

РАЗРАБОТАНО:

МКУ ГО Заречный

«Детство»

Директор

комбинированного

«Детство»

28.11.2017 г.



С.А. Гордиевских/

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

**для питания детей в возрасте от 3 до 7 лет,
посещающих дошкольные образовательные учреждения
городского округа Заречный**

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

для питания детей в возрасте от 3 до 7 лет,
посещающих дошкольные образовательные учреждения городского округа
Заречный

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий структурным подразделением _____ /С.В. Нуриева

Заведующий структурным подразделением _____ /В.В. Лапшина

Заведующий структурным подразделением _____ /Н.А. Соколова

Заведующий структурным подразделением _____ /Н.А. Егорова

Заведующий структурным подразделением _____ /Н.В. Пупкова

Заведующий структурным подразделением _____ /Г.И. Галимова

Заведующий структурным подразделением _____ /Т.М. Мокробородова

Заведующий структурным подразделением _____ /И.А. Васильева

Заведующий структурным подразделением _____ /С.Н. Хомучук

Заведующий С.П.

А.С. Хомучук



CAD

День: День 1

№ реч.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Са	Fe	B1	B2	C
	ЗАВТРАК										
7/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6,05	5,81	42,35	248,00	112,69	0,56	0,06	0,14	0,52
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52
3/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,01	104,00	100,00	0,07	0,00	0,04	0,07
	Сок	200	0,8	0,80	19,60	97,00	32,00	4,40	0,10	0,00	20,00
	ОБЕД										
2/2	Борщ со сметаной	200	1,73	4,33	10,28	81,00	33,48	0,75	0,04	0,04	8,65
8/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины (2)	100	16,4	16,10	8,10	240,00	78,10	2,20	0,10	0,20	1,10
43/3	Макаронные изделия отварные	150	5,31	3,77	32,41	188,00	12,82	0,74	0,06	0,02	0,00
181	Кукуруза отварная	30	6,97	4,23	45,59	236,91	31,49	0,00	0,00	0,00	0,00
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,49	0,03	18,26	72,00	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00
	ПОЛДНИК										
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60
	печенье	60	4,5	5,88	44,64	250,20	17,40	1,26	0,05	0,03	0,00
	УЖИН										
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	14,34	11,70	11,86	211,00	33,91	1,16	0,06	0,12	0,30
422	Пюре из гороха с маслом	150	14,27	4,40	28,40	210,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
11/10	Чай с лимоном	200/5	0,08	0,01	9,23	36,00	2,02	0,05	0,00	0,00	0,80
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		90,14	69,47	340,83	2343,76	813,25	13,86	0,72	1,05	94,72



День: День 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Са	Fe	B1	B2	C	
	ЗАВТРАК											
11/4	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	200	6,53	5,97	31,23	206,00	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	5,70	0,36	0,03	0,01	0,00	
12/10	Чай с молоком	200	1,4	1,42	11,23	61,00	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26	
458	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,80	47,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00	
	ОБЕД											
31/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,8	4,37	10,10	88,00	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	150	11,52	10,54	21,01	227,40	21,92	2,40	0,14	0,15	10,80	
36/8	Кисель из сухофруктов	200	0,99	0,05	28,60	115,00	31,37	0,60	0,01	0,03	50,32	
9/10	Горошек зеленый	30	0,92	1,12	1,93	21,60	6,23	0,21	0,03	0,02	2,94	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00	
	ПОЛДНИК											
	Ряженка	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60	
17-2/12	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	70	4,12	3,49	42,38	214,00	21,85	0,88	0,05	0,05	0,11	
	УЖИН											
4/7	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	100	9,69	5,22	4,05	101,66	33,89	0,70	0,06	0,07	1,17	
3/4	Каша гречневая вязкая	100	3,5	2,69	13,35	91,00	7,31	0,09	0,08	0,00	0,00	
10/10	Чай	200	0,04	0,01	9,09	35,00	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,03	0,00	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		54,44	42,75	240,93	1566,91	559,8	11,375	0,827	0,8695	95,03	



День: День 3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Са	Fe	B1	B2	C
	ЗАВТРАК										
10/5	Запеканка из творога (вариант 2)	150	25,57	15,10	24,22	337,50	208,88	0,88	0,06	0,33	0,28
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	5,70	0,36	0,03	0,01	0,00
14/10	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	135,00	111,76	1,10	0,03	0,13	0,52
	Сок	200	0,8	0,80	19,60	97,00	32,00	4,40	0,10	0,00	20,00
	ОБЕД										
10/2	Рассольник домашний со сметаной	200	1,81	4,43	11,02	93,00	25,57	0,75	0,06	0,05	8,41
9/8	Печень по-строгановски	100	12,6	13,20	2,60	180,00	27,00	4,20	0,20	1,20	9,10
3/3	Пюре картофельное	150	3,08	4,22	20,64	135,00	37,12	1,09	0,12	0,10	10,74
15/10	Напиток из шиповника	200	0,23	0,09	16,68	65,00	4,09	0,21	0,01	0,02	89,00
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00
	ПОЛДНИК										
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60
6/12	Ватрушка со сметаной	65	5,6	8,40	30,70	225,00	40,10	0,60	0,10	0,10	0,10
	УЖИН										
2/6	Омлет запеченный или паровой	80	7,81	10,52	1,39	131,00	55,16	1,35	0,04	0,24	0,11
17/3	Свекла, тушенная с яблоками	150	1,97	9,71	16,26	159,00	42,20	2,02	0,03	0,04	5,57
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00
12/10	Чай с молоком	200	1,4	1,42	11,23	61,00	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		78,27	78,84	235,4	1977,75	881,64	19,265	1,002	2,5995	156,69



День: День 4

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Fe	B1	B2	C	
	ЗАВТРАК											
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	5,26	30,73	195,00	116,18	0,73	0,10	0,13	0,42	
14/4												
3/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,01	104,00	100,00	0,07	0,00	0,04	0,07	
11/10	Чай с лимоном	200/5	0,08	0,01	9,23	36,00	2,02	0,05	0,00	0,00	0,80	
458	Фрукты свежие (банан)	100	1,5	0,50	21,00	89,00	8,00	0,60	0,04	0,05	10,00	
	ОБЕД											
25/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,46	2,63	11,80	82,00	53,05	0,57	0,07	0,09	4,85	
11/7	Тефтели рыбные в соусе	100	10,54	6,92	8,23	138,46	26,69	0,38	0,08	0,08	0,54	
420	Рис припущенный	150	3,54	6,05	32,40	198,15	4,80	0,51	0,03	0,02	0,00	
4/10	Компот из кураги и изюма	200	0,31	0,01	18,35	71,00	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	
1/1	Горошек зеленый	30	0,92	1,12	1,93	21,60	6,23	0,21	0,03	0,02	2,94	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00	
	ПОЛДНИК											
	Ряженка	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60	
	Пряник	40	1,92	1,89	31,08	140,00	3,60	0,24	0,03	0,02	0,00	
	УЖИН											
13/8	Бифштекс рубленый паровой	80	17,87	17,42	0,33	230,00	19,89	2,60	0,06	0,15	0,09	
8/3	Капуста тушеная	150	3,5	2,85	13,56	94,00	81,89	1,11	0,05	0,07	31,30	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00	
9/10	Кисель из сухофруктов	200	0,99	0,05	28,60	115,00	31,37	0,60	0,01	0,03	50,32	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		65,79	54,233	263,99	1794,86	700,16	10,085	0,704	1,0275	164,01	



День: День 5

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Fe	B1	B2	C
	ЗАВТРАК										
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	5,09	27,51	178,00	93,65	0,39	0,06	0,11	0,42
5/4	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	5,70	0,36	0,03	0,01	0,00
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52
1/6	Йогот отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	22,00	1,00	0,03	0,18	0,00
	Сок	200	0,8	0,80	19,60	97,00	32,00	4,40	0,10	0,00	20,00
	ОБЕД										
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,58	2,56	6,57	56,00	34,80	0,58	0,04	0,04	11,15
8/9	Суфле из мяса кур паровое	80	15,84	18,18	3,55	241,00	58,92	1,36	0,04	0,16	0,36
4/3	Картофельное пюре с морковью	150	2,82	4,11	17,09	118,00	44,03	1,03	0,10	0,10	8,20
181	Кукуруза отварная	30	6,97	4,23	45,59	236,91	31,49	0,00	0,00	0,00	0,00
5/10	Компот из чернослива и изюма	200	0,65	0,03	21,59	85,00	17,29	0,37	0,01	0,02	50,19
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00
	ПОЛДНИК										
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60
574	Крендель сахарный	75	4,34	7,95	39,41	246,55	12,51	0,65	0,05	0,04	0,00
	УЖИН										
18/5	Пудинг из творога с морковью	150	18,06	13,87	23,45	292,50	150,68	0,98	0,06	0,26	0,93
10/10	Чай	200	0,04	0,01	9,09	35,00	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		78,03	71,78	285,25	2097,21	848,19	13,495	0,762	1,3595	104,37



День: День 6

День: день 0												
№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг			
			белки	жиры		углеводы	Ca	Fe	B1	B2	C	
	ЗАВТРАК											
2/6	Омлет запеченный или паровой	100	9,76	13,15	1,74	163,75	68,95	1,68	0,05	0,30	0,14	
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	
3/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,01	104,00	100,00	0,07	0,00	0,04	0,07	
4/58	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,30	10,30	56,00	19,00	2,30	0,02	0,03	5,00	
	ОБЕД											
29/2	Суп-пюре гороховый	200	5,25	1,77	14,44	96,00	32,67	1,59	0,15	0,04	0,48	
20/8	Тефтели из мяса говядины	80	11,36	9,73	7,50	163,00	30,51	1,61	0,05	0,09	1,08	
36/3	Гарнир овощной сборный	150	3,9	3,90	19,70	118,00	63,30	1,00	0,10	0,10	6,70	
15/10	Напиток из шиповника	200	0,23	0,09	16,68	65,00	4,09	0,21	0,01	0,02	89,00	
1/1	Горошек зеленый	30	0,92	1,12	1,93	21,60	6,23	0,21	0,03	0,02	2,94	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00	
	ПОЛДНИК											
	Ряженка	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60	
	печенье	60	4,5	5,88	44,64	250,20	17,40	1,26	0,05	0,03	0,00	
	УЖИН											
3/9	Рату из мяса кур	150	14,82	16,36	14,40	265,50	26,48	1,66	0,09	0,14	4,27	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00	
11/10	Чай с лимоном	200/5	0,08	0,01	9,23	36,00	2,02	0,05	0,00	0,00	0,80	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		70,42	64,72	210,67	1708,7	715,51	13,985	0,787	1,2505	123,6	



0/CH	06/93
------	-------



День: День 8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг			
			белки	жиры		углеводы	Са	Fe	B1	B2	C	
	ЗАВТРАК											
17/5	Пудинг из творога	150	21,84	15,78	31,28	355,50	185,41	1,20	0,07	0,29	0,23	
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	5,70	0,36	0,03	0,01	0,00	
14/10	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	135,00	111,76	1,10	0,03	0,13	0,52	
458	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,80	47,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00	
	ОБЕД											
17/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,25	4,00	15,85	118,00	28,39	1,48	0,14	0,05	4,52	
23/8	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	85	9,14	9,94	5,43	148,00	32,04	1,11	0,03	0,08	0,09	
8/3	Капуста тушеная	150	3,5	2,85	13,56	94,00	81,89	1,11	0,05	0,07	31,30	
4/10	Компот из кураги и изюма	200	0,31	0,01	18,35	71,00	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00	
	ПОЛДНИК											
	Раженка	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60	
574	Крендель сахарный	75	4,34	7,95	39,41	246,55	12,51	0,65	0,05	0,04	0,00	
	УЖИН											
19/3	Рагу из овощей с соусом молочным	150	3,08	5,35	14,56	119,00	60,89	0,92	0,08	0,09	10,56	
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00	
11/10	Чай с лимоном	200/5	0,08	0,01	9,23	36,00	2,02	0,05	0,00	0,00	0,80	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		64,34	57,24	238,53	1729,3	783,05	12,595	0,722	1,1095	120,7	



День: День 9

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Fe	B1	B2	C
	ЗАВТРАК										
18/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	200	5,1	5,88	24,68	172,00	114,27	0,90	0,07	0,15	0,53
12/10	Чай с молоком	200	1,4	1,42	11,23	61,00	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	5,70	0,36	0,03	0,01	0,00
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	22,00	1,00	0,03	0,18	0,00
	Сок	200	0,8	0,80	19,60	97,00	32,00	4,40	0,10	0,00	20,00
	ОБЕД										
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	200	7,24	4,11	12,97	119,00	27,39	1,01	0,10	0,08	6,70
1/7	Рыба отварная (минтай или горбуша)	80	13,5	0,64	0,00	60,00	27,77	0,62	0,08	0,09	0,49
3/3	Картофельное пюре	150	3,08	4,22	20,64	135,00	37,12	1,09	0,12	0,10	10,74
1/1	Горошек зеленый	30	0,92	1,12	1,93	21,60	6,23	0,21	0,03	0,02	2,94
5/10	Компот из чернослива и изюма	200	0,65	0,03	21,59	85,00	17,29	0,37	0,01	0,02	50,19
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00
	ПОЛДНИК										
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60
	печенье	60	4,5	5,88	44,64	250,20	17,40	1,26	0,05	0,03	0,00
	УЖИН										
31/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (лепные)	180	11,27	11,64	9,88	191,07	51,25	1,57	0,04	0,08	3,00
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00
15/10	Напиток из шиповника	200	0,23	0,09	16,68	65,00	4,09	0,21	0,01	0,02	89,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		67,3	47,9	242,28	1679,12	654,57	15,305	0,89	1,1595	196,445



День: День 10

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг		
			белки	жиры		Са	Fe	В1	В2	С	
	ЗАВТРАК										
6/4	Каша овсяная молочная с маслом	200	7,38	7,86	29,47	219,00	131,78	1,48	0,17	0,16	0,52
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,00	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52
3/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,01	104,00	100,00	0,07	0,00	0,04	0,07
458	Фрукты свежие (банан)	100	1,5	0,50	21,00	89,00	8,00	0,60	0,04	0,05	10,00
	ОБЕД										
5/2	Свекольник со сметаной	200	1,74	4,37	11,67	93,00	31,74	1,07	0,05	0,05	5,45
16/8	Виточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	130	14,69	12,79	13,30	228,00	78,53	1,69	0,06	0,16	0,34
3/4	Каша гречневая вязкая	100	3,5	2,69	13,35	91,00	7,31	0,09	0,08	0,00	0,00
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,49	0,03	18,26	72,00	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16
181	Кукуруза отварная	30	6,97	4,23	45,59	236,91	31,49	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	14,00	1,56	0,07	0,03	0,00
	ПОЛДНИК										
	Ряженка	180	5,22	5,76	7,20	105,30	216,00	0,18	0,09	0,27	12,60
6/12	Ватрушка со сметаной	65	5,6	8,40	30,70	225,00	40,10	0,60	0,10	0,10	0,10
	УЖИН										
10/10	Чай	200	0,04	0,01	9,09	35,00	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00
8/5	Сырники из творога с морковью	150	19,56	13,65	16,21	267,00	149,26	0,71	0,05	0,30	0,62
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,9	0,20	12,34	58,75	5,00	0,28	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		80,67	66,94	278,75	2029,56	937,81	9,005	0,794	1,3205	80,38



Химический состав за плановый период	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Са	Fe	B1	B2	C
	711,02	605,333	2641,35	18846,33	7518,73	133,32	7,992	12,726	1281,705

Источники рецептуры:

- 1 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г.



- 2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях: методические рекомендации и технические документы. Д.В. Гращенко, Л.И. Николаева. - Екатеринбург, 2011 год.
- 3 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений - Пермь, 2013
- 4 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год