

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»

В.Ю.Воробьев
« 2024 г.



Согласовано:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №306»
г.о. Самара

В.С.Забаева

2024 г.



**Примерное десятидневное меню
для детей дошкольной группы**

**с уплотненным полдником от 2 до 3 лет
(зимний вариант)**

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №306»

г.о. Самара

Примерное цикличное меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю понедельник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	5	6	7		В1	В2	С	Ca	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
	Завтрак														
1	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37				
168	Каша вязкая гречневая, с сахаром и маслом	160	4,67	4,86	25,8	166	0,11	0,06		9,4	2,49				
ТТК391	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	9,88	66,7	0,03	0,11	0,98	94,3	0,1				
	Итого	345	11,51	10,77	71,03	431,05	0,174	0,182	0,98	110,6	2,96				
	Второй завтрак														
401	Кефир	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1				
	Итого	445	14,41	13,27	75,03	481,05	0,214	0,352	1,68	230,6	3,06				
	Обед														
ТТК180	Салат «Радуга»	30	0,59	1,57	4	28,26	0,027	0,02	4,2	7,9	0,24				
85	Суп картофельный с клецками	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,048	0,032	3,45	14,09	0,49				
ТТК292	Котлета рубленая из птицы «Крепыш»	50	7,19	5,58	7,2	68,6	0,039	0,052	0,85	15,04	0,65				
168	Каша вязкая перловая	105	2,05	2,06	14,52	85	0,02	0,015	0	9,4	0,4				
ТТК388	Компот из кураги	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,86	0,94				
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35				
	Итого	515	13,73	11,665	63,15	371,31	0,1955	0,1505	8,8	80,19	4,07				
	Уплотненный полдник														
268	Суфле из рыбы	30	4,77	2,65	1,22	47,8	0,03	0,04	0,055	15,45	0,29				
321	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	0,093	0,074	12,1	24,65	0,67				
ТТК123/1	Чай с лимоном	153	0,07	0,01	5,1	20,8			1,42	9,4	0,21				
ТТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33				
ТТК38	Печенье творожное «Ракушка»	50	5,55	13,95	33,2	280,5	0,04	0,05	0,2	40,85	0,45				
	Итого	363	14,44	20,11	66,73	505,7	0,196	0,173	13,775	96,35	1,95				
	Всего за день	1323	42,6	45,0	204,9	1358,06	0,61	0,68	24,255	407,14	9,08				

Примерное цикличное меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
	Завтрак											
1	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37	
236/351	Пудинг из творога с рисом, соус молочный сладкий	130	15,31	11,29	22,9	254,45	0,048	0,24	0,29	139,31	0,57	
тк123/2	Чай с молоком	150	2,65	2,33	9,31	68,81	0,04	0,14	1,19	112	0,28	
	Итого	315	22,46	17,53	67,56	521,61	0,122	0,392	1,48	258,21	1,32	
401	Второй завтрак											
	Бифидок	100	2,7	2,5	3,5	47,3	0,04	0,13	1	110	0,09	
	Итого	415	25,16	20,03	71,06	568,91	0,162	0,522	2,48	368,21	1,41	
	Обед											
75	Рассольник Домашний, сметана	155	1,37	3,8	9,04	76,05	0,075	0,044	7,1	25,49	0,63	
288	Фрикадельки мясные в соусе сметанном с томатом	80	6,33	6,04	5,6	102	0,035	0,06	0,32	17,45	0,62	
317	Макаронные изделия отварные	100	3,67	3	17,63	112,3	0,037	0,017	0	3,24	0,73	
тк394	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	14,62	60	0,0075	0,006	1,29	10,86	0,7	
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35	
	Итого	515	13,8	13,38	58,2	410,65	0,2145	0,154	8,71	66,94	4,03	
	Уплотненный полдник											
368	Фрукт	95	0,38	0,38	9,31	42	0,029	0,019	9,5	15,2	2,09	
143	Рагу из овощей	125	2,1	13,08	10,23	169	0,071	0,071	14,89	44,23	0,71	
тк389	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	18,83	76,78	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94	
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33	
	Итого	400	4,82	13,775	51,96	352,88	0,1345	0,1035	24,69	89,3	4,07	
	Всего за день	1330	43,78	47,19	181,22	1332,44	0,51	0,780	35,88	524,45	9,51	

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю среда

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	У		В1	В2	С	Ca	Fe	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
	Завтрак												
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,8	6,81	35,35	234,75	0,038	0,045	0,07	94,9	0,47		
185	Каша жидкая молочная рисовая	155	3,76	7,91	24,66	185,26	0,06	0,16	0	95,9	0,35		
ТТК386	Какао с молоком	150	3,15	2,72	11,22	82	0,04	0,14	1,2	114,7	0,41		
213	Яйцо вареное	20	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0,09		11	0,5		
	Итого	370	16,25	19,74	71,37	533,51	0,153	0,435	1,27	316,5	1,73		
	Второй завтрак												
401	Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	51	0,02	0,13	0,3	124	0,1		
	Итого	470	19,15	22,24	75,57	584,51	0,173	0,565	1,57	440,5	1,83		
	Обед												
41	Салат из моркови	30	0,37	0,03	2,9	15,7	0,017	0,02	1,44	7,82	0,21		
80	Суп картофельный с перловой крупой	150	1,5	1,67	10,2	61,95	0,061	0,036	4,95	15,54	0,61		
ТТК335	Капуста тушеная с цыплятами	150	9,66	7,88	11,3	154,8	0,042	0,08	20,59	70,14	1,32		
ТТК392	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	13,48	57,85	0,01	0,05	75	16	0,47		
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35		
	Итого	510	14,35	10,21	49,19	350,6	0,19	0,213	101,98	119,4	3,96		
	Уплотненный полдник												
256	Котлета рыбная любительская	50	6,84	2,31	5,43	70	0,056	0,053	0,15	27,3	0,75		
168	Каша вязкая пшенная	105	2,84	2,64	16,28	100	0,075	0,01	0	7,75	0,67		
ТТК123	Чай с сахаром	150	0,75	0	15,15	63,6	0,017	0,019	3	10,5	2,1		
ТТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33		
473	«Булочка Веснушка»	50	3,9	3,06	26,93	151	0,07	0,04	0	11,3	0,73		
	Итого	385	16,34	8,31	77,38	449,7	0,251	0,131	3,15	62,85	4,58		
	Всего за день	1365	49,84	40,76	202,14	1384,81	0,614	0,909	106,7	622,75	10,37		

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Яс Сад (от 2 до 3 лет)

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
			Б			У				B1	B2	C	Ca	Fe		
			Б	Ж	У	Б	Ж	У								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
3	Завтрак Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями	35 180	4,5 5,18	3,91 4,69	35,35 16,95	198,35 130,7	0,034 0,077	0,012 0,181	0,82	6,9	0,46					
93	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	4,69	16,95	130,7	0,077	0,181	0,82	6,9	0,46					
ТТК391	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	9,88	66,7	0,03	0,11	0,98	94,3	0,1					
	Итого	365	12,02	10,6	62,18	395,75	0,141	0,303	1,8	225,4	0,93					
401	Второй завтрак Снежок	100	2,6	2,5	4,5	51	0,04	0,13	0,98	111	0,09					
	Итого	465	14,62	13,1	66,68	446,75	0,181	0,433	2,78	336,4	1,02					
	Обед															
67	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана	155	1,17	3,68	5,27	58,95	0,037	0,032	11,1	30,4	0,49					
274	Зразы рубленые	50	6,53	7,2	7,5	126,26	0,032	0,065	0,93	22,93	4,73					
168	Каша вязкая ячневая	105	2,2	2,1	14,15	84,5	0,04	0,015	0	18,55	0,4					
ТТК389	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	18,83	76,78	0,0015	0,0045	0,3	28,63	1,12					
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35					
	Итого	490	12,54	13,415	57,06	406,79	0,1705	0,1435	12,33	110,41	8,09					
	Уплотненный полдник															
238/351	Запеканка из творога с морковью, соус молочный сладкий	130	12,24	11,64	27,75	264,45	0,07	0,23	0,81	132,41	0,75					
ТТК123	Чай с сахаром	150	0,75	0	15,15	63,6	0,017	0,019	3	10,5	2,1					
ТТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33					
368	Фрукт	95	0,38	0,38	9,31	42	0,029	0,019	9,5	15,2	2,09					
	Итого	405	15,38	12,32	65,8	435,15	0,149	0,277	13,31	164,11	5,27					
	Всего за день	1360	42,54	38,835	189,54	1288,69	0,50	0,85	28,42	610,92	14,38					

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (от 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю пятница

№ рецепта Уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	Y		B1	B2	C	Ca	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
	Завтрак												
1	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,8	6,81	35,35	234,75	0,038	0,045	0,07	94,9	0,47		
175	Каша вязкая молочная «Дружба»	155	4,48	8,25	24,71	191,9	0,073	0,1	0,7	98,37	0,62		
ТК123	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,25	25,25	0		0,02	8	0,19		
	Итого	350	11,32	15,07	66,31	451,9	0,111	0,145	0,79	201,27	1,28		
	Второй завтрак												
401	Йогурт	100	2,93	2,5	10,2	75	0,04	0,13	0,84	110	0,1		
	Итого	450	14,25	17,57	76,51	526,9	0,151	0,275	1,63	311,27	1,38		
	Обед												
32	Салат из овощей с кургаой и изюмом	30	0,47	1,84	4,06	34,62	0,009	0,014	2,32	12,5	0,42		
81	Суп картофельный с горохом	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,136	0,043	3,48	22,84	1,21		
ТК262	Бефстроганов из птицы 30/30	60	7,07	6,07	2,2	91,7	0,03	0,054	0,86	23,34	0,55		
321	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	0,093	0,074	12,1	24,65	0,67		
ТК387	Компот из изюма	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94		
ТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35		
	Итого	520	15,51	14,705	59,82	435,77	0,3295	0,2165	19,06	117,1	5,14		
	Уплотненный полдник												
ТК395	Каша гречневая с овощами	120	4,03	6,25	18,29	145,5	0,135	0,073	0,95	24,11	2,28		
389	Сок	150	0,75	0	15,15	63,6	0,017	0,019	3	10,5	2,1		
ТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33		
ТК11	Булочка «Витушка»	50	4,4	8	34,6	218	0,07	0	0	0,9	0,8		
	Итого	350	11,19	14,55	81,63	492,2	0,255	0,101	3,95	41,51	5,51		
	Всего за день	1320	40,95	46,825	217,96	1454,87	0,7355	0,5925	24,64	469,88	12,03		

Примерное цикличное меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория Сад (от 2 — 3 лет)

Меню на 2 неделю вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б		Ж		У			B1	B2	C	Ca	Fe	
			4	5	5	6	6	7							8
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
	Завтрак														
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,8	6,81	35,35	234,75	0,038	0,045	0,07	94,9	0,47				
185	Каша жидкая молочная манная	155	2,4	3,82	16,1	108	0,03	0,01	0	6,5	0,24				
тк123/2	Чай с молоком	150	2,65	2,33	9,31	68,81	0,04	0,14	1,19	112	0,28				
	Итого	350	11,85	12,96	60,76	411,56	0,108	0,195	1,26	213,4	0,99				
	Второй завтрак														
401	Бифидок	100	2,7	2,5	3,5	47,3	0,04	0,13	1	110	0,09				
	Итого	450	14,55	15,46	64,26	458,86	0,148	0,325	2,26	323,4	1,08				
	Обед														
76	Рассольник Ленинградский, сметана	155	1,39	3,82	10,13	80,55	0,06	0,041	4,54	20,27	0,59				
	Итого	470	14,7	13,855	49,67	384,35	0,1865	0,1725	39,1	104,93	4,23				
	Уплотненный полдник														
94	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,48	4,1	12,81	106,2	0,084	0,165	0,68	120,66	0,84				
тк123	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,25	25,25	0	0	0,02	8	0,19				
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33				
368	* Фрукт	95	0,38	0,38	9,31	42	0,029	0,019	9,5	15,2	2,09				
	Итого	425	6,91	4,79	41,96	238,55	0,146	0,193	10,2	149,86	3,45				
	Всего за день	1345	36,16	34,105	155,89	1081,76	0,4805	0,6905	51,56	578,19	8,76				

Примерное циклическое меню (2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (от 2 до 3 лет)

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б		Ж		У			B1	B2	C	Ca	Fe			
			4	5	6	7											
1	2	3	4	5	6	7											
1	Завтрак	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37						
	Бутерброд с маслом																
231/351	Сырники из творога с соусом молочным сладким	130	19,27	14,02	15,37	264,45	0,078	0,29	0,35	174,6	0,82						
ТТК386	Какао с молоком	150	3,15	2,72	11,22	82	0,04	0,14	1,2	114,7	0,41						
	Итого	315	26,92	20,65	61,94	544,8	0,152	0,442	1,55	296,2	1,6						
401	Второй завтрак	100	2,9	2,5	4,2	51	0,02	0,13	0,3	124	0,1						
	Ряженка																
	Итого	415	29,82	23,15	66,14	595,8	0,172	0,572	1,85	420,2	1,7						
	Обед																
ТТК181	Салат «Осенний»	30	0,41	1,56	2,57	25,98	0,02	0,016	3,6	6,39	0,22						
ТТК289	Уха «Золотая рыбка»	220	1,76	2,22	12,31	84,8	0,1	0,06	8,86	19,34	0,88						
255	Печень по-строгановски 30/30	60	7,96	6,74	2,11	100,9	0,12	87	5,07	19,9	3						
317	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,67	3	17,63	112,3	0,037	0,017	0	3,24	0,73						
ТТК392	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	13,48	57,85	0,01	0,05	75	16	0,47						
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35						
	Итого	590	16,62	14,15	59,41	442,13	0,347	87,17	92,53	74,77	6,65						
	Уплотненный полдник																
ТТК71	Булочка «Плетенка»	50	4,4	8	34,6	218	0,07	0,25	0	0,9	0,8						
142/330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	125	2,72	10,49	18,88	180	0,13	0,09	16,64	27,13	1						
ТТК123	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,25	25,25	0	0	0,02	8	0,19						
ТТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33						
	Итого	355	9,17	18,8	73,32	488,35	0,233	0,349	16,66	42,03	2,32						
	Всего за День	1360	55,61	56,1	198,87	1526,28	0,752	88,091	111,04	537	10,67						

Примерное циклическое меню (2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б		Ж		У			B1	B2	C	Ca	Fe	
			4	5	6	7									
1	2	3							8	9	10	11	12		
	Завтрак														
1	Бутерброд с маслом	35													
185	Каша жидкая молочная Геркулес	155	4,5	3,91	35,35			198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37		
ТК391	Кофейный напиток с молоком	150	5,24	8,82	18,12			174	0,13	0,12		113	1,3		
			2,34	2	9,88			66,7	0,03	0,11	0,98	94,3	0,1		
	Итого	340	12,08	14,73	63,35			439,05	0,194	0,242	0,98	214,2	1,77		
401	Второй завтрак														
	Снежок	100	2,6	2,5	4,5			51	0,04	0,13	0,98	111	0,09		
	Итого	440	14,68	17,23	67,85			490,05	0,234	0,372	1,96	325,2	1,86		
	Обед														
57	Борщ с капустой и картофелем, сметана	155	1,22	3,7	7,83			69,6	0,031	0,031	6,19	31,03	0,73		
282	Шницель рубленый	50	7,44	5,62	7,48			110,3	0,042	0,066	0	8,83	0,74		
168	Каша вязкая пшеничная	105	2,72	2,11	16,69			96,5	0,055	0,02	0	10,75	1,16		
ТК389	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	18,83			76,78	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94		
ТК250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31			60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35		
	Итого	490	14,02	11,865	62,14			413,48	0,1895	0,1485	6,49	84,38	4,92		
	Уплотненный полдник														
126	Картофель в молоке	120	2,7	4,62	14,64			111	0,096	0,1	12,57	47,52	0,8		
389	Сок	150	0,75	0	15,15			63,6	0,017	0,019	3	10,5	2,1		
ТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59			65,1	0,033	0,009	0	6	0,33		
368	Фрукт	95	0,38	0,38	9,31			42	0,029	0,019	9,5	15,2	2,09		
	Итого:	395	5,84	5,3	52,69			281,7	0,175	0,147	25,07	79,22	5,32		
	Всего за день	1325	34,54	34,395	182,68			1185,23	0,5985	0,6675	33,52	488,8	12,1		

Примерное цикличное меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Ясли (с 2 до 3 лет)

Меню на 2 неделю пятница

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
2	Завтрак											
	Бутерброд с повидлом	40	4,23	0,66	38,62	172,24	0,033	0,009	0,08	6,8	0,49	
237/351	Запеканка из творога, соус молочный сладкий	130	18,12	13,4	21,12	277,5	0,058	0,282	0,338	166,11	0,74	
ТТК123/2	Чай с молоком	150	2,65	2,33	9,31	68,81	0,04	0,14	1,19	112	0,28	
	Итого	320	25	16,39	69,05	518,55	0,131	0,431	1,608	284,91	1,51	
	Второй завтрак											
401	Йогурт	100	2,93	2,5	10,2	75	0,04	0,13	0,84	110	0,1	
	Итого	420	27,93	18,89	79,25	593,55	0,171	0,561	2,448	394,91	1,61	
	Обед											
63	Салат из моркови с курагой	30	0,51	0,42	4,95	25,59	0,0027	0,024	0,57	12,42	0,3	
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,7	10,29	62,85	0,068	0,038	4,95	14,76	0,65	
304	Плов из птицы	140	10,21	11,02	26,71	261,05	0,027	0,057	0,36	28,51	1,15	
ТТК387	Компот из изюма	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94	
ТТК249	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35	
	Итого	500	14,97	13,575	72,1	486,59	0,1592	0,1505	6,18	89,46	4,39	
460	Уплотненный полдник											
	«Крендель Сахарный»	50	3,54	6,57	27,87	185	0,05	0,05		9,7		
271	Кнели из рыбы	40	5,45	1,67	2,22	45,5	0,03	0,04	0,15	18,8	0,23	
199	Пюре гороховое	103	9,07	3,12	23,32	156,8	0,33	0,068	0	62,66	3,13	
ТТК123	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,25	25,25	0	0	0,02	8	0,19	
ТТК250	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33	
	Итого:	373	20,11	11,67	73,25	477,65	0,443	0,167	0,17	105,16	3,88	
	Всего за день	1293	63,01	44,135	224,6	1557,79	0,7732	0,8785	8,798	589,53	9,88	

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г, ДеЛи принт-544с, редактор М.П. Мотильный, В.А. Тутельян
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях-2012, ДеЛи принт-584с, редактор М.П. Мотильный, В.А. Тутельян
3. ТТК-технико-технологические карты на новые, фирменные и вновь разработанные блюда организации.