УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

_____ 2023 г.

Ромашова Ольга Владимировна

Подписан: Ромашова Ольга Владимировна
DN: C=RU, S=Республика Марий Эл, L=Йошкар-Ола, T=Заведующий, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ДЕТСКИЙ САД № 14 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ ""ПЕТУШОК""", СНИЛС=05265403844, ИНН=121503615350, E=uoa-301@yandex.ru, G=Ольга Владимировна, SN=Ромашова, CN=Ромашова Ольга Владимировна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место вашего подписания
Дата: 2023-09-26 13:35:59
Foxit Reader Версия: 9.6.0

Примерное четырехнедельное меню

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 14 г. Йошкар-Олы «Петушок»

(возраст 1-3 лет)

1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 1							
Завтрак	Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	160/3	*5,07*	*5,85*	*21,35*	*171,01*	№ 99/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	160	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**7,13**	**12,06**	**40,87**	**313,08**	
2 завтрак	Сок в ассортименте	160	*0,8*	*0*	*16,16*	*68,24*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		160	**0,8**	**0**	**16,16**	**68,24**	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	160/5	*2,24*	*3,27*	*9,3*	*75,7*	№ 63/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Тефтели	60	*4,43*	*4,91*	*5,85*	*91,33*	№ 278,331/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Макаранные изделия отварные	120	*4,56*	*0,6*	*24,96*	*124*	№ 205/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Икра морковная	30	*0,66*	*2,4*	*3,35*	*38,7*	№ 328/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Напиток из шиповника	160	*0,54*	*0,22*	*17,3*	*84,27*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,33*	*0,35*	*14,12*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		570,00	**14,76**	**11,75**	**74,88**	**480,55**	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	80	*9,93*	*8,40*	*11,67*	*170,77*	№ 238/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Соус фруктовый	50	*0,47*	*0,03*	*6,7*	*28,8*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		283,50	**10,47**	**8,44**	**25,47**	**228,57**	
Итого за день		**1369,5**	**33,2**	**32,3**	**157,4**	**1090,4**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 2							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160/1,5	*4,54*	*4,16*	*15,04*	*116,16*	№ 93/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с повидлом	30/8	*1,48*	*2,32*	*16,47*	*92,75*	№ 2/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		359,5	**8,55**	**8,61**	**44,27**	**289,76**	
2 завтрак	Плоды свежие (груша)	150	*0,6*	*0,6*	*15,45*	*67,23*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,6**	**0,6**	**15,45**	**67,23**	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	*6,24*	*4,74*	*9,68*	*108,94*	№ 67, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Жаркое по-домашнему	170	*20,69*	*5,33*	*18,5*	*205,02*	№ 276/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Икра свекольная	30	*0,7*	*1,74*	*3,7*	*34,08*	№ 54/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Компот из свежих яблок	170	*0,14*	*0,14*	*20,23*	*72,89*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,33*	*0,35*	*14,12*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		560,00	**30,10**	**12,30**	**66,23**	**487,48**	
Полдник	Манник	75	*4,01*	*4,27*	*35,77*	*190,87*	№ 274/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Соус фруктовый	15	*0,14*	*0,01*	*2,01*	*8,65*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		240,00	**4,19**	**4,29**	**44,77**	**227,52**	
Итого за день		**1309,5**	**43,4**	**25,8**	**170,7**	**1072,0**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 3							
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	*5,09*	*6,58*	*21,19*	*155*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,2*	*6,11*	*12,94*	*123,5*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с молоком	160	*2,37*	*2,08*	*12,71*	*79,1*	№ 394/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**11,66**	**14,77**	**46,84**	**357,60**	
2 завтрак	Снежок	135	*3,9*	*4,32*	*5,4*	*56,4*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		135	**3,90**	**4,32**	**5,40**	**56,40**	
Обед	Бульон из кур с гренками	170	*2,95*	*0,27*	*13,77*	*69,53*	№ 108, 115/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	*7,27*	*10,44*	*5,92*	*147*	№ 307, № 352/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Рагу из овощей	120	*1,94*	*10,42*	*10,95*	*145,2*	№ 137/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Огурец соленый	30	*0,24*	*0*	*0,72*	*4,2*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Компот из свежих плодов (груш)	160	*0,13*	*0,13*	*13,77*	*55,46*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,33*	*0,35*	*14,12*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		575	**14,86**	**21,61**	**59,25**	**487,94**	
Полдник	Омлет натульный с маслом	130	11,7	11,09	8,88	204,1	№ 110Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	15	*1,12*	*0,04*	*7,5*	*35,55*	ТН
		295,00	**12,86**	**11,14**	**23,37**	**267,65**	
Итого за день		**1358,0**	**43,3**	**51,8**	**134,9**	**1169,6**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 4							
Завтрак	Каша жидкая пшеничная	160/3	3,52	3,37	26,53	134,46	№ 185 а/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**8,07**	**11,70**	**51,35**	**327,51**	
2 завтрак	Бифидок	130	*3,77*	*4,16*	*13,87*	*76,7*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		130	**3,77**	**4,16**	**13,87**	**76,70**	
Обед	Икра морковная	30	*1,1*	*4,0*	*5,58*	*64,5*	№ 328/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Суп картофельный с рыбой	150	*16,82*	*4,73*	*12,15*	*158,78*	№ 73/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Шницель рыбный натуральный	50	*8,98*	*2,67*	*5,83*	*83*	№ 258,/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Картофельное пюре	110	*2,24*	*3,84*	*13,25*	*104,13*	№ 206Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Напиток из шиповника	150	*0,51*	*0,21*	*16,22*	*79*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,1*	*57,04*	№ 10/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		520	**31,65**	**16,92**	**67,92**	**546,45**	
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	*4,52*	*5,23*	*20,78*	*159,80*	№ 454,506/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		210,00	**4,56**	**5,24**	**27,77**	**187,80**	
Итого за день		**1216,0**	**48,1**	**38,0**	**160,9**	**1138,5**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 5							
Завтрак	Каша жидкая манная	140/3	*2,53*	*3,46*	*14,03*	*96,99*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Какао с молоком	150	*3,15*	*2,72*	*12,96*	*89*	№ 397/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Яйцо вареное	40	*5,08*	*4,6*	*0,28*	*63*	№ 213/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	30	*2,24*	*0,14*	*15*	*71,1*	ТН
		363,00	**13,00**	**10,92**	**42,27**	**320,09**	
2 завтрак	Плоды свежие (банан)	100	*1,5*	*0,5*	*21*	*95*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		100	**1,5**	**0,5**	**21**	**95**	
Обед	Свекла отварная	30	*1,95*	*1,53*	*2,64*	*14,1*	№ 310/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	150/5	*1,24*	*3,06*	*8,85*	*67,95*	№ 75,Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, 2012г.
	Гуляш из отварного мяса	50	*12,89*	*10,1*	*3,27*	*156,25*	№ 277/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Каша гречневая рассыпчатая	110	*6*	*4,9*	*26,4*	*174*	№ 54-41-2020, Сб. рец. бл. и и кул. изд. для орг. питания воспитанников ДО (от 1 до 7 лет), под ред. ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора, 2020г.
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	*0,12*	*0,008*	*11,58*	*47,08*	№ 376/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,1*	*57,04*	№ 10/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		525	**24,20**	**19,90**	**64,84**	**516,42**	
Полдник	Ватрушка королевская с творогом	70	*30,62*	*11,74*	*18,9*	*193,2*	ТТК №59 ТТН б/н
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		223,50	**30,69**	**11,75**	**26,00**	**222,20**	
Итого за		**1211,50**	**69,39**	**43,07**	**154,11**	**1153,71**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 6							
Завтрак	Каша пшенная на сгущеном молоке с маслом сливочным	150/3	*5,26*	*6,06*	*21,2*	*159,7*	№ 96/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	160/7	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**7,32**	**12,27**	**40,72**	**301,77**	
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**64**	
Обед	Капуста тушеная	30	*0,59*	*1,11*	*2,85*	*23,7*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Суп картофельный с макаронными изд. и мясными фрикадельками	150/15	*4,53*	*3,15*	*10,32*	*88,41*	№ 82,121/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Шницель рубленный	50	*7,92*	*5,89*	*8*	*116,67*	№ 282/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Каша рисовая рассыпчатая	110	*2,64*	*4,4*	*26,95*	*160,6*	№ 314/Сб. технол. нормат.,рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Напиток из шиповника	150	*0,51*	*0,21*	*16,22*	*79*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2,0*	*0,3*	*12,1*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		535	**18,19**	**15,06**	**76,44**	**525,42**	
Полдник	Булочка дорожная	60	*4,26*	*8,88*	*33,66*	*232,8*	№ 470/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ, 2012г.
	Чай с лимоном	180/3,5	*0,08*	*0,01*	*8,52*	*34,8*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		243,50	**4,34**	**8,89**	**42,18**	**267,60**	
Итого за день		**1281,5**	**30,6**	**36,2**	**174,5**	**1158,8**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 7							
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	*5,09*	*6,58*	*21,19*	*155*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,2*	*6,11*	*12,94*	*123,5*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Какао с молоком	160	*3,36*	*2,89*	*13,82*	*94,93*	№ 397/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**12,65**	**15,58**	**47,95**	**373,43**	
2 завтрак	Плоды свежие (банан)	100	*1,5*	*0,5*	*21*	*95*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		100	**1,5**	**0,5**	**21**	**95**	
Обед	Икра свекольная	30	*0,7*	*1,74*	*3,7*	*34,08*	№ 54/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	160/5	*6,66*	*5,06*	*10,3*	*116,2*	№ 67, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Тефтели	70	*5,17*	*5,72*	*6,82*	*106,6*	№ 278,331/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна,
	Картофельное пюре	110	*2,24*	*3,84*	*13,25*	*104,13*	№ 206/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Компот из свежих яблок	150	*0,12*	*0,12*	*12,91*	*52*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,1*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		555,00	**16,89**	**16,78**	**59,08**	**470,05**	
Полдник	Запеканка из творога	80	*14,03*	*9,64*	*13,72*	*197,6*	№ № 237/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, 2012г.
	Соус фруктовый	50	*0,47*	*0,03*	*6,7*	*28,8*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		280,00	**14,54**	**9,68**	**27,41**	**254,40**	
Итого за день		**1288,0**	**45,6**	**42,5**	**155,4**	**1192,9**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 8							
Завтрак	Каша жидкая рисовая	150/3	*5,25*	*4,27*	*26,3*	*158,3*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Бутерброд с повидлом	30/8	*1,48*	*2,32*	*16,47*	*92,75*	№ 2/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с молоком	160	*2,37*	*2,08*	*12,71*	*79,1*	№ 394/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		351	**9,10**	**8,67**	**55,48**	**330,15**	
2 завтрак	Снежок	135	*3,9*	*4,32*	*5,4*	*56,4*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		135	**3,9**	**4,32**	**5,4**	**56,4**	
Обед	Салат из горошека зеленого консервированного	30	*0,9*	*1,55*	*1,87*	*24,4*	№ 10/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	170	*5,46*	*4,64*	*26,5*	*170,68*	№ 86, № 108, № 118/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Птица тушеная в соусе с овощами	170	*8,18*	*5,24*	*15,57*	*142,61*	№ 302/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Компот из свежих плодов (груш)	160	*0,13*	*0,1*	*19,2*	*78,4*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,33*	*0,35*	*14,12*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		565	**17,00**	**11,88**	**77,26**	**482,64**	
Полдник	Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	*3,90*	*2,70*	*22,80*	*132,00*	№ 454/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		210,00	**4,65**	**2,70**	**37,95**	**196,00**	
Итого за день		**1261,0**	**34,7**	**27,6**	**176,1**	**1065,2**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 9							
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	*4,11*	*5,55*	*22*	*155*	№ 155/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**8,66**	**13,88**	**46,82**	**348,05**	
2 завтрак	Плоды свежие (яблоко)	150	*0,6*	*0,6*	*15,45*	*69*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150,00	**0,60**	**0,60**	**15,45**	**69,00**	
Обед	Икра морковная	30	*1,1*	*4,0*	*5,58*	*64,5*	№ 328/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	*3,24*	*3,5*	*11,3*	*89,7*	№ 76, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для пит. детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Рыба отварная	60	*10,6*	*0,41*	*0,47*	*48*	№ 242/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Макаранные изделия отварные	110	*4,18*	*0,55*	*22,88*	*113,7*	№ 205/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Компот из апельсинов	150	*0,37*	*0,07*	*15,57*	*63,9*	№ 374/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	30	*2,25*	*0,15*	*15*	*71,1*	№ 2/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		565	**23,74**	**8,98**	**82,86**	**507,94**	
Полдник	Сырники из творога	80	*14,95*	*10,13*	*9,12*	*187,2*	№ 231/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Соус молочный сладкий	50	*0,95*	*2,25*	*6,5*	*50,75*	№ 351/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		280,00	**15,94**	**12,39**	**22,61**	**265,95**	
Итого за		**1351,0**	**48,9**	**35,9**	**167,7**	**1190,9**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 10							
Завтрак	Каша жидкая пшеничная	150/3	3,15	2,89	22,8	130	№ 185 а/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,2*	*6,11*	*12,94*	*123,5*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Какао с молоком	160	*3,36*	*2,9*	*13,82*	*94,93*	№ 397/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**10,71**	**11,90**	**49,56**	**348,43**	
2 завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	120	*3,48*	*3,84*	*4,8*	*68,4*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		120	**3,48**	**3,84**	**4,80**	**68,40**	
Обед	Огурец соленый	30	*0,24*	*0*	*0,72*	*4,2*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	150/5	*3,07*	*3,38*	*8,99*	*78,75*	№ 57, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлета мясная	60	*11,1*	*10,42*	*4,28*	*155,4*	№ 42/Организация питания детей в ДОУ, спр. МФССЭБИ, центр "Школьная книга", М. 2006-183с
	Овощи тушеные	110	*2,75*	*3,75*	*10,72*	*92,4*	№64/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Напиток из шиповника	150	*0,51*	*0,21*	*16,22*	*79*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		535	**19,67**	**18,06**	**52,99**	**466,79**	
Полдник	Омлет натульный с маслом	130	11,7	11,09	8,88	204,1	№ 110Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	15	*1,12*	*0,04*	*7,5*	*35,55*	ТН
		295,00	**12,86**	**11,14**	**23,37**	**267,65**	
Итого за день		**1303,0**	**46,7**	**44,9**	**130,7**	**1151,3**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 11							
Завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	160/3	*4,9*	*5,66*	*21,35*	*165,49*	№99Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	160	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**6,96**	**11,87**	**40,87**	**307,56**	
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**64**	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5	*2,1*	*3,06*	*8,7*	*70,95*	№ 63,Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлета "Улыбка"	70	*2,8*	*8,06*	*5,69*	*135,22*	ТТК №30
	Рагу из овощей	110	*1,78*	*9,55*	*10,04*	*133,1*	№ 137/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Огурец соленый	30	*0,24*	*0*	*0,72*	*4,2*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Компот из свежих яблок	150	*0,12*	*0,12*	*17,85*	*73,2*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		545	**9,04**	**21,09**	**55,06**	**473,71**	
Полдник	Запеканка из круп	80	*5,3*	*4,98*	*36,27*	*189,04*	№ 102/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С.,
	Соус сметаный сладкий	20	*0,73*	*0,87*	*1,6*	*26,7*	№117 Организация питапния в дошкольных образовательных учереждениях:методичесие указания города Москвы 2007
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		253,50	**6,10**	**5,86**	**44,97**	**244,74**	
Итого за день		**1304,5**	**22,9**	**38,8**	**156,1**	**1090,0**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 12							
Завтрак	Каша жидкая манная	140/3	*4,57*	*6,35*	*22,96*	*162,4*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Хлеб пшеничный	30	*2,24*	*0,14*	*15*	*71,1*	ТН
	Яйцо вареное	40	*5,08*	*4,6*	*0,28*	*63*	№ 213/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		363	**11,93**	**11,10**	**45,23**	**324,50**	
2 завтрак	Бифидок	130	*3,77*	*4,16*	*13,87*	*76,7*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		130	**3,77**	**4,16**	**13,87**	**76,70**	
Обед	Свекла отварная	30	*1,95*	*1,53*	*2,64*	*14,1*	№ 310/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	*3,3*	*3,15*	*9,75*	*80,85*	№ 81, № 107/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Гуляш из отварного мяса	50	*12,89*	*10,1*	*3,27*	*156,25*	№ 277/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Каша рисовая рассыпчатая	110	*2,64*	*4,4*	*26,95*	*160,6*	№ 314/Сб. технол. нормат.,рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Напиток из шиповника	150	*0,51*	*0,21*	*16,22*	*79*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		530	**23,29**	**19,69**	**70,89**	**547,84**	
Полдник	Запеканка из творога с рисом	80	*6,48*	*6*	*12*	*132,4*	№ 120/Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ" (справочник МФССЭБН, Центр "Школьная книга"), г. Москва, 2006г.
	Соус фруктовый	50	*0,47*	*0,03*	*6,7*	*28,8*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		280,00	**7,70**	**6,03**	**33,85**	**225,20**	
Итого за день		**1303,00**	**46,69**	**40,98**	**163,84**	**1174,24**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 13							
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	*5,09*	*6,58*	*18,53*	*154,98*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,33*	*6,31*	*13,35*	*127,42*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с молоком	160	*2,37*	*2,08*	*12,71*	*79,1*	№ 394/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**11,79**	**14,97**	**44,59**	**361,50**	
2 завтрак	Снежок	140	*4*	*4,48*	*5,6*	*58,48*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		140	**4,00**	**4,48**	**5,60**	**58,48**	
Обед	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	*3,15*	*4,5*	*17,2*	*102,2*	№ 85/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного, 2012г.
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	*7,27*	*10,44*	*5,92*	*147*	№ 307, № 352/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Макаранные изделия отварные	110	*4,18*	*0,55*	*22,88*	*113,7*	№ 205/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Капуста тушеная	30	*0,59*	*1,12*	*2,82*	*23,7*	№ 336/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	*0,12*	*0,008*	*11,58*	*47,08*	№ 376/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		530	**17,31**	**16,92**	**72,46**	**490,72**	
Полдник	Булочка домашняя	60	*3,6*	*4,8*	*17,4*	*141,68*	№ 274/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Плоды свежие (яблоко)	100	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*47*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		310,00	**4,75**	**5,20**	**42,35**	**252,68**	
Итого за		**1333,00**	**37,85**	**41,57**	**165,00**	**1163,38**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 14							
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	*3,98*	*5,37*	*21,32*	*150,12*	№ 155/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**8,53**	**13,70**	**46,14**	**343,17**	
2 завтрак	Ряженка	120	*4,15*	*4,61*	*5,76*	*84,96*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		120	**4,15**	**4,61**	**5,76**	**84,96**	
Обед	Икра морковная	30	*0,66*	*2,4*	*3,35*	*38,7*	№ 328/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Суп картофельный с рыбой	150	*16,82*	*4,73*	*12,15*	*158,77*	№ 73/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Рыба, тушенная с овощами	60	*5,74*	*2,88*	*1,65*	*55,5*	№ 247/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Картофельное пюре	110	*2,24*	*3,84*	*13,25*	*104,13*	№ 206/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Компот из свежих яблок	150	*0,12*	*0,12*	*17,85*	*73,2*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		530	**27,58**	**14,27**	**60,31**	**487,34**	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	80	*10,89*	*8,54*	*11,70*	*167,20*	№ 238/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Соус фруктовый	50	*0,47*	*0,03*	*6,7*	*28,8*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		290,00	**11,40**	**8,58**	**25,39**	**224,00**	
Итого за день		**1296,00**	**51,66**	**41,16**	**137,60**	**1139,47**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 15							
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	160/3	*4,15*	*4,81*	*17,82*	*128,96*	№ 161/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Бутерброд с повидлом	30/8	*1,48*	*2,32*	*16,47*	*92,75*	№ 2/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Какао с молоком	160	*3,36*	*2,9*	*13,82*	*94,93*	№ 397/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		361	**8,99**	**10,03**	**48,11**	**316,64**	
2 завтрак	Плоды свежие (груша)	150	*0,6*	*0,6*	*15,45*	*67,23*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,6**	**0,6**	**15,45**	**67,23**	
Обед	Икра свекольная	30	*0,7*	*1,74*	*3,7*	*34,08*	№ 54/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	*3,24*	*3,5*	*11,3*	*89,7*	№ 76, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для пит. детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Жаркое по-домашнему	160	*19,47*	*5,02*	*17,41*	*192,96*	№ 276/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	160	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	30	*2,25*	*0,15*	*15,0*	*71,1*	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		565	**27,70**	**10,72**	**66,93**	**474,75**	
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	*4,52*	*5,23*	*20,78*	*159,80*	№ 454,506/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		210,00	**5,27**	**5,23**	**35,93**	**223,80**	
Итого за день		**1286,0**	**42,6**	**26,6**	**166,4**	**1082,4**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 16							
Завтрак	Каша пшенная на сгущеном молоке с маслом сливочным	160/3	*5,26*	*6,06*	*21,2*	*159,7*	№ 96/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр
	Чай с сахаром	160	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**7,32**	**12,27**	**40,72**	**301,77**	
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**64**	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	160/15	*4,83*	*3,36*	*11*	*94,3*	№ 82,121/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлета "Улыбка"	70	*2,8*	*8,06*	*5,69*	*135,22*	ТТК №30
	Капуста тушеная	120	*2,21*	*4,28*	*11,31*	*94,8*	№ 336/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и
	Салат из горошека зеленого консервированного	30	*0,9*	*1,55*	*1,87*	*24,4*	№ 10/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Компот из апельсинов	160	*0,39*	*0,07*	*16,61*	*68,16*	№ 374/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,3*	*0,35*	*14,07*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна
		590	**13,43**	**17,67**	**60,55**	**483,43**	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	80	*10,44*	*9,21*	*21,3*	*187,2*	№ 274/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр
	Соус фруктовый	50	*0,47*	*0,03*	*6,7*	*28,8*	№119/ Л.Е. Курнешова "Организация питания детей в ДОУ"
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		283,50	**10,98**	**9,25**	**35,10**	**245,00**	
Итого за день		**1379,50**	**32,48**	**39,19**	**151,52**	**1094,20**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 17							
Завтрак	Каша жидкая пшеничная	160/3	3,1	2,89	22,8	129,97	№ 185 а/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,33*	*6,31*	*13,35*	*127,42*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		361	**9,96**	**11,33**	**48,91**	**338,24**	
2 завтрак	Плоды свежие (груша)	150	*0,6*	*0,6*	*15,45*	*67,23*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,6**	**0,6**	**15,45**	**67,23**	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	*6,24*	*4,74*	*9,68*	*108,94*	№ 67, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Икра свекольная	30	*0,7*	*1,74*	*3,7*	*34,08*	№ 54/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Шницель рубленный	50	*7,92*	*5,89*	*8*	*116,67*	№ 282/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Каша рисовая рассыпчатая	110	*2,64*	*4,4*	*26,95*	*160,6*	№ 314/Сб. технол. нормат.,рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Компот из свежих плодов (груш)	150	*0,12*	*0,12*	*12,91*	*52*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		525	**19,62**	**17,19**	**73,30**	**529,33**	
Полдник	Омлет натульный с маслом	130	11,7	11,09	8,88	204,1	№ 110Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб пшеничный	15	*1,12*	*0,04*	*7,5*	*35,55*	ТН
		295,00	**12,86**	**11,14**	**23,37**	**267,65**	
Итого за день		**1331,00**	**43,04**	**40,26**	**161,03**	**1202,45**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 18							
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	*3,7*	*5,38*	*21,31*	*150,11*	№ 155/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Бутерброд с повидлом	30/8	*1,48*	*2,32*	*16,47*	*92,75*	№ 2/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с молоком	160	*2,37*	*2,08*	*12,71*	*79,1*	№ 394/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		361	**7,55**	**9,78**	**50,49**	**321,96**	
2 завтрак	Плоды свежие (банан)	100	*1,5*	*0,5*	*21*	*95*	№ 368/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		100	**1,5**	**0,5**	**21**	**95**	
Обед	Икра морковная	30	*1,1*	*4,0*	*5,58*	*64,5*	№ 328/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	150/5	*3,07*	*3,38*	*8,98*	*78,75*	№ 37, № 166/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	*7,27*	*10,44*	*5,92*	*147*	№ 307, № 352/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Макаранные изделия отварные	110	*4,18*	*0,55*	*22,88*	*113,7*	№ 205/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Компот из свежих яблок	150	*0,12*	*0,12*	*12,91*	*52*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		535	**17,74**	**18,79**	**68,33**	**512,99**	
Полдник	Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	*3,90*	*2,70*	*22,80*	*132,0*	№ 454/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Напиток из шиповника	150	*0,51*	*0,21*	*16,22*	*79*	№ 533/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
		210,00	**4,41**	**2,91**	**39,02**	**211,00**	
Итого за		**1206,00**	**31,20**	**31,98**	**178,84**	**1140,95**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 19							
Завтрак	Каша жидкая манная	160/5	*2,89*	*3,95*	*16,03*	*110,8*	№ 185/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Какао с молоком	160	*3,36*	*2,9*	*13,82*	*94,93*	№ 397/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		358	**8,27**	**13,05**	**41,91**	**317,93**	
2 завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	120	*3,48*	*3,84*	*4,8*	*68,4*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		120	**3,48**	**3,84**	**4,80**	**68,40**	
Обед	Огурец соленый	30	*0,24*	*0*	*0,72*	*4,2*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Суп картофельный с рыбой	160	*17,95*	*4,98*	*12,96*	*169,3*	№ 73/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Рыба отварная	60	*10,6*	*0,41*	*0,47*	*48*	№ 242/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Рагу из овощей	120	*1,94*	*10,42*	*10,95*	*145,2*	№ 137/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	160	*0,13*	*0,008*	*12,35*	*50,22*	№ 376/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	*2,33*	*0,35*	*14,07*	*66,55*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		565	**33,19**	**16,17**	**51,52**	**483,47**	
Полдник	Сырники из творога	80	*14,95*	*10,13*	*9,12*	*187,2*	№ 231/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Соус молочный сладкий	50	*0,95*	*2,25*	*6,5*	*50,75*	№ 351/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Чай с сахаром	150	*0,04*	*0,01*	*6,99*	*28*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		280,00	**15,94**	**12,39**	**22,61**	**265,95**	
Итого за день		**1323,00**	**60,88**	**45,45**	**120,84**	**1135,75**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 20							
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	*3,89*	*4,51*	*16,71*	*120,9*	№ 161/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ и ДОЛ, под ред. Перевалова, Пермь, 2011г.
	Бутерброд с сыром	30/10	*4,33*	*6,31*	*13,35*	*127,42*	№ 3/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Кофейный напиток с молоком	160	*2,53*	*2,13*	*12,76*	*80,85*	№ 395/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		353	**10,75**	**12,95**	**42,82**	**329,17**	
2 завтрак	Бифидок	130	*3,77*	*4,16*	*13,87*	*76,7*	№ 251/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
		130	**3,77**	**4,16**	**16,00**	**76,70**	
Обед	Икра свекольная	30	*0,7*	*1,74*	*3,7*	*34,08*	№ 54/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2010г.
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	*3,24*	*3,5*	*11,3*	*89,7*	№ 76, № 106/Сб.рец.бл. и кул.изд. для пит. детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Гуляш из отварного мяса	50	*12,89*	*10,1*	*3,27*	*156,25*	№ 277/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Картофельное пюре	110	*2,24*	*3,84*	*13,25*	*104,13*	№ 206/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		528,5	**21,14**	**19,49**	**50,68**	**470,20**	
Полдник	Булочка домашняя	60	*3,6*	*4,8*	*17,4*	*141,68*	№ 274/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		210,00	**4,35**	**4,80**	**32,55**	**205,68**	
Итого за день		**1221,50**	**40,01**	**41,40**	**142,05**	**1081,75**	
Итого за весь период		**25932,5**	**853,0**	**765,5**	**3125,7**	**22687,9**	
Среднее значение за		**1296,6**	**42,7**	**38,3**	**156,3**	**1134,4**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 11							
Завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	160/3	*4,9*	*5,66*	*21,35*	*165,49*	№99Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Чай с сахаром	160	*0,04*	*0,01*	*7,46*	*29,87*	№ 392/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Бутерброд с маслом	30/3	*2,02*	*6,2*	*12,06*	*112,2*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		356	**6,96**	**11,87**	**40,87**	**307,56**	
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	*0,75*	*0*	*15,15*	*64*	№ 399/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**64**	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5	*2,1*	*3,06*	*8,7*	*70,95*	№ 63,Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Котлета "Улыбка"	70	*2,8*	*8,06*	*5,69*	*135,22*	ТТК №30
	Рагу из овощей	110	*1,78*	*9,55*	*10,04*	*133,1*	№ 137/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Огурец соленый	30	*0,24*	*0*	*0,72*	*4,2*	№ 70/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2015г.
	Компот из свежих яблок	150	*0,12*	*0,12*	*17,85*	*73,2*	№ 372/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	*2*	*0,3*	*12,06*	*57,04*	№ 1/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2011г.
		545	**9,04**	**21,09**	**55,06**	**473,71**	
Полдник	Запеканка из круп	80	*5,3*	*4,98*	*36,27*	*189,04*	№ 102/Сб.технол.нормат., рец.бл. и кул.изд. для ДОУ в 2-х частях под ред. доц.Коровка Л.С., Уральский региональный центр питания, 2004г.
	Соус сметанный сладкий	30	*1,1*	*1,65*	*2,37*	*40,8*	№117 Организация питапния в дошкольных образовательных учереждениях:методичесие указания города Москвы 2007
	Чай с лимоном	150/3,5	*0,07*	*0,01*	*7,1*	*29*	№393/Сб.рец.бл. и кул.изд. для питания детей в ДОУ, под ред. Могильного и Тутельяна, 2012г.
		263,50	**6,47**	**6,64**	**45,74**	**258,84**	
Итого за день		**1314,5**	**23,2**	**39,6**	**156,8**	**1104,1**	