,1	56,0

Технология приготовления:

Готовый продукт промышленного производства. Поступает в пакетах. Молоко стерилизованное не требует дополнительного кипячения. Перед отпуском разливают в чашки. Температура подачи не ниже 15 градусов С.

Требования к качеству:

Срок реализации не более 1 часа после вскрытия упаковки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34.

Салат из моркови с растительным маслом.

Выход 100 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Морковь	116,0	93,0				
Сахар-песок	3,0	3,0				
Масло растит.	7,0	7,0				
Всего			1,21	7,09	9,69	105,92

Технология приготовления:

Морковь промыть, очистить, нашинковать. Заправить сахаром и растительным маслом.

Требования к качеству:

Консистенция моркови упругая, вкус, цвет и запах, свойственные моркови

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Каша пшеничная молочная, жидкая.

Выход 200/5 г

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	150	150				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа пшеничная	20	20				
Вода	50	50				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20—30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и