

Утверждаю

Директор ООО "ФУДСОНСЕРВИС"

Харламова Э.Р.

Согласовано

Руководитель

Сунгатуллина Э.М.

Примерное 12-дневное меню

с 8-10 5- часовым пребыванием от 1 года до 3 лет

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто						
ЗАВТРАК									
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
		10	10						
		7,5	7,5						
		75	75						
		48	48						
		2	2						
		0,4	0,4						
		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
		2,50	2,50						
		6,00	6,00						
		90,00	90,00						
		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
Итого:	364			9,60	13,02	46,65	345,81	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 Сб дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)		155	150						
		2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	40			0,28	0,04	0,76	4,80	1,96	№71 сб шк2017
		40,80	40,00						
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10			3,61	2,87	10,55	90,56	5,19	№88 СБ дошк 2016
		11,97	11,40						
		11,97	11,40						
		1,19	1,00						
		0,96	0,80						
		1,00	1,00						
		0,10	0,10						
			14,3						
			10						
		59,90	45,00						
		7,50	6,00						
		7,14	6,00						
		6,00	6,00						
		3,00	3,00						
		0,50	0,50						
		105,00	105,00						
Котлеты рубленые из говядины	50			8,42	9,35	8,22	150,76		СБ дошкольн. №299. 2016
		36,57	35,00						
		36,57	35,00						
		10,40	8,75						
		8,13	8,13						
		10,00	10,00						
		2,80	2,80						
		0,40	0,40						
			62,00						
		0,60	0,60						
Пюре Картофельное	120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
		136,80	102,60						
		18,96	18,00						
		4,20	4,20						
		0,45	0,45						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк 2016
		12,75	12,50						
		5,00	5,00						
		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	15	15,00	15,00	1,14	0,12	7,38	35,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	570			18,71	16,71	71,11	520,40	22,22	
ПОЛДНИК									

Булочка дорожная	35			2,73	4,90	18,25	126,70		№453 с6 дошк2016
Мука пшеничная		21,35	21,00						
мука пшеничная на подпыл		0,70	0,70						
Сахар		4,20	4,20						
Масло сливочное		4,55	4,55						
соль йодированная		0,21	0,21						
дрожжи сухие		0,14	0,14						
вода		10,70	10,70						
масса полуфабриката			39,90						
для крошки:									
мука пшеничная		0,84	0,84						
масло сливочное		0,70	0,70						
масса крошки			1,40						
масло растительное для смазки		0,70	0,70						
изделий	150/5			0,06	0,02	5,01	19,95	0,03	№410,411 Дели2016
Чай с сахаром									
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
Вода		150	150						
Фрукты свежие	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)									
Итого:	290			3,19	5,32	33,06	193,65	10,03	
ВСЕГО:	1376			35,85	38,80	158,82	1142,86	35,14	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша полбяная молочная с маслом сливочным		140/3			3,76	6,13	22,96	162,00	0,67	ТТК №1Д
Крупа полбяная			18	18						
Молоко			70	70						
вода			53	53						
Сахар			2	2						
соль иодированная			0,4	0,4						
Масло сливочное			3	3						
Какао с молоком		180/6			3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дели2016
Какао-порошок			2,00	2,00						
Сахар			6,00	6,00						
Молоко			110,00	110,00						
Вода			80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным		25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной			25	25						
Масло сливочное			5	5						
Итого:		359			9,35	13,67	46,75	351,28	2,10	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД										
Салат картофельный с зеленым горошком к/с		40			0,78	2,09	3,91	37,68	1,04	№26,сбдошк2016
картофель			29,79	22,40						
морковь			7,50	6,00						
зеленый горошек к/с			10,02	6,00						
лук репчатый			4,80	4,00						
масло растительное			2,00	2,00						
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/5			1,26	4,00	6,81	73,58	6,43	№63,сбдошк2016
Капуста свежая			15,0	12,0						
Картофель			15,96	12,0						
Морковь			7,5	6,0						
Лук репчатый			7,14	6,0						
Свекла			30,72	24,0						
Сахар			1,8	1,8						
Масло растительное			3,0	3,0						
соль иодированная			0,5	0,5						
Бульон			120	120,0						
Сметана			5,0	5,0						
Томатная паста			0,8	0,8						
Плов из отварной птицы		150			12,71	7,85	26,80	229,00	4,52	№321 сбдошк2016
цыплята-бройлеры с/м			58,50	55,2						
масса отварной птицы				24,0						
масло сливочное			5,0	5,0						
Лук репчатый			8,9	7,5						
Морковь			12,5	10,0						
Крупа рисовая			32,0	32,0						
вода			65,0	65,0						
соль иодированная			0,5	0,5						
масса гарнира				126,0						
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	2,85	342 сб shk 2017
яблоки свежие			28,50	25,00						

сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	550			18,70	14,64	82,11	542,44	14,84	
ПОЛДНИК									
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№ 251 с6 дошк 2016
Творог		103,2	101,2						
крупа манная		6,6	6,6						
Яйцо		5,28	4,4						
Сахар		8,8	8,8						
Сметана		4,4	4,4						
Масло сливочное		4,4	4,4						
Сухари панировочные		4,4	4,4						
соль йодированная		0,55	0,55						
молоко сгущенное		20,40	20,00						
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели2016
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
лимон		5,55	5						
Вода		150,0	150,0						
Итого:	290			20,83	17,00	34,67	375,18	2,73	
ВСЕГО:	1399			49,88	45,31	183,73	1353,34	23,67	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины	Сборник рецептур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто				Ккал		
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/4			4,71	5,52	23,38	178,07		ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,5	17,5						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		4	4						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 с6 дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	360			9,66	12,27	46,78	352,33	1,38	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 С6 дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)		155	150						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	40			1,04	2,95	1,29	35,92	1,86	№21 с6 дошк 2016
капуста свежая		47,25	37,80						
соль йодированная		0,20	0,20						
морковь		5,00	4,00						
Сахар		0,70	0,70						
Масло растительное		2,00	2,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	150/10			3,99	2,00	7,32	66,28	5,00	№86 с6 дошк 2016
говядина (лопатка б/к)		16,00	16,00						
масса отварной говядины			10,00						
крупа пшенная		9,00	9,00						
картофель		60,00	45,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,14	6,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
соль йодированная		0,5	0,5						
Бульон		105,00	105,00						
Биточки рубленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	40/20			5,46	4,70	8,85	99,98	0,74	ТТК №784 от 17.11.2023
рыба (минтай с/м БГ)		41,10	30,0						
или фарш рыбный		31,50	30,0						
хлеб пшеничный		4,00	4,00						
вода питьевая		6,50	6,50						
Лук репчатый		9,00	7,50						
масло растительное		0,60	0,60						

соус томатный с овощами	масса припущенного лука			3,75					
	яйцо куриное		0,72	0,60					
	соль иодированная		0,35	0,35					
	сухари панировочные		4,00	4,00					
	Масса полуфабриката			47,2					
	Масло растительное		1,00	1,00					
	масса готовых котлет			40,0					
				20,0					
	лук репчатый		2,4	2,00					
	морковь		5,0	4,00					
	масло растительное		0,6	0,60					
	бульон или вода		20,0	20,0					
	Масло сливочное		0,9	0,9					
	мука пшеничная		0,9	0,9					
	морковь		1,5	1,2					
	лук репчатый		0,72	0,6					
	томатная паста		1,2	1,2					
	Масло сливочное		0,3	0,3					
	сахар		0,2	0,2					
	соль йодированная		0,2	0,2					
Макаронные изделия отварные с маслом	масса готового томатного соуса			18,0					
	масса томатного соуса с овощами			20,00					
		110/3			4,17	2,66	23,45	134,38	№219 Сб дошк 2016
Кисель	макаронные изделия		38,50	38,50					
	вода		231,00	231,00					
	соль иодированная		0,45	0,45					
	Масло сливочное		3,00	3,00					
		150			0,45	0,08	13,50	62,70	0,83 ТТК
Хлеб пшеничный	Кисель-концентрат		17,5	17,5					
	Сахар		5	5					
	вода		150	150					
		20	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00 табл 6 стр 134 Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23	табл 6 стр 144 Дели + 2012
Итого:		578			18,94	12,97	78,09	515,49	8,43
ПОЛДНИК									
Эч-почмак с говядиной		75			8,40	4,76	28,43	201,00	ТТ по АП от 23.05.2022
	Мука пшеничная		23,25	23,25					
	мука пшеничная на подпыл		0,75	0,75					
	яйцо куриное		2,34	1,95					
	Масло сливочное		1,95	1,95					
	Сахарный песок		0,75	0,75					
	Молоко		9,40	9,40					
	Дрожжи сухие		0,23	0,23					
	соль иодированная		0,30	0,30					
	масса теста			37,50					
	говядина (лопатка б/к)		17,00	17,00					
	картофель		29,30	22,00					
	Лук репчатый		7,80	6,50					
	Масло сливочное		3,40	3,40					
	соль иодированная		0,40	0,40					
	масса фарша			49,00					
	яйцо куриное		1,44	1,20					
	масло растительное для смазки изделий		0,23	0,23					
	масло растительное для смазки листа		0,75	0,75					
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60 №399 сб дошк 2016
	шиповник		15,3	15					
	сахар		5	5					
	вода		150	150					
Итого:		230			8,91	4,97	34,00	227,15	36,60
ВСЕГО:		1318			41,85	33,96	165,18	1170,98	46,86

День 4 - ый

День 4 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
Сахар		2	2						
Соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Сыр		5,1	5						

	Масло сливочное		5	5						
Итого:		364			11,17	14,38	49,56	375,91	1,91	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (нектар) в инд упаковке		200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:		200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД										
Помидоры свежие порционно		40			0,44	0,08	1,52	8,80	7,00	№71 сб шк 2017
	помидоры свежие		40,80	40,00						
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне		150			3,29	3,16	9,92	88,95	3,50	СБ дошк.2016 №87
	Картофель		40,05	30						
	Горох колотый		12,15	12						
	Лук репчатый		7,2	6						
	Морковь		9,6	7,5						
	Соль йодированная		0,5	0,5						
	Масло растительное		3	3						
	Бульон		105	105						
Фрикадельки из птицы		60			8,43	7,55	5,28	123	0,24	№325,СБ дошк 2016
	Цыпленок - бройлеры с/м		67,60	44,00						
	Хлеб пшеничный		11,00	11,00						
	Соль йодированная		0,40	0,40						
	Вода		14,00	14,00						
	Масса полуфабриката фрикаделек			69,00						
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	№148 ,сб дошк 2016
	картофель		53,20	40,00						
	морковь		24,00	19,20						
	масса запеченной моркови			18,00						
	Лук репчатый		20,40	16,80						
	масса припущенного лука			13,20						
	капуста свежая		32,75	26,20						
	масса припущенной капусты			24,00						
	соль йодированная		0,60	0,60						
	Масло растительное		4,00	4,00						№366 ,сб дошк 2016
	соус:									
	вода		35,00	35,00						
	Масло сливочное		1,58	1,58						
	Мука пшеничная		1,58	1,58						
	Морковь		2,63	2,10						
	Лук репчатый		1,26	1,05						
	томатная паста		2,10	2,10						
	Масло сливочное		0,53	0,53						
	сахар		0,35	0,35						
	соль йодированная		0,35	0,35						
	масса соуса			35,00						
	масса рагу			120,00						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,3	15,0						
	масса отварных сухофруктов			24,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5	5						
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		575			18,36	23,95	64,07	556,10	25,04	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229,сб дошк2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Чай с сахаром		150/5			0,053	0,015	5,02	20,08	0,02	№410,411 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Фрукты свежие		120	120	120	1,08	0,24	9,72	51,60	18,00	табл 9 стр 186,Дели + 2012
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		430			15,11	21,98	29,33	381,46	18,27	
ВСЕГО:		1569			45,65	60,30	163,16	1397,91	49,22	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	180			5,18	4,69	15,15	119,16	0,68	№100,сб дошк 2016
суповая засыпка (звездочки)		14,40	14,40						
Сахар		1,40	1,40						
Молоко		126,00	126,00						
Вода		54,00	54,00						
Масло сливочное		1,80	1,80						
Соль		0,80	0,80						
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010
Какао-порошок		2,00	2,00						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		110,00	110,00						
Вода		80,00	80,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	396			10,76	12,23	43,89	324,40	2,11	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150/2			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	№420 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	155	150						
	сахар	2	2						
Итого:	152			4,35	3,75	8,00	83,00	1,05	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40			0,57	2,44	3,34	37,56	2,67	№34 сб дошк 2016
свекла		48,64	38,00						
масло растительное		2,40	2,40						
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5			3,38	4,98	7,87	96,41	7,95	№81 сб дошк 2016
Картофель		59,85	45,00						
капуста свежая		15,00	12,00						
Морковь		7,50	6,00						
Лук репчатый		7,20	6,00						
Масло растительное		3,00	3,00						
огурцы соленые		16,38	9,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
бульон		105,00	105,00						
Сметана		5,00	5,00						
говядина (котлетное мясо б/к)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо куриное		0,96	0,80						
Вода питьевая		1,00	1,00						
Соль йодированная		0,10	0,10						
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20			9,93	8,14	23,31	206,57	5,63	№308 СБ дошк 2016
говядина (котлетное мясо б/к)		35,50	34,00						
или фарш говяжий		35,70	34,00						
Масло растительное		2,40	2,40						
масса готового мясного фарша			26,00						
Картофель		165,60	124,50						
масса отварного протертого			118,00						
Лук репчатый		10,80	9,00						
Масло растительное		1,60	1,60						
масса припущенного лука			6,50						
Масло сливочное		1,60	1,60						
соль йодированная		0,50	0,50						
сухари панировочные		2,40	2,40						
масса полуфабриката			153,00						
Соус :									
Сметана		5,00	5,00						
Мука пшеничная		1,30	1,30						
вода		15,00	15,00						
Соус сметанный			20,00						
Компот из изюма и яблок	150			0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
яблоки свежие		13,68	12,0						
изюм		7,65	7,5						
масса отварных сухофруктов			12,0						
Вода		152	152,0						
сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной	40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:	545			16,81	16,14	72,13	509,70	17,45	
ПОЛДНИК									
Ватрушка королевская	130			15,98	9,50	50,58	350,13		ТТК №810 от 15.02.2023
посыпка низ:									
Масло сливочное		9,00	9,0						
Мука пшеничная		17,0	17,0						
Сахарный песок		9,00	9,0						
творожная начинка:									
Творог		68,00	68,0						
сахарный песок		13,50	13,5						
Яйцо куриное		16,2	13,5						
посыпка верх:									
Масло сливочное		3,5	3,5						

Чай с сахаром и лимоном	Мука пшеничная		7,2	7,2						
	Сахарный песок		3,5	3,5						
		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Итого:		290			2,00	0,22	17,48	80,53	2,24	
ВСЕГО:		1383			33,92	32,34	141,50	997,63	22,85	

День 6 - ый

День 6 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	ценность Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/4			3,84	3,06	19,47	123,94	0,00	ТТК №6Д
		17,7	17,7						
		70	70						
		53	53						
		2	2						
		0,4	0,4						
		4	4						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
		0,45	0,45						
		6	6						
		92	90						
		90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк2016
		25	25						
		5,1	5						
		5	5						
Итого:	365			9,40	11,15	42,87	315,37	1,45	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (нектар) в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	40			0,28	0,04	0,76	4,80	1,96	№71 сб шк2017
		40,80	40,00						
Суп из овощей на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	150/10/5			3,42	5,60	5,70	91,45	6,48	№99 сб шк 2017
		24,30	23,10						
			10,00						
		63,84	48,00						
		26,25	21,00						
		10,00	8,00						
		9,60	8,00						
		3,00	3,00						
		0,50	0,50						
		112,50	112,50						
		5,00	5,00						
Котлеты рыбные	50			6,41	3,41	5,58	72,63	0,33	№234 сб шк 2017
		45,22	33,0						
		0,5	0,5						
		9,0	9,0						
		13,00	13,0						
		5,0	5,0						
			58,0						
		2,0	2,0						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/2			2,65	1,77	25,86	134,03		№304 сб шк 2017
		39,60	39,60						
		0,50	0,50						
		240,00	240,00						
		2,00	2,00						
Напиток из сухофруктов	150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 СБ дошк 2016
		12,75	12,50						
		5,00	5,00						
		152,00	152,00						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	652			15,98	11,70	75,55	479,14	19,31	
ПОЛДНИК									
Макаронные изделия отварные с сыром	130			8,80	10,35	22,17	217,36		№204 СБ 2017
		43,0	43,0						
		258,0	258,0						
		2,00	2,0						
		0,40	0,40						
		8,16	8,00						
Чай с мармеладом	160/10			0	0	19,32	72,89	0,02	№ 411 сб дошк 2016
		0,45	0,45						

вода питьевая		160	160							
мармелад		10	10							
		25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл в стр 134, дели	
Хлеб пшеничный									100,0	
Итого:	325			10,70	10,35	41,49	290,25	0,02		
ВСЕГО:	1542			37,08	33,20	180,11	1169,20	24,78		

2 неделя

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецентур
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды	ценность	С	
		брутто	нетто				Ккал		
ЗАВТРАК									
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3			4,71	4,80	23,38	171,47		ТТК №10Д
Крупа ячневая		17,50	17,50						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			9,48	11,57	46,65	344,55	1,17	
2 - ой ЗАВТРАК									
Кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)		155	150						
Итого:	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	30			0,43	1,52	2,71	26,22	5,13	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		30,00	24,00						
морковь		3,75	3,00						
масло растительное		1,50	1,50						
сахар		0,50	0,50						
соль йодированная		0,15	0,15						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150			2,13	2,75	11,28	86,55	3,45	№91,128 сб дошк 2016
картофель		66,6	50						
Морковь		7,5	6,00						
Лук репчатый		7,2	6,00						
Масло растительное		1,5	1,5						
соль йодированная		0,5	0,5						
бульон		112,5	112,5						
клецки:			15						
мука пшеничная		4,6	4,6						
Масло сливочное		0,5	0,5						
яйцо		1,60	1,32						
вода		7,30	7,3						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса теста			13,50						
масса готовых клецек			15,00						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20			4,98	5,17	5,89	90,00	0,30	ТТК 1001 от 10.06.2024
цыплята - бройлеры с/м		40,00	26,00						
или фарш куриный		27,30	26,00						
хлеб пшеничный		6,00	6,00						
Вода		8,00	8,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		1,50	1,50						
Масса припущенного лука			6,00						
Мука пшеничная		2,70	2,70						
Масса полуфабриката			48,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
масса готовых тефтелей			40,00						
сметанно-томатный соус:			20,00						
сметана		5,00	5,00						
Мука пшеничная		1,50	1,50						
вода		15,00	15,00						
томатная паста		1,00	1,00						
соль йодированная		0,16	0,16						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2			3,21	1,62	22,36	116,60	0,41	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая		47,6	47,6						
вода питьевая		71,0	71,0						
соль йодированная		0,3	0,3						
масса каши			100,0						
морковь		16,5	13,2						
лук репчатый		2,0	1,7						
масса каши с овощами			110,0						

	Крупа манная		1,30	1,3						
	яйцо		0,90	0,75						
	Лук репчатый		11,10	9,30						
	вода		7,00	7,0						
	соль иодированная		0,4	0,4						
	сахар		0,1	0,1						
	сухари панировочные		5,0	5,0						
	Масло растительное		1,3	1,3						
	Масса полуфабриката			59,0						
Пюре Картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		136,80	102,60						
	Молоко		18,96	18,00						
	Масло сливочное		4,20	4,20						
	соль иодированная		0,45	0,45						
Компот из урюка		150			0,35	0,02	13,83	56,83	0,00	№394 СБ дошк 2016
	урюк		15,30	15,00						
	масса отварных сухофруктов			24,00						
	Вода		152,00	152,00						
	сахар		5,0	5,0						
Хлеб ржаной		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,Дели + 2012
Итого:		550			14,83	13,13	57,88	415,22	31,23	
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный		130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229,сб дошк2016
	яйцо		96,00	80,00						
	молоко		55,00	55,00						
	масса омлетной смеси			135,00						
	масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
	масса готового омлета			130,00						
Чай с сахаром		150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410,411 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	Вода		150	150						
Хлеб пшеничный		25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134,Дели + 2012
Итого:		310			14,03	21,74	19,61	329,86	0,27	
ВСЕГО:		1419			39,69	47,00	144,09	1168,06	37,75	

Наименование блюд и продуктов		Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
					белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			6,02	4,84	30,97	191,96	0,67	ТТК №9Д
Крупа пшеничная			18	18						
Молоко			70	70						
Вода			53	53						
Сахар			2	2						
соль иодированная			0,4	0,4						
Масло сливочное			3	3						
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой			0,45	0,45						
Сахар			6	6						
Молоко			92	90						
Вода			90	90						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Батон нарезной			25	25						
Сыр			5,1	5						
Масло сливочное			5	5						
Итого:		364			11,58	12,93	54,37	383,39	2,12	
2- ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Салат из моркови		40			0,53	0,04	3,03	14,53	1,92	№42,сб дошк 2016
морковь			50	40						
сахар			0,4	0,4						
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной		150/6			2,51	6,73	21,51	166,84	5,13	№82 сб дошк 2016
Картофель			66,50	50,00						
Крупа перловая			6,00	6,00						
Морковь			7,50	6,00						
Лук репчатый			3,57	3,00						
Масло растительное			2,00	2,00						
огурцы соленые			18,20	10,00						

Гуляш из отварной говядины	соль йодированная		0,50	0,50						
	Бульон		114,00	114,00						
	Сметана		6,00	6,00						
		30/30			8,02	8,45	1,96	98,40	0,55	№293 сб рецептур 2016
	говядина лопатка б/к		42,00	42,00						
	Соль йодированная		0,30	0,30						
	масса отварной говядины			30,00						
	Морковь		13,13	10,50						
	лук репчатый		6,36	5,30						
	Вода питьевая		22,50	22,50						
Макаронные изделия отварные	томатная паста		0,90	0,90						
	мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
		110			3,12	3,27	23,42	101,42		№205 сб шк 2017
	макаронные изделия		38,50	38,50						
Кисель	Вода питьевая		231,00	231,00						
	Масло сливочное		1,50	1,50						
	Соль йодированная		0,45	0,45						
		150			0,45	0,08	13,5	63	0,83	ТТК
	Кисель-концентрат		17,50	17,50						
Хлеб ржаной	Сахар		5,00	5,00						
	вода		150,00	150,00						
		35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		551			16,94	18,99	77,27	513,12	8,43	
ПОЛДНИК										
Слойка сладкая		35			2,95	3,36	14,64	123,78		Сб нац. блюд и кулинарных рецептов стр. 150 СБ Казань 1997
	мука пшеничная в/с		21,7	21,7						
	Мука пшеничная в/с на подпыл		0,7	0,7						
	яйцо куриное		2,1	1,75						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	молоко		8,75	8,75						
	сахарный песок		0,7	0,7						
	дрожжи сухие		0,28	0,28						
	Соль йодированная		0,28	0,28						
	масса теста			35,00						
	сахарный песок		3,50	3,50						
	масло сливочное		1,75	1,75						
	масса полуфабриката			40,25						
	яйцо для смазки изделий		0,60	0,50						
	масло растительное для смазки листов		0,10	0,10						
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели2016
	чай весовой		0,4	0,4						
	Сахар		5	5						
	лимон		5,55	5						
	Вода		150,0	150,0						
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	100	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели + 2012
		295			4,55	3,88	40,82	240,56	12,24	
Итого:		1360			37,43	39,55	178,76	1213,07	23,24	
ВСЕГО:										

День 10 - ый

День 10 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр) брутто	Кол - во (в гр) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
				белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3			5,79	6,28	26,29	185,66	0,67	ТТК №5Д
Крупа геркулесовая		18	18						
Молоко		123	123						
Сахар		2	2						
Соль йодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		3,00	3,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
Кофейный напиток		2,50	2,50						
Сахар		6,00	6,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		108,00	108,00						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						
Итого:	359			10,56	13,05	49,56	358,74	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (ябктар) в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД									
Огурцы свежие порционно	40			0,28	0,04	0,76	4,80	1,96	№71 сб шк2017

Суп-лапша домашняя на курином бульоне	огурцы	150	40,80	40,00	1,54	3,33	6,97	69,45	0,54	№94 сб дошк2016
	Мука пшеничная		11,30	11,30						
	Яйцо		3,60	3,00						
	Вода		2,10	2,10						
	Соль		0,20	0,20						
	Масса лапши			12,00						
	Морковь		7,50	6,00						
	Лук репчатый		7,14	6,00						
	Масло растительное		3,00	3,00						
Биточки "Домашние"	Бульон	50	143,00	143,00	7,41	5,79	10,68	110,54	0,05	Акт проработки от 25.12.2018 №569
	Соль		0,65	0,65						
	цыплята - бройлеры с/м		60,68	39,40						
	или фарш куриный		41,37	39,40						
	морковь		11,85	9,40						
	Лук репчатый		14,40	12,00						
	Масло растительное		1,00	1,00						
	масса припущенного лука			6,00						
	соль иодированная		0,40	0,40						
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	яйцо	110/3	0,60	0,50	2,66	4,62	27,55	162,47		№304 сб шк 2017
	Мука пшеничная		3,75	3,75						
	масса полуфабриката			59,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
Компот из изюма и яблок	Крупа рисовая	150	39,30	39,30	0,29	0,10	21,77	89,96	1,20	ТТК
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Вода питьевая		82,50	82,50						
	Масло сливочное		3,00	3,00						
Хлеб ржаной	яблоки свежие	35	13,68	12,0	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
	изюм		7,65	7,5						
	масса отварных сухофруктов			12,0						
	Вода		152	152,0						
	сахар		5,0	5,0						
Итого:			538		14,48	14,30	81,58	506,45	3,75	
ПОЛДНИК										
Запеканка творожная с молоком сгущенным		110/20			20,73	16,98	29,49	353,40	0,49	№ 251 сб дошк 2016
	Творог		103,2	101,2						
	крупа манная		6,6	6,6						
	Яйцо		5,28	4,4						
	Сахар		8,8	8,8						
	Сметана		4,4	4,4						
	Масло сливочное		4,4	4,4						
	Сухари панировочные		4,4	4,4						
	соль иодированная		0,55	0,55						
	молоко сгущенное		20,40	20,00						
Напиток из шиповника		150/5			0,50	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк 2016
	шиповник		15,3	15						
	сахар		5	5						
Кондитерское изделие	вода		150	150						табл 6 стр 136, Ддели +, 2012
	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:			305		22,73	19,15	49,94	462,95	75,49	
ВСЕГО:			1402		48,77	46,50	201,28	1412,58	85,08	

День 11 - ый

День 11 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный с клецками	180			4,28	5,04	9,32	99,72	0,82	№105,128 сб дошк2016
молоко		126,00	126,00						
вода		63,00	63,00						
масло сливочное		1,80	1,80						
клецки:			22,50						
мука пшеничная		7,00	7,00						
масло сливочное		0,80	0,80						
яйцо куриное		2,40	2,00						
вода		10,80	10,80						
соль йодированная		0,2	0,2						
масса теста			20,3						
масса готовых клецек			22,50						
Чай с сахаром	150/5			0,05	0,02	5,02	20,08	0,02	№410,411 Дели2016
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
Вода		150	150						
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк2016
Батон нарезной		25	25						

Сыр			5,1	5						
Масло сливочное			5	5						
Итого:		370			6,86	10,75	27,26	235,47	0,91	
2 - ой ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
(кефир, ряженка, катык)			155	150						
Итого:		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	
ОБЕД										
Помидоры свежие порционно		40			0,44	0,08	1,52	8,80	7,00	№71 сб шк 2017
Суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне		150	40,80	40,00	1,18	1,63	7,27	51,45	4,95	№86 сб дошк 2016
			12	12						
			60	45						
			7,5	6						
			7,14	6						
			1,5	1,5						
			0,5	0,5						
			105,0	105,0						
Азу-по-татарски с отварной говядиной		150			14,09	15,73	14,42	256,52	5,88	ТТК
			48	48						
			0,3	0,3						
				30						
			133	100						
			18	15						
			36,4	20						
			4	4						
			8	8						
				120						
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,450	№394 СБ дошк 2016
			12,75	12,50						
			5,00	5,00						
			152,00	152,00						
Хлеб ржаной		40	40	40	2,64	0,48	15,84	79,20		2012
Итого:		530			18,85	17,99	53,04	455,57	18,28	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Расстегай с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
			50,0	50,0						
			2,0	2,0						
			2,50	2,5						
			2,50	2,50						
			0,50	0,50						
			0,20	0,2						
			21,5	21,5						
				75,0						
			57,0	41,0						
				33,6						
			6,0	5,0						
				2,5						
			0,4	0,4						
			4,0	4,0						
			0,50	0,50						
				40,0						
				115,0						
			0,4	0,4						
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
			0,5	0,5						
			170	170						
			10	10						
Фрукты свежие		100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк 2016
(яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)										
Итого:		380			11,97	9,92	45,54	310,34	10,17	
ВСЕГО:		1430			42,03	42,40	132,15	1077,38	29,81	

День 12 - ый

День 12 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептур
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С.	
ЗАВТРАК									
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4			5,32	5,60	35,51	214,00	0,67	ТТК № 2Д.
Крупа кукурузная		18	18						
Молоко		70	70						
Вода		53	53						
Сахар		2	2						
соль иодированная		0,4	0,4						
Масло сливочное		4	4						
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№ 413 сб дошк 2016
чай весовой		0,45	0,45						
Сахар		6	6						
Молоко		92	90						
Вода		90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	25/5			1,92	4,36	12,92	98,50		№1 Дели сб дошк 2016
Батон нарезной		25	25						
Масло сливочное		5	5						

Итого:	360			10,27	12,35	58,91	388,26	2,05	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (нектар) в инд упаковке	200	200	200	1,00		20,20	84,44	4,00	№418 Дели 2016
Итого:	200			1,00	0,00	20,20	84,44	4,00	
ОБЕД									
Салат из свежей капусты с морковью	30			0,43	1,52	2,71	26,22	5,13	№21 сб дошк 2016
капуста свежая		30,00	24,00						
морковь		3,75	3,00						
масло растительное		1,50	1,50						
сахар		0,50	0,50						
соль иодированная		0,15	0,15						
Суп гороховый на мясном бульоне, с гренками	150/10			5,93	28,97	17,17	368,17	0,60	№119, сб шк 2017
горох		21,15	21,00						
морковь		7,50	6,00						
лук репчатый		10,80	9,00						
масло растительное		3,00	3,00						
соль иодированная		0,50	0,50						
бульон		120,00	120,00						
гренки пшеничные			10,00						
хлеб пшеничный		18,75	15,75						
Суфле куриное с рисом	55			9,47	9,02	2,52	129,00		№ 328 сб дошк 2016
цыплята-бройлеры с/м		92,34	92,34						
масса отварной мякоти птицы			38						
крупа рисовая		3,5	3,5						
вода		12,9	12,9						
соль иодированная		0,1	0,1						
масса вязкой рисовой каши			15						
яйцо куриное		7,2	6						
масло сливочное		3	3						
сыр		1,53	1,5						
масса полуфабриката			60						
масса готового суфле			55						
Картофель запеченный	120			3,26	7,07	25,31	182,4	17,4	№147 сб шк 2017
картофель		231,6	174						
масло растительное		5	5						
соль йодированная		0,3	0,3						
Компот из урюка	150			0,35	0,02	13,83	56,83	2,03	№394 сб дошк 2016
урюк		15,3	15,0						
Сахар		5,00	5,00						
вода		152,00	152,00						
Хлеб ржаной	35	35	35	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	550			21,74	47,02	75,39	831,85	25,16	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Омлет натуральный	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, сб дошк 2016
яйцо		96,00	80,00						
молоко		55,00	55,00						
масса омлетной смеси			135,00						
масло сливочное		2,00	2,00						
соль иодированная		0,30	0,30						
масса готового омлета			130,00						
Чай с яблоком и сахаром	150/10/5			0,06	0,02	6,01	23,94	0,03	ТТК
чай весовой		0,4	0,4						
Сахар		5	5						
яблоко		11,4	10						
Вода		150,0	150,0						
Хлеб пшеничный	25	25,00	25,00	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	320			14,04	21,74	20,60	333,72	0,28	
Всего:	1430			47,05	81,10	175,11	1638,27	31,49	
ИТОГО за 12 дней	16989			491,46	533,48	1989,23	14860,12	514,48	
ИТОГО за 1 день в среднем на 1 воспитанника	1416			40,96	44,46	165,77	1238,34	42,87	

Примечание:

1. Предусмотренные среднесуточные нормы, утвержденные СанПиН применены с учетом пребывания детей в ДОУ
2. При отсутствии каких-либо продуктов, в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания, разрешается их замена на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение №14)
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативные - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах, Тутельян В.А. Москва 2004 г.
 - 1.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Москва Дели Плюс 2012 г.
 - 1.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 4, 2003
 - 1.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010
 - 1.6 Сборник рецептов на продукцию питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели плюс 2016г.
3. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности ;
 - сельскохозяйственная птица охлажденная потрошенная
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы
 - яйца куриные - рассчитаны условно при массе брутто 48г- массой нетто 40г
 - картофель рассчитан по закладке продуктов с 1.09(25% отходы) морковь, свекла рассчитаны с 1.09 (20% отходы)
 - масло сливочное с массовой долей жира 72,5%
 - огурцы соленые в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%