

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»

В.Ю. Воробьев

[Signature]

«*21*» *01* 202*3* г.

Согласовано:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 61»
г.о. Самара

[Signature] М.В. Иерусалимова



**КОПИЯ
ВЕРНА**

[Signature]

**Примерное десятидневное меню (весенне-летний сезон)
для детей дошкольной группы
с уплотненным полдником от 2 до 3 лет
МБДОУ «Детский сад № 61» г.о. Самара**

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю по понедельнику

№ 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 Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
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	
тк391	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	
401	Второй завтрак	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	
	Кефир	445	14,41	13,27	75,03	481,05	0,214	0,352	1,68	230,6	3,06	
тк180	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	
тк292	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	
тк388	Компот из кураги	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,86	0,94	
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8	
	Итого	525	14,5	11,805	66,92	391,41	0,2155	0,1595	8,8	83,49	4,52	
	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	
тк123/1	Чай с лимоном	153	0,07	0,01	5,1	20,8	0,033	0,009	1,42	9,4	0,21	
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,04	0,05	0	6	0,33	
тк38	Печенье творожное «Ракушка»	50	5,55	13,95	33,2	280,5	0,196	0,173	0,2	40,85	0,45	
	Итого	363	14,44	20,11	66,73	505,7	0,63	0,68	13,775	96,35	1,95	
	Всего за день	1333	43,4	45,2	208,7	1378,16			24,255	410,44	9,53	

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (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	8	9	10		В1	В2	С	Ca	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
1	Завтрак															
	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	0,67					
ТТК123/2	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					
ТТК394	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	14,62	60	0,0075	0,006	1,29	10,86	0,7					
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8					
	Итого	525	14,57	13,52	61,97	430,75	0,2345	0,163	8,71	70,24	4,48					
368	Уплотненный полдник															
	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					
ТТК389	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	18,83	76,78	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94					
ТТК249	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	1340	44,55	47,33	184,99	1352,54	0,53	0,789	35,88	527,75	9,96					

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (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
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 цыпятами	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	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8	
	Итого	520	15,12	10,35	52,96	370,7	0,21	0,222	101,98	122,7	4,41	
	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	1375	50,61	40,9	205,91	1404,91	0,634	0,918	106,7	626,05	10,82	

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

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

Меню на 1 неделю четверг

№ 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											
3	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012		6,9	0,37	
93	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	4,69	16,95	130,7	0,077	0,181	0,82	124,2	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	
	Второй завтрак											
401	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	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8	
	Итого	500	13,31	13,555	60,83	426,89	0,1905	0,1525	12,33	113,71	8,54	
	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	1370	43,31	38,975	193,31	1308,79	0,52	0,86	28,42	614,22	14,83	

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (от 2 до 3 лет)

Меню на 1 неделю пятница

№ 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	
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		
ТТК123	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 курагой 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		
ТТК262	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		
ТТК387	Компот из изюма	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94		
ТТК250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8		
	Итого	530	16,28	14,845	63,59	455,87	0,3495	0,2255	19,06	120,4	5,59		
	Уплотненный полдник												
ТТК395	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		
ТТК249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33		
ТТК11	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	1330	41,72	46,965	221,73	1474,97	0,7555	0,6015	24,64	473,18	12,48		

Примерное циклическое 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		В1	В2	С	Ca	Fe	
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	
Тк149/2	Голубцы ленивые из птицы с соусом сметанным	135	10,67	9,6	9,39	166,7	0,065	0,1	34,26	50,9	1,35	
тк388	Компот из кураги	150	0,33	0,015	18,84	76,8	0,0015	0,0045	0,3	23,86	0,94	
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8	
	Итого	480	15,47	13,995	53,44	404,45	0,2065	0,1815	39,1	108,23	4,68	
	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	0,009	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	1355	36,93	34,245	159,66	1101,86	0,5005	0,6995	51,56	581,49	9,21	

Примерное циклическое меню (2-х недельное)

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

Меню на 2 недели среда

№ 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	
1	Завтрак											
	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37	
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											
	Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	51	0,02	0,13	0,3	124	0,1	
	Итого	415	29,82	23,15	66,14	595,8	0,172	0,572	1,85	420,2	1,7	
67	Обед											
	Винегрет овощной	30	0,42	3,01	2,18	37,53	0,013	0,011	2,8	9,37	0,24	
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	80	10,6	8,98	2,81	148	0,16	116	6,76	26,59	4	
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	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8	
	Итого	620	20,04	17,98	63,49	520,88	0,4	116,174	93,42	87,74	8,12	
ТТК71	Уплотненный полдник											
	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	1390	59,03	59,93	202,95	1605,03	0,805	117,095	111,93	549,97	12,14	

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

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

Меню на 2 недели четверг

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	Y		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		
185	Каша жидкая молочная Геркулес	155	5,24	8,82	18,12	174	0,13	0,12		113	1,3		
тк391	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	11,87	80,6	0,04	0,132	1,17	113,2	0,12		
	Итого	370	12,59	15,14	65,34	452,95	0,204	0,264	1,17	233,1	1,79		
	Второй завтрак												
401	Снежок	100	2,6	2,5	4,5	51	0,04	0,13	0,98	111	0,09		
	Итого	470	15,19	17,64	69,84	503,95	0,244	0,394	2,15	344,1	1,88		
	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	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8		
	Итого	500	14,79	12,005	65,91	433,58	0,2095	0,1575	6,49	87,68	5,37		
	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	1365	35,82	34,945	188,44	1219,23	0,6285	0,6985	33,71	511	12,57		

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (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				
	Завтрак														
2	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	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8				
	Итого	510	15,74	13,715	75,87	506,69	0,1792	0,1595	6,18	92,76	4,84				
	Уплотненный полдник														
460	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	1303	63,78	44,275	228,37	1577,89	0,7932	0,8875	8,798	592,83	10,33				

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