

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ГБДОУ детский сад № 45
Приморского района Санкт-Петербурга

/Е.Д. Спичак/

2024 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

/Костенюк О.Ю./

2024 г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет,
посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения,
в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 33	33/3	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,96	5,77	23,14	145,72
ТТК № 13	13/2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 44	44/2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,67	1,89	15,78	98,22
Итого за прием пищи:			440	10,23	8,20	63,84	351,54
II Завтрак							
ТТК № 113	113/6	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00
Итого за прием пищи:			180	0,90	0,00	22,86	99,00
Обед							
ТТК №54	54/3	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,42	0,06	1,14	7,20
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,60	7,49	10,81	121,90
ТТК № 87	87/2	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8,81	6,41	4,29	122,00
ТТК № 149	149/2	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2,02	8,30	22,74	152,60
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 41	41/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,44
Итого за прием пищи:			720	18,51	23,24	85,28	616,14
Полдник							
ТТК № 63	63/2	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый (С ПОВИДЛОМ)	50	2,83	2,58	30,50	156,67
ТТК № 102	102/1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ М.Д.Ж. 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00
Итого за прием пищи:			250	8,93	7,88	40,60	269,67
Всего за день:				38,57	39,32	212,58	1 336,35

2 день

Завтрак

ТТК № 34	34/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,73	4,67	25,48	160,50
ТТК № 16	16/3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,14	6,45	10,60	126,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
Итого за прием пищи:			427	13,53	11,67	53,09	368,06
II Завтрак							
ТТК № 38	38/2	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00

Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Обед

ТТК №54	54/4	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 81	81/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4,71	4,17	21,02	128,23
ТТК № 226	226/1	КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	75	8,65	8,25	9,04	163,50
ТТК № 45	45/2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2,92	4,06	24,76	146,63
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 40	40/4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86

Итого за прием пищи:			710	21,18	17,69	95,92	634,42
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Полдник

ТТК № 78	78/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150	16,42	16,01	18,95	253,50
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18

Итого за прием пищи:			330	16,52	16,01	25,15	278,68
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Всего за день:			56,45	49,87	181,36	1 371,16
-----------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

3 день

Завтрак

ТТК № 37	37/2	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	2,88	8,10	24,12	126,00
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,67	10,64	91,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60

Итого за прием пищи:			405	8,01	15,01	57,16	344,20
-----------------------------	--	--	------------	-------------	--------------	--------------	---------------

II Завтрак

ТТК № 73	73/2	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
----------	------	---------------------	-----	------	------	------	-------

Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Обед

ТТК № 183	183/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	60	2,00	4,20	4,36	63,12
ТТК № 134	134/4	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,82	5,44	9,83	92,46
ТТК № 162	162/2	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	8,48	9,28	14,60	177,60
ТТК № 345	345/1	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МОРКОВЬЮ В МОЛОКЕ	140	1,90	3,92	6,44	87,80
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 48	48/2	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0,04	11,58	48,41

Итого за прием пищи:			720	20,48	23,86	75,93	611,39
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Полдник

ТТК № 28	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0,18	0,00	26,25	105,00
ТТК № 98	98/3	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,06	0,06	27,20	115,60
ТТК № 1	1/9	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Итого за прием пищи:			335	1,64	0,46	63,25	267,60
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	--------------	---------------

Всего за день:			35,35	43,83	203,90	1 315,19
-----------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

4 день

Завтрак

ТТК № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	170	7,50	10,21	8,26	176,60
----------	------	------------------	-----	------	-------	------	--------

ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ)	30	0,86	1,09	1,51	18,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 97	97/2	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,50	15,20	98,80
Итого за прием пищи:			400	12,86	14,34	35,57	347,00
II Завтрак							
ТТК № 113	113/5	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед							
ТТК 185	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,42	5,06	1,38	55,80
ТТК № 70	70/2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,83	7,55	13,46	118,50
ТТК № 11	11/3	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	75	8,04	8,48	10,81	164,25
ТТК № 109	109/2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,64	5,69	37,07	159,25
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 49	49/1	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	10,41	44,80
Итого за прием пищи:			695	18,66	27,23	91,65	631,00
Полдник							
ТТК № 117	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,83	25,92	180,00
ТТК № 361	361/1	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0,30	0,19	13,71	60,15
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			330	5,20	8,22	47,73	283,15
Всего за день:				37,72	49,99	195,15	1 353,15
5 день							
Завтрак							
ТТК № 36	36/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,90	5,71	22,93	162,44
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,49	10,60	90,00
ТТК № 44	44/2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,67	1,89	15,78	98,22
Итого за прием пищи:			430	10,39	11,09	49,31	350,66
II Завтрак							
ТТК № 38	38/2	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
Обед							
ТТК №54	54/4	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 94	94/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,84	5,45	7,46	105,97
ТТК № 142	142/2	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	8,16	3,90	9,04	126,00
ТТК № 127	127/3	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,01	4,80	21,51	137,25
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 50	50/2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	16,67	83,04
Итого за прием пищи:			730	18,38	15,50	86,08	607,46
Полдник							
ТТК № 218	218/1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	150	9,00	12,25	20,96	241,40
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
Итого за прием пищи:			330	9,10	12,25	27,16	266,58
Всего за день:				43,09	43,34	169,75	1 314,70

6 день**Завтрак**

ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,35	5,60	20,77	132,83
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,67	10,64	91,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			405	10,48	12,51	53,81	351,03

II Завтрак

ТТК № 129	129/2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	19,96	82,18
Итого за прием пищи:			200	0,13	0,12	19,96	82,18

Обед

ТТК №55	55/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,67	7,49	10,81	121,90
ТТК № 42	42/2	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	7,62	12,74	9,71	190,24
ТТК № 53	53/2	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1,23	3,02	12,32	69,44
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 41	41/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,44
Итого за прием пищи:			720	16,66	24,29	80,16	600,02

Полдник

ТТК № 145	145/2	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,20	3,00	29,20	157,00
ТТК № 102	102/1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ М.Д.Ж. 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00
Итого за прием пищи:			250	9,30	8,30	39,30	270,00
Всего за день:				36,57	45,22	193,23	1 303,23

7 день**Завтрак**

ТТК № 118	118/2	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	3,89	5,90	28,51	171,12
ТТК № 13	13/2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 97	97/2	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,50	15,20	98,80
Итого за прием пищи:			400	8,49	8,94	68,63	377,52

II Завтрак

ТТК № 73	73/2	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00

Обед

ТТК № 20	20/2	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,06	3,96	73,80
ТТК № 84	84/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	200	4,54	2,71	16,48	110,63
ТТК № 43	43/2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,64	3,89	14,46	141,00
ТТК № 148	148/2	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,78	4,43	22,88	109,31
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 40	40/4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86
Итого за прием пищи:			720	22,04	18,18	96,60	617,60

Полдник

ТТК № 78	78/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150	16,42	16,01	18,95	253,50
----------	------	------------------------------	-----	-------	-------	-------	--------

ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
----------	------	---------------	-------	------	------	------	-------

Итого за прием пищи:			337	16,58	16,02	25,36	281,06
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Всего за день:			52,33	47,64	198,15	1 368,18
-----------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

8 день

Завтрак

ТТК № 56	56/2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,15	12,50	5,02	198,35
----------	------	-------------------	-----	------	-------	------	--------

ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	30	0,86	1,09	1,51	18,00
----------	------	---	----	------	------	------	-------

ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
----------	------	-------------------	----	------	------	-------	-------

ТТК № 44	44/3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,70	14,20	88,40
----------	------	----------------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого за прием пищи:			400	13,91	15,83	31,33	358,35
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

II Завтрак

ТТК № 38	38/2	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
----------	------	-------------------	-----	------	------	------	-------

Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Обед

ТТК 185	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,42	5,06	1,38	55,80
---------	-------	-------------------------	----	------	------	------	-------

ТТК № 346	346/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ((С РИСОМ) С ПТИЦЕЙ)	200	4,86	5,02	13,32	139,56
-----------	-------	--	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 11	11/4	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	75	8,04	8,48	10,81	164,25
----------	------	-------------------------------------	----	------	------	-------	--------

ТТК № 158	158/2	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	1,78	5,98	15,11	108,26
-----------	-------	----------------------------	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
----------	------	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
----------	------	-------------------	----	------	------	-------	-------

ТТК № 48	48/2	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0,04	11,58	48,41
----------	------	----------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого за прием пищи:			705	18,73	25,45	76,69	636,18
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Полдник

ТТК № 63	63/1	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый (С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ)	50	2,80	2,40	17,00	108,70
----------	------	---------------------------------------	----	------	------	-------	--------

ТТК № 113	113/7	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0,54	0,00	29,70	122,40
-----------	-------	----------------------------	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 1	1/6	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
---------	-----	---------------------------	-----	------	------	------	-------

Итого за прием пищи:			330	4,14	2,60	54,20	269,10
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	--------------	---------------

Всего за день:			42,00	48,38	169,42	1 353,63
-----------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

9 день

Завтрак

ТТК № 32	32/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	183	4,40	6,81	23,00	164,00
----------	------	--	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 16	16/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	108,20
----------	------	-------------------	----	------	------	-------	--------

ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
----------	------	-------------------	----	------	------	-------	-------

ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
----------	------	----------------	--------	------	------	------	-------

Итого за прием пищи:			433	11,04	12,37	53,86	368,84
-----------------------------	--	--	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

II Завтрак

ТТК № 29	29/2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	175	4,90	4,38	19,25	94,50
----------	------	-----------------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого за прием пищи:			175	4,90	4,38	19,25	94,50
-----------------------------	--	--	------------	-------------	-------------	--------------	--------------

Обед

ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	5,70	8,10	85,30
-----------	-------	------------------	----	------	------	------	-------

ТТК № 134	134/3	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,77	4,85	10,95	100,76
-----------	-------	------------------------------------	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 110	110/2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	7,64	3,76	8,67	109,50
-----------	-------	---	----	------	------	------	--------

ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1,88	4,48	20,08	128,10
-----------	-------	-------------------	-----	------	------	-------	--------

ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
----------	------	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 129	129/2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	19,96	82,18
Итого за прием пищи:			740	18,42	19,89	96,88	647,84
Полдник							
ТТК № 117	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,83	25,92	180,00
ТТК № 358	358/1	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,08	0,06	17,59	78,33
Итого за прием пищи:			250	4,08	7,89	43,51	258,33
Всего за день:				38,44	44,53	213,50	1 369,51
10 день							
Завтрак							
ТТК № 35	35/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,53	5,13	26,02	173,17
ТТК № 13	13/2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			400	9,23	7,37	62,74	354,37
II Завтрак							
ТТК № 113	113/5	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед							
ТТК №54	54/4	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 71	71/2	РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,53	7,51	11,96	117,24
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	7,54	9,60	7,24	173,00
ТТК № 45	45/2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2,92	4,06	24,76	146,63
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 49	49/1	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	10,41	44,80
Итого за прием пищи:			715	17,88	22,28	85,77	636,87
Полдник							
ТТК № 359	359/1	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	4,00	8,20	26,15	186,50
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			330	4,5	8,5	42,65	258,68
Всего за день:				32,61	38,35	211,36	1 341,92
Всего за 10 ДНЕЙ:				413,13	450,47	1 948,40	13 427,02
Среднее значение за период:				41,31	45,05	194,84	1342,70

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Техничко-технологические карты разработаны на основе:

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях(отделениях)социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ.руководство (нормативный документ)/Сост. Б.С.Каганов, А.С.Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др.- Москва . 2010. - 496с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. Под общей редакцией профессора А.Я. Перевалова- Изд-е 5-е дополнениями - Пермь, 2013. - 495 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка-М.: ТД ДеЛи, 2022. - 245с.

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430393

Владелец Спичак Елена Дмитриевна

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025