

**Основное двухнедельное меню (завтрак) для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (сад) в дошкольных образовательных организациях, функционирующих в режиме кратковременного пребывания**

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико-технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания ("Хлебпродинформ", Москва 1996г) под редакцией Ф.Л.Марчука.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2011 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2012 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

**ДЕНЬ 1**

**Завтрак**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	7,3	13,2	27,8	256
393/11	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,2	41
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,62</b>	<b>14,62</b>	<b>51,1</b>	<b>375</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>427</b>				

**2-ой завтрак**

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

**ДЕНЬ 2**

**Завтрак**

ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным	200\10	7,9	13,6	32,7	268
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	20	2,1	0,9	8,7	52
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,06</b>	<b>14,52</b>	<b>51,4</b>	<b>360</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>410</b>				

**2-ой завтрак**

	Фрукты свежие	100	0,5	0	13,7	55
--	---------------	-----	-----	---	------	----

**ДЕНЬ 3**

**Завтрак**

ТТК № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным	200\10	7,4	11,6	28,3	238
393/11	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,2	41
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,72</b>	<b>13,02</b>	<b>51,6</b>	<b>357</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>427</b>				

**2-ой завтрак**

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

**ДЕНЬ 4**

**Завтрак**

ТТК № 44	Каша домашняя молочная манная с маслом сливочным	200\10	6,7	13,2	28,5	242
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	20	2,1	0,9	8,7	52
	<b>ИТОГО:</b>		<b>8,86</b>	<b>14,12</b>	<b>47,2</b>	<b>334</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>410</b>				

**2-ой завтрак**

	Фрукты свежие	100	0,5	0	13,7	55
--	---------------	-----	-----	---	------	----

ДЕНЬ 5

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным	200/10	7,8	12,4	32,1	270
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
	<b>ИТОГО:</b>		<b>11,06</b>	<b>13,82</b>	<b>55,2</b>	<b>388</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>420</b>				

2-ой завтрак

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

ДЕНЬ 6

Завтрак

ТТК № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным	200\10	7,4	11,6	28,3	238
393/11	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,2	41
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,72</b>	<b>13,02</b>	<b>51,6</b>	<b>357</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>427</b>				

2-ой завтрак

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

ДЕНЬ 7

Завтрак

ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным	200\10	7,9	13,6	32,7	268
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	20	2,1	0,9	8,7	52
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,06</b>	<b>14,52</b>	<b>51,4</b>	<b>360</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>410</b>				

2-ой завтрак

	Фрукты свежие	100	0,5	0	13,7	55
--	---------------	-----	-----	---	------	----

ДЕНЬ 8

Завтрак

ТТК № 44	Каша домашняя молочная манная с маслом сливочным	200\10	6,7	13,2	28,5	242
393/11	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,2	41
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,02</b>	<b>14,62</b>	<b>51,8</b>	<b>361</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>427</b>				

2-ой завтрак

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

ДЕНЬ 9

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	7,3	13,2	27,8	256
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	20	2,1	0,9	8,7	52
	<b>ИТОГО:</b>		<b>9,46</b>	<b>14,12</b>	<b>46,5</b>	<b>348</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>410</b>				

2-ой завтрак

	Фрукты свежие	100	0,5	0	13,7	55
--	---------------	-----	-----	---	------	----




**Завтрак**

ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеница с маслом сливочным	200/10	7,8	12,4	32,1	270
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	10	40
	Хлеб йодированный	30	3,2	1,4	13,1	78
		<b>ИТОГО:</b>	<b>11,06</b>	<b>13,82</b>	<b>55,2</b>	<b>388</b>
	<b>Суммарный объем завтрака:</b>	<b>420</b>				

**2-ой завтрак**

399\11	Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами)	100	0,5	0	10,7	55
--------	--	-----	-----	---	------	----

Заказчик: <u>МДОУ д/с № 95</u>	Исполнитель: ООО "МАРГО"
(наименование муниципального дошкольного образовательного учреждения)	Директор <u>М.В. Лашенова</u>
Заведующая(щий) <u>Машкова М.</u>	М.П. 
М.П. 