

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
"Северобайкальский Центр развития ребенка - детский сад "Золотой ключик"

Утверждаю:

Директор МАДОУ "СЦРР-ДС "Золотой ключик"

23.06.2025-04.07.2025

О.Г.Наполова

Сборник технических нормативов рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений Пермь 2011.

Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

М.П. Могильного, В.А. Тктельяна - М: Де Ли плюс, 2015-640 с (обозначение *).

1 день

[illegible]

итого			520	28,18	31,048	93,84	632,83	5,7	670	40,39	43,052	123,08	988,58	7,3	#ЗНАЧ!
отвар шиповника			150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	417*
итого			150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	#ЗНАЧ!
ужин															
суп картофель	к/б		150	0,75	0,927	7,5	39,46	8,95	200	1,26	1,83	12,58	68,64	15	158
пирожок печеный из дрож			70	3,87	4,32	24,4	162	18,51	70	4,51	5,04	28,47	189	21,6	142
чай с сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
итог			370	4,66	5,247	41	236,46	29,06	470	5,81	6,87	53,18	304,64	38,6	#ЗНАЧ!
итого за день			1511	42,91	46,94	220,87	1347,59	51,94	1892	57,71	61,687	276,12	1836,62	67,48	#ЗНАЧ!
2 день															
каша мол пшеничная			180	0,7	5,7	35,1	211,1	0	200	0,7	5,7	35,1	246,87	0,9	279
батон с мас сыр			43	6,6	8,2	19,95	182,4	0,1	54	6,68	8,45	20,2	189,5	0,1	3*
коф-ый напиток			150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	414*
10 ч. Напиток лимон			100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	413*
итого			473,00	10,48	17,07	84,35	545,00	3,30	554,00	11,56	18,32	90,30	622,37	4,20	#ЗНАЧ!
обед															
свекольник на мб с смет			150	3,38	5,2	11,03	62,5	7,97	200	4,22	6,5	13,77	83,33	9,95	145
картофель пюре			120	3,9	6	25,7	128,37	12,5	150	4,9	7,5	32,12	139,04	15,62	441
рыба порционная			70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	80	7,8	4,35	28,3	114	0,42	356
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
соус томат			30	0,8	1,4	2,2	26,8	0,3	40	1,06	1,87	2,9	35,73	0,3	366*
компот из кураги			150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
итого			560	18,16	16,848	99,44	465,81	21,74	720	19,9	20,762	116,91	539,55	26,89	#ЗНАЧ!
молоко			200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	419*
печенье			20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
итого			220	7,4	8,35	24,5	193,4	1,1	240	8,9	10,4	39,4	276,8	1,1	#ЗНАЧ!
ужин															
макароны с сыром			180	8	7	24,6	204,4	0	200	8,6	8	32,4	237,2	0	220*

[illegible]

итого			380	10,25	8,74	57,59	347,54	2,48	460	17,13	11	75	411,52	3,16	#3НАЧ!
итого за день			1560,6	47,075	52,765	232,11	1443,45	22,28	1880,7	68,11	63,245	281,78	1773,61	17,96	#3НАЧ!
4 день															
каша мол манная			180	4,68	6,03	23,31	166,5	0,7	200	6,24	8,05	31,09	222,02	0,9	278
батон с маслом			30,6	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,7	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
какао с молоком			150	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	200	4,8	4,9	19,87	135,86	0,8	508
Итого			360,6	10,68	17,23	53,41	405,5	1,3	440,7	13,44	21,45	66,16	499,48	1,7	894
обед															
10 ч напиток лимон			100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	413*
суп карт на мб с фасолью			150	4,3	3,9	17,51	105,6	4,83	200	6,5	5,2	22,09	150	6,1	39
жаркое по дом			180	12,13	9,64	23,76	227,87	1,35	200	13,48	10,72	26,44	253,19	1,5	379
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот из кураги			150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
итого			620	19,755	14,043	89,18	529,86	9,98	750	23,99	16,527	100,55	618,64	11,4	#3НАЧ!
фрукт			200	0,8	0,8	19,6	128	20	250	1	1	24,5	162	20,5	126
итого			200	0,8	0,8	19,6	128	20	250	1	1	24,5	162	20,5	126
ужин															
кулебяка с кап и яйц			170	4,51	5,04	28,47	189	21,6	190	4,51	5,04	28,47	226,8	21,6	212
чай с сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
итого			320	4,55	5,04	37,57	224	23,2	390	4,55	5,04	40,6	273,8	23,6	#3НАЧ!
итого за день			1500,6	35,785	37,113	199,76	1287,36	54,48	1830,7	42,98	44,017	231,81	1553,92	57,2	#3НАЧ!
5 день															
каша мол пшениная			180	4,56	5,45	25,71	170,3	0,9	200	6,08	7,27	34,29	207,39	0,11	282
бутерброд со сгущ.			41	2	3,1	27,88	141	0,48	52	2,5	3,39	28,88	161	0,48	*2
чай с сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
10 ч.напиток лтмонный			100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	417*
итого			471	6,675	8,615	74,89	394,3	6,18	552	8,695	10,725	87,5	463,39	5,79	#3НАЧ!

обед															
борщ на мб с смет			150	2,82	4,79	7,83	93,69	7,8	200	3,52	5,98	9,78	117	9,74	63*
макароны отв			120	3,73	2,8	24	163,44	0	150	5,6	4,2	36	204,3	0	219*
котлета рыбная			70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	80	7,8	4,35	28,3	114	0,42	356
соус том-смет	с.о		30	0,37	2,47	1,97	31,09	0,49	40	0,49	3,3	2,6	41,4	0,65	373*
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот с/ф			150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522
итого			560	16,72	14,285	95,5	548,72	8,96	720	21,15	18,35	124,54	684,7	11,21	#ЗНАЧ!
молоко			200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	419*
вафли			20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
итого			220	7,4	8,35	24,5	193,4	1,1	240	8,9	10,4	39,4	276,8	1,1	#ЗНАЧ!
ужин															
бабушкин суп на мб			200	16,08	9,77	30,9	269,76	0	250	20,1	12,21	38,6	337,2	0	768
чай с сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
итого			380	17,62	9,87	31	352,16	1,6	490	22,64	12,37	67,33	463,2	2	#ЗНАЧ!
итого за день			1631	48,415	41,12	225,89	1488,58	17,84	2002	61,39	51,845	318,77	1888,09	20,1	#ЗНАЧ!
6 день															
завтрак															
каша мол ячневая			180	3,3	4,06	21,24	135	0,7	200	4,1	5,4	28,32	180	0,9	279
батон с мас сыр			43	6,6	8,2	19,95	182,4	0,1	54	6,68	8,45	20,2	189,5	0,1	3*
коф-ый напиток			150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	414*
10 ч. Напиток лимонный			100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	413*
итого			473	13,075	15,425	70,49	468,9	4	554	14,96	18,015	83,52	555,5	4,2	#ЗНАЧ!
обед															
щи на мб	с смет		150	2,95	4,8	6,87	94,49	15,54	200	3,68	7,07	8,58	131,23	19,41	73*
гречка отварн			120	3	4,27	14,6	175,33	0	150	4,5	6,4	21,9	210,39	0	252
котлета мясная			60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391

отвар шиповника		150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	417*
соус томат	м.к	30	0,8	1,4	2,2	26,8	0,3	40	1,06	1,87	2,9	35,73	0,3	366*
хлеб с отрубями		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого		550	16,4	14,76	78,3	547,37	27,21	710	20,58	20,29	100,11	686,35	35,13	#3НАЧ!
сок		200	1,5	0	30,2	53	6	200	1,5	0	30,2	53	6	418*
итого		200	1,5	0	30,2	53	6	200	1,5	0	30,2	53	6	#3НАЧ!
ужин														
суп уха из кр рыбы		180	3,18	3,9	15,18	84,6	6,7	200	4,24	5,2	20,24	112,8	9	165
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
чай с сахаром		200	4	0	12,13	47	2	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого		410	8,68	4	37,31	179	8,7	440	10,74	5,36	48,97	238,8	11	#3НАЧ!
итого за день		1633	39,655	34,185	216,3	1248,27	45,91	1904	47,78	43,665	262,8	1533,65	56,33	#3НАЧ!
7 день														
суп мол вермиш		180	5,7	6,1	19	144,8	0,7	200	6,2	6,9	42,43	175,7	0,7	180
батон с маслом		30,6	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,7	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
коф-ый напиток		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	414*
10ч. Напиток лимонный		100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	417*
итого		460,6	11,275	16,765	63,5	433,4	3,9	540,7	12,78	19,565	92,63	503,3	3,9	#3НАЧ!
обед														
суп харчо на мб с смет		150	3,93	4,9	16,84	121	7,12	200	4,97	6,19	21,3	153	9	*86
азу по татарски		180	12,13	9,64	23,76	227,87	1,35	200	13,48	10,72	26,44	253,19	1,5	375
компот из изюма		150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
хлеб с отрубями		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого		520	19,31	14,978	76,31	497,26	9,07	650	22,38	17,452	87,56	573,64	11,1	#3НАЧ!

[illegible]

чай с сахаром		200	4	0	12,13	47	2	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого		410	17,4	7,81	49,84	299,29	3,2	440	18,4	7,87	56,44	510	3,2	#ЗНАЧ!
итого за день		1590,6	43,175	39,51	236,19	1471,19	35,77	1890,7	51,24	47,015	275,48	1935,81	40,2	#ЗНАЧ!
9 день														
каша мол кукуруз		180	9,98	5	22,94	154	0,9	200	16,56	5,28	27,9	184	1,2	280
батон с маслом		30,6	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,7	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
чай с мол		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	507
											9,16			
10 ч. Напиток лимонный		100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065		48	3,2	413*
итого		460,6	15,555	15,665	67,44	442,6	4,1	540,7	23,14	17,945	0,75	511,6	4,4	#ЗНАЧ!
обед														
суп крестьянский м/б		150	7,5	7,2	15,9	158,9	8	200	9,37	9	19,87	199,87	8	19
макаронны отв		120	3,73	2,8	24	163,44	0	150	5,6	4,2	36	204,3	0	219*
зрара мясная		70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	80	7,8	4,35	28,3	114	0,42	356
соус томат		30	0,8	1,4	2,2	26,8	0,3	40	1,06	1,87	2,9	35,73	0,3	366*
хлеб с отрубями		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот с/ф		150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522
итого		560	21,83	15,625	103,8	609,64	8,97	720	27,57	19,94	134,93	761,9	9,12	#ЗНАЧ!
молоко		200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	419*
конфета		30	1,05	1,36	10,43	58		30	1,05	1,36	10,43	58		166
ИТОГО		230	6,95	7,86	20,03	168	1,1	230	6,95	7,86	20,03	168	1,1	#ЗНАЧ!
ужин														
суп картоф м/б		150	0,75	0,927	7,5	39,46	8,95	200	1,26	1,83	12,58	68,64	15	158
пирожок печеный из дрож		70	3,87	4,32	24,4	162	18,51	70	4,51	5,04	28,47	189	21,6	142
чай с сахаром		200	0,04	0	12,13	47	2	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
итого		420	4,66	5,247	44,03	248,46	29,46	470	5,81	6,87	53,18	304,64	38,6	#ЗНАЧ!

итого за день		1670,6	48,995	44,397	235,3	1468,7	43,63	1960,7	63,47	52,615	208,89	1746,14	53,22	#3НАЧ!
10 день														
каша мол манная		180	4,68	6,03	23,31	166,5	0,7	200	6,24	8,05	31,09	222,02	0,9	278
батон с маслом		30,6	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,7	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
чай с сахаром		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	411*
10 ч. Напиток лимонный		100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	100	0,075	0,065	12,2	48	3,2	413*
итого		460,6	7,195	13,595	59,81	386,6	5,5	540,7	8,755	16,615	70,62	458,62	6,1	#3НАЧ!
обед														
свекольник на мб с смет		150	3,38	5,2	11,03	62,5	7,97	200	4,22	6,5	13,77	83,33	9,95	145
перловый гарнир		120	2,49	3,66	22,86	137,42	0	150	3,4	4,62	31,18	183,6	0	84
бефстрогонов из печени		80	10,25	7,052	3,82	162,49	0	80	11,18	7,69	4,13	162,49	0	43
хлеб с отрубями		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот вишня		150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522
итого		540	19,09	16,327	74,61	523,16	8,27	680	22,54	19,33	96,94	637,42	10,35	917
сок		200	1,5	0	30,2	53	6	200	1,5	0	30,2	53	6	418*
печенье		20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
ИТОГО		220	3	1,85	45,1	136,4	6	240	4,5	3,9	60	219,8	6	#3НАЧ!
ужин														
рагу из св овощей		150	2,23	4,04	10,16	186,67	14,33	180	2,67	4,82	12,19	204	17,2	56
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
чай с сахаром		200	4	0	12,13	47	2	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого		380	7,73	4,14	32,29	281,07	16,33	420	9,17	4,98	40,92	330	19,2	#3НАЧ!
итого день		1600,6	37,015	35,912	211,81	1327,23	36,1	1880,7	44,97	44,825	268,48	1645,84	41,65	#3НАЧ!
за 10 дней		15861,60	436,07	431,18	2225,44	13958,54	362,16	18966,20	453,10	523,33	2655,16	17299,86	430,43	#3НАЧ!

[illegible]









