

Утверждено
Директор ООО "ФУДСЕРВИС"
Халимова Э.Р.



Согласовано
Руководитель дошкольного образовательного учреждения
организации



Дневное 10-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных учреждениях
с 3 до 7 лет

День 1 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК									
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3			5,35	5,41	38,57	225,00	0,86	ТТК №7Д
Крупа рисовая		13,50	13,50						
Крупа пшеница		10,00	10,00						
Молоко		90,00	90,00						
Вода		68,00	68,00						
Сахар		2,50	2,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Масло сливочное		3	3						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	№414 Деи 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	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Деи 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
Итого:	404			10,49	12,32	60,05	379,27	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК									
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб деи 2016
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
ОБЕД									
Капуста тушеная (дом. гарнир)	50			1,03	1,62	4,71	37,55		№139 сб шк 2017
капуста свежая		71,25	57,00						
масло растительное		2,00	2,00						
Морковь		3,75	3,00						
лук репчатый		4,80	4,00						
томатная паста		1,20	1,20						
мука пшеничная		0,50	0,50						
сахарный песок		1,50	1,50						
соль йодированная		0,30	0,30						
Суп картофельный с вермишелью и с мясными фрикадельками	180/10			3,86	3,07	12,65	103,43	6,23	№88 СБ деи 2016
говядина б/к (котлетное мясо)		11,97	11,40						
или фарш говяжий		11,97	11,40						
Лук репчатый		1,19	1,00						
Яйцо		0,96	0,80						
Вода для фарша		1,00	1,00						
соль йодированная		0,10	0,10						
масса полуфабриката			14,30						
масса готовых фрикаделек			10,00						
Картофель		79,80	60,00						
Вермишель		8,00	8,00						
Морковь		10,00	8,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
Масло растительное		2,00	2,00						
соль йодированная		0,70	0,70						
Вода		140,00	140,00						
Котлеты рубленные из говядины с маслом сливочным	70/2			11,81	14,54	11,54	224,26	0,06	ТТК от 25.01.2022
говядина б/к (котлетное мясо)		51,16	49,00						
или фарш говяжий		51,45	49,00						
Лук репчатый		16,80	14,00						
масло растительное		1,50	1,50						
масса пассированного репчатого лука			7,00						
Хлеб пшеничный		12,60	12,60						
Вода		10,00	10,00						
Сухари пшеничные		7,00	7,00						
соль йодированная		0,70	0,70						
масса полуфабриката			84,00						
масло растительное		0,70	0,70						
масло сливочное		2	2						
Пюре Картофельное	140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ деи 2016
Картофель		159,60	119,70						
Молоко		22,12	21,00						
Масло сливочное		5,00	5,00						
соль йодированная		0,52	0,52						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 СБ деи 2016
сухофрукты		15,30	15,00						
Сахар		6,00	6,00						
вода		183,00	183,00						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Деи + 2012

Итого:	ПОЛДНИК	677			23,13	24,33	82,63	624,05	43,07	
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток сахар	180/3	185,00 3,00	180,00 3,00	5,22	4,50	10,19	102,00	1,28	№420 СБ допк 2016 табл 10 стр 202, Ддели +,2012
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50	1,28	
Итого:		203			5,97	10,60	22,69	210,50		
Итого:	УЖИН									
Пудинг рыбный	рыба (минтай с/м БГ) масса отварной рыбы Хлеб пшеничный яйцо молоко масло сливочное соль иодированная Масло растительное масса пудинга Соус молочный молоко масло сливочное Мука пшеничная Вода Сахар соль иодированная масса соуса	60/20	68,34 8,25 6,3 12 2,25 0,4 1 10 1,1 1,1 10 0,2 0,13	50,25 39,75 8,25 5,25 12 2,25 0,4 60 10 1,1 1,1 10 0,2 0,13 20	11,97	3,91	5,87	106,67	0,16	№286 СБ допк 2016
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	Крупа рисовая соль иодированная Вода питьевая Масло сливочное	130/2	46,80 0,60 281,70 2,00	46,80 0,60 281,70 2,00	3,14	5,46	32,56	192,01		№304 сб пшк 2017
Чай с сахаром	чай весовой сахар Вода	180/6	0,45 6,00 180,00	0,45 6,00 180,00	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№ 410,411 сб допк Дели 2016
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		428			17,46	9,63	59,21	393,28	0,19	
ВСЕГО:		1892			57,95	56,88	242,75	1713,42	30,99	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
Итого:									
2 - ой ЗАВТРАК									
Каца полбяная молочная с маслом сливочным	180/3	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	22,50 90,00 68,00 2,50 0,50 3,00	4,81	7,85	29,38	207,32		ТТК №1Д
Какао с молоком	180/6	2,00 6,00 110,00 80,00	2,00 6,00 110,00 80,00	3,67	3,19	10,82	90,78	1,43	№416 Дели2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	30,00 10,20 5,00	30,00 10,00 5,00	4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб допк2016
Итого:	414			13,41	18,19	55,69	444,20	1,54	
Итого:									
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ допк.2016
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
Итого:									
ОБЕД									
Салат из картофеля с соевыми огурцами	60	32,90 15,36 32,76 3,60 3,00	24,00 12,00 18,00 3,00 3,00	0,73	4,70	5,38	66,83		№23 допк. СБ 2016
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	18,75 19,95 12,50 9,60 38,40 1,80 3,60 0,80 144,00 7,00	15,00 15,00 10,00 8,00 30,00 1,80 3,60 0,80 144,00 7,00	1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	№63 сб допк2016
Фрикадельки куриные в молочном соусе	50/25			7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№ 325 сб допк 2016

Макаронные изделия отварные с маслом	цельная - бройлеры с/м		57,00	37,00						
	или фарш куриный			37,00						
	Хлеб пшеничный		9,00	9,00						
	Вода		12,00	12,00						
	соль иодированная		0,35	0,35						
	Масса полуфабриката			57,00						
	Масло растительное		0,70	0,70						
	Соус молочный:									
	Молоко		12,50	12,50						
	Масло сливочное		1,30	1,30						
	Мука пшеничная		1,3	1,3						
	Вода		12,50	12,5						
	Сахар		0,30	0,3						
	соль иодированная		0,3	0,3						
Кисель	макаронные изделия	130/3	45,50	45,50	4,91	3,13	27,60	158,16		№219 СБ дошк 2016
	вода		275,00	275,00						
	соль иодированная		0,50	0,50						
	Масло сливочное	180	3,00	3,00	0,54	0,09	16,18	75	1,19	ТТК
Хлеб ржаной	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
		45	45,00	45,00	2,97	0,53	17,19	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		680			18,14	22,13	80,91	613,27	9,44	
Кисло-молочный напиток (Кефир, ряженка, йогурт)	ПОЛДНИК		180		5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		50	185	3,39	6,98	21,07	160,50		№453 сб дошк 2016
	Мука пшеничная			30,50						
	мука пшеничная на подпыл			1,00						
	Сахар			6,00						
	Масло сливочное			6,50						
	соль иодированная			0,30						
	дрожжи сухие			0,20						
	вода			15,30						
	масса полуфабриката									
	для крошки:									
	мука пшеничная			1,20						
	масло сливочное			1,00						
	масса крошки									
Булочка дорожная	масло растительное для смазки изделий			1,00						
			230		8,61	11,48	28,63	252,30	0,54	
Итого:										
Закуска творожная с молоком сгущенным	УЖИН		130/20		24,20	20,00	32,78	408,20	0,70	№251, сб дошк 2016
	Творог			121,55						
	Крупа манная			7,80						
	Яйцо			6,50						
	Сахар			10,40						
	Сметана			5,20						
	Масло сливочное			5,20						
	Сухари панировочные			5,20						
	соль иодированная			0,65						
	молоко сгущенное			20,40						
			180/6/7		0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб дошк Дели 2016
	чай с сахаром и лимоном			0,90						
	чай весовой			6,00						
	Сахар			8,00						
	лимон			180,00						
Хлеб пшеничный	Вода									
			25	25,00	1,54	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
			368		25,87	20,23	51,31	493,43	3,53	
	Итого:		1792		66,43	72,43	226,34	1850,20	25,05	
ВСЕГО:										

День 3 - ий

День 3 - ий		Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
									брутто	
ЗАВТРАК										
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/3			6,82	5,63	45,62	261,00	0,86	ТТК №2Д	
		22,50	22,50							
		90,00	90,00							
		68,00	68,00							
		2,50	2,50							
		0,50	0,50							
		3,00	3,00							
Чай с молоком, сахаром	180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб дошк 2016	
		0,45	0,45							
		6	6							
		92	90							
		90	90							
Бутерброд с маслом сливочным	30/5			2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дети2016	
		30,00	30,00							
		5,00	5,00							
Итого:		404		12,14	12,53	71,59	448,36	2,06		
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар)	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016	

в ассортименте		180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
Итого:										
ОБЕД										
Салат из свеклы с яблоками		60			0,65	3,1	3,86	46,02		№36 дошк. 2016
	свекла		61,5	48						
	яблоки		11,4	10						
	масло растительное		3,00	3,00						
Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы		180/10			4,50	2,51	8,72	78,54	0,07	№46 сб дошк 2016
	цыплята-бройлеры с/м		24,4	23,0						
	масса отварной мякоти птицы			10,0						
	крупка пшенная		12,00	12,00						
	картофель		80,00	60,00						
	Морковь		10,00	8,00						
	Лук репчатый		9,52	8,00						
	Масло растительное		2,00	2,00						
	соль йодированная		0,70	0,70						
	Бульон		120,00	120,00						
Рагу из овощей с мясным фаршем		150/50			14,23	24,98	12,46	333,86	19,05	№148 ,сб дошк 2016
	говядина б/к (котлетное мясо)		65,60	62,50						
	фарш говяжий		65,60	62,50						
	Масло растительное		2,50	2,50						
	масса готового мясного фарша			50,00						
	картофель		63,44	47,70						
	морковь		31,92	24,00						
	масса запеченной моркови			22,00						
	Лук репчатый		24,00	20,00						
	масса припущенного лука			16,00						
	капуста свежая		43,75	35,00						
	масса припущенной капусты			31,00						
	соль йодированная		0,80	0,80						
	Масло растительное		5,00	5,00						№366 ,сб дошк 2016
	соус:									
	вода		40,00	40,00						
	Масло сливочное		1,80	1,80						
	Мука пшеничная		1,80	1,80						
	Морковь		3,20	2,40						
	Лук репчатый		1,44	1,20						
	томатная паста		2,40	2,40						
	Масло сливочное		0,60	0,60						
	сахар		0,40	0,40						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса соуса			40,00						
	масса рагу с фаршем			200,00						
Компот из урюка		180			0,40	0,02	16,60	68,20	2,44	№394 сб дошк 2016
	урюк		18,40	18,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		183,00	183,00						табл 6 стр 144,Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	21,56	
Итого:		675			22,75	31,15	59,48	615,81		
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк 2016
	молоко		189	180						
Кондитерское изделие		20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136,Дели + 2012
	печенье									
		200			6,72	6,46	23,52	179,70	2,34	
УЖИН										
Эч-почмак с мясным фаршем		100			13,20	14,93	57,30	414,29		Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий татарской кухни
	мука пшеничная		30,20	30,20						
	в том числе на подпыл		1,00	1,00						
	яйцо		3,00	2,50						
	масло сливочное		2,50	2,50						
	сахарный песок		0,90	0,90						
	молоко		12,20	12,20						
	дрожжи сухие		0,30	0,30						
	соль йодированная		0,40	0,40						
	масса теста			48,75						
	фарш:									
	говядина (котлетное мясо б/к)		23,20	22,10						
	или фарш говяжий		23,20	22,10						
	картофель		38,10	28,65						
	Лук репчатый		10,14	8,45						
	Масло сливочное		4,40	4,40						
	соль		0,60	0,60						
	масса фарша			63,70						
	яйцо для смазки изделий		1,92	1,60						
	масло растительное для смазки листов		0,30	0,30						
	масса готового Эч-почмака			100,00						

Чай с мармеладом	масло растительное для смазки изделий	170/10	1,00	1,00	0,07	0,02	10,74	43,34	0,02	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5						
	вода питьевая		170	170						
	мармелад		10	10						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	71,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		310			15,48	15,17	72,06	485,29	0,00	
ВСЕГО:		1769			57,99	65,32	244,82	1805,48	29,56	

День 4 - ый

День 4 - ый									
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
		(в гр) брутто	(в гр) нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Суп молочный со звездочками	200			5,75	5,21	16,83	132,40	0,66	№100, сбшк 2016
Суповая заправка (звездочки)		16,00	16,00						
Сахар		1,60	1,60						
Молоко		140,00	140,00						
Вода		60,00	60,00						
Масло сливочное		2,00	2,00						
соль йодированная		1,00	1,00						
Кофейный напиток с молоком	180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк, 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, с повидлом	30/5/10			2,35	4,52	17,39	119,80	0,16	№2 сб дошк, 2016
Батон нарезной		30,00	30,00						
масло сливочное		5,00	5,00						
повидло		10,00	10,00						
Итого:	431			10,95	12,14	44,57	326,78	1,99	
2 - ой ЗАВТРАК									
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)	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Икра морковная	50			1,01	0,05	10,28	45,60		ТТК №135 от 26.02.2019
морковь		50,00	40,00						
Лук репчатый		9,60	8,00						
томатная паста		7,00	7,00						
масло растительное		2,50	2,50						
сахарный песок		0,50	0,50						
соль йодированная		0,50	0,50						
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200			4,39	9,22	23,23	128,60	4,66	№87, сб дошк 2016
Картофель		53,2	40						
Горох		16,2	16						
Морковь		12,8	10,00						
Лук репчатый		9,6	8,00						
Масло растительное		4	4						
соль йодированная		0,2	0,2						
Бульон		140	140						
Гуляш из отварной птицы	40/40			12,75	7,06	2,72	123,61		ТТК
Цыпленок - бройлеры с/м		97,5	92,0						
Морковь		16,6	13,3						
Лук репчатый		7,02	6,6						
Масло растительное		1,3	1,3						
вода питьевая		27,0	27,0						
Мука пшеничная в/с		2	2,0						
Масло растительное		2,6	2,60						
Соль		0,6	0,6						
Томатная паста		1,2	1,2						
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3			4,09	5,97	20,33	172,30	1,36	№180, сб дошк 2016
крупа гречневая		54,70	54,70						
вода питьевая		82,00	82,00						
соль йодированная		0,33	0,33						
масса кашн			115,00						
морковь		22,00	17,00						
лук репчатый		2,40	2,00						
мясок кашн с овощами			130,00						
масло сливочное		3,00	3,00						
Напиток из сухофруктов	180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 СБ дошк 2016
сухофрукты		15,3	15,0						
Сахар		6	6,0						
вода		183	183,0						
Хлеб ржаной	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 20
Итого:	688			25,81	22,92	91,21	630,82	6,67	
ПОЛДНИК									
Кисломолочный напиток с сахаром	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	1,28	№426 СБ дошк 2016
(Кефир, ряженка, йогурт)		185,00	180,00						
кисломолочный напиток		3,00	3,00						
сахар				3,80	2,60	24,46	136,67	0,15	№442 СБ шк 2017
Булочка с сахаром	50								
Мука пшеничная		30,00	30,00						
Мука пшеничная на повидло		1,00	1,00						
Сахарный песок		3,90	3,90						

	масло сливочное	1,40	1,40						
	Яйцо	2,88	2,40						
	Дрожжи сухие	0,25	0,25						
	Молоко	13,00	13,00						
	Соль йодированная	0,35	0,35						
	Вода	11,80	11,80						
	Масса полуфабриката		59,00						
	Яйцо (на смазку изделий)	1,44	1,20						
	Масло растительное на смазку листов	1,00	1,00						
Итого:		233		9,02	7,10	34,65	238,67	1,43	
УЖИН									
Биточки рубленные из рыбы заточенные в томатном соусе с овощами	50/25			6,83	5,88	11,06	124,98	0,93	ТТК №784 от 17.11.2023
	рыба (минтай с/м БГ)	51,40	37,50						
	или фарш рыбный	39,40	37,50						
	хлеб пшеничный	5,00	5,00						
	вода питьевая	8,20	8,20						
	Лук репчатый	11,40	9,50						
	Масло растительное	0,80	0,80						
	масса припущенного лука		4,70						
	Яйцо куриное	0,90	0,75						
	соль йодированная	0,44	0,44						
	сухари панировочные	5,00	5,00						
	Масса полуфабриката		59,00						
	Масло растительное	1,25	1,25						
	масса готовых котлет		50,00						
			25,00						
соус томатный с овощами		3,00	2,50						
	лук репчатый	6,25	5,00						
	морковь	0,75	0,75						
	масло растительное	25,00	25,00						
	бульон или вода	1,125	1,125						
	Масло сливочное	1,125	1,125						
	мука пшеничная	1,875	1,50						
	морковь	0,90	0,75						
	лук репчатый	1,50	1,50						
	томатная паста	0,375	0,375						
	Масло сливочное	0,25	0,25						
	сахар	0,25	0,25						
	соль йодированная		22,50						
	масса готового томатного соуса			2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	№ 339 СБ допик 2016
Пюре Картофельное	140	159,60	119,70						
	Картофель	22,12	21,00						
	Молоко	5,00	5,00						
	Масло сливочное	0,52	0,52						
	соль йодированная								
Чай с сахаром	180/6	0,45	0,45	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	№410,411 сб допик Дели2016
	чай весовой	6,00	6,00						
	сахар	180,00	180,00						
	Вода								
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	71,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	431			12,03	10,62	50,92	348,18	17,91	
ВСЕГО:	1883			58,21	53,18	231,15	1591,45	38,00	

День 5 - ый

День 5 - ый		Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов	(в гр)		(в гр)	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
	брутто		нетто							
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,43	7,45	33,78	233,10	0,86	ТТК №5Д	
		22,50	22,50							
Крупа геркулесовая		90,00	90,00							
Молоко		54,00	54,00							
Вода		2,50	2,50							
Сахар		0,50	0,50							
соль йодированная		3,00	3,00							
Масло сливочное										
Какао с молоком	180/6			3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№416 Дели2016	
		2,00	2,00							
Какао-порошок		6,00	6,00							
Сахар		110,00	110,00							
Молоко		80,00	80,00							
Вода										
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016	
		30,00	30,00							
Батон нарезной		10,20	10,00							
Сыр		5,00	5,00							
Масло сливочное										
Итого:	414			16,03	17,80	65,09	485,94	2,40		
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар) в ассортименте	180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб дошк 2016	
Итого:	180			0,90	0,00	18,18	76,32	3,60		
ОБЕД										
Винегрет овощной с соевыми огурцами	60			0,84	6,02	4,37	75,06		№46 дошк. 2016	
		20,64	15,00							
Картофель		15,30	12,00							
Свекла		11,40	9,00							
морковь		21,84	12,00							
огурцы соевые		10,71	9,00							
лук репчатый										

Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	масло растительное	180/7	3,60	3,60	1,33	4,64	6,84	79,92	7,50	ТТК 535 23,12,2020
	картофель		77,14	58						
	капуста свежая		31,25	25						
	морковь		12,5	10						
	Лук репчатый		12	10,08						
	Масло растительное		4	4						
	соль йодированная		0,8	0,8						
	Бульон		130	130						
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	Сметана	50/25	7	7	6,23	6,46	7,36	112,50		ТТК
	Цыплята - бройлеры с/м		50,00	32,50						
	хлеб пшеничный		7,50	7,50						
	вода питьевая		10,00	10,00						
	лук репчатый		12,00	10,00						
	масло растительное		2,00	2,00						
	мука пшеничная		3,50	3,50						
	масло растительное		2,00	2,00						
	сметанно-томатный соус			25,00						
	сметана		6,25	6,25						
	мука пшеничная		1,88	1,88						
	вода питьевая		18,75	18,75						
	томатная паста		1,25	1,25						
	соль йодированная		0,20	0,20						
Макаронные изделия отварные с маслом		130/3			4,91	3,13	27,60	158,16		№219 СБ допик 2016
	макаронные изделия		45,50	45,50						
	вода		275,00	275,00						
	соль йодированная		0,50	0,50						
Компот из свежих яблок	Масло сливочное	180	3,00	3,00	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ допик 2016
	яблоки свежие		31,92	28,0						
	вода		183,0	183,0						
	сахар		6,0	6,0						табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		
Итого:		680			16,42	20,94	89,08	617,88	8,31	
ПОЛДНИК										
Молоко кипяченое (молоко)		180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ допик 2016
	молоко		189	180						табл 6 стр 136, Дели + 2012
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого:		200			6,72	6,46	23,52	179,70	2,34	
УЖИН										
Омлет с сыром		150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,25	№229, сб допик 2016
	яйцо		120	100						
	молоко		57	57						
	сыр		15,3	15						
	масло сливочное		3	3						
	соль йодированная		0,4	0,4						
Чай с сахаром и лимоном	масса готового омлета	180/6/7		150	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб допик Дели 2016
	чай весовой		0,90	0,90						
	Сахар		6,00	6,00						
	лимон		8,00	7,00						
	Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:		373			16,35	25,09	23,63	386,64	3,08	
ВСЕГО:		1847			56,41	70,29	219,50	1746,48	19,73	

2 недели

День 6 - ый

2 недели										
День 6 - 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										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3		22,50	22,50	5,04	8,18	28,77	208,76		ТТК № 6Д
		крупа пшеничная	90,00	90,00						
		Молоко	68,00	68,00						
		Вода	2,50	2,50						
		Сахар	0,50	0,50						
		соль йодированная	3	3						
		Масло сливочное								
Чай с молоком, сахаром	180/6		0,45	0,45	3,03	2,40	10,48	75,76	1,20	№ 413 сб допик 2016
		чай весовой	6	6						
		Сахар	92	90						
		Молоко	90	90						
Бутерброд с маслом сливочным	30/5				2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб допик Дели2016
		Батон нарезной	30,00	30,00						
		Масло сливочное	5,00	5,00						
Итого:	404				10,36	15,08	54,74	396,12	1,20	
2 - ой ЗАВТРАК										
	100	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ допик 2016	

Итого:		100			0,40	0,40	2,00			
Икра кабачковая	ОБЕД	50								№54 допк. С6 2016
	икра кабачковая		51,00	50,00	0,45	2,35	2,97	34,80		
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,63	4,71	8,88	88,56	5,52	№82 сб допк.2016
	Картофель		79,8	60						
	крупа перловая		8	8						
	Морковь		10	8						
	Лук репчатый		4,76	4						
	Огурцы соленые		21,84	12						
	Масло растительное		3,6	3,6						
	вода питьевая		132	132						
	соль иодированная		0,7	0,7						
	Сметана		7	7						
Курица тушеная с овощами по-татарски		50/30			12,21	12,42	2,63	171,57	4,75	ТТК
	щипята - бройлеры с/м		120,75	115,0						
	соль иодированная		0,4	0,40						
	масса отварной мякоти птицы			50,0						
	лук репчатый		26,40	22,00						
	морковь		15,00	12,00						
	Масло сливочное		2,40	2,40						
	бульон		10,00	10,00						
		130			7,64	3,50	34,45	199,75		№179 сб шк 2017
	Крупа гречневая		61,00	61,00						
Каша гречневая рассыпчатая	Вода		92,00	92,00						
	Масло сливочное		2,00	2,00						
	соль иодированная		0,30	0,30						
		180			0,54	0,09	16,18	75,24	1,19	ТТК
Кисель	Кисель-концентрат		21,00	21,00						
	Сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		697			25,44	23,61	82,95	659,11	11,46	
Итого:										
ПОЛДНИК										
Кисло-молочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ допк 2016
										табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Кондитерское изделие	вафли	20	20,00	20,00	0,75	6,10	12,50	108,50		
Итого:		200			5,97	10,60	20,06	200,30	0,54	
УЖИН										
Королевская ватрушка		150		41,00	18,44	10,96	58,36	404,00	0,08	ТТК 810 от 15.02.2023
	посыпка миз:		10,70	10,70						
	Масло сливочное		21,00	21,00						
	мука пшеничная в/с		10,70	10,70						
	сахарный песок		110,00	110,00						
	творожная начинка		78,50	78,50						
	Творог		15,00	15,00						
	Сахарный песок		18,60	15,00						
	Яйцо куриное		16,30	16,30						
	посыпка миз:		4,25	4,25						
	Масло сливочное		7,80	7,80						
	мука пшеничная в/с		4,25	4,25						
	сахарный песок		167,00	167,00						
	масса полуфабриката				0,61	0,25	6,68	31,38	90	№399 сб допк 2016
		180/6	18,4	18						
Напиток из шиповника	шиповник		6	6						
	сахар		180	180						
	вода									
Итого:		336			19,05	11,21	65,04	435,38	90,08	
ВСЕГО:		1737			61,22	60,90	232,59	1737,91	113,28	

День 7- ой

День 7- ой		Масса порции	Кол - во (в гр)	Кол - во (в гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов	брутто		нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С		
ЗАВТРАК		180/3								ТТК №4Д
Каша манная молочная с маслом сливочным			22,50	22,50	5,45	5,29	29,06	186,30	1,05	
Крупа манная			158,00	158,00						
Молоко			2,50	2,50						
Сахар			0,50	0,50						
соль модифицированная			3,00	3,00						
Масло сливочное										
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб допк.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		30/10/5			4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб допк.2016
Батон нарезной			30,00	30,00						
Сыр			10,20	10,00						
Масло сливочное			5,00	5,00						
Итого:		414			13,23	14,86	54,90	406,98	2,33	
2 - ой ЗАВТРАК										
Сок (или нектар)		180	180,00	180,00	0,90		18,18	76,32	3,60	№418 сб допк 2016

в ассортименте				0,90	0,00	18,18	76,32	3,60	
Итого:	180								
Салат с картофелем и соевыми огурцами	ОБЕД	60			0,73	4,70	5,38	66,83	№23 сб дошк 2016
	Картофель		32,90	24,00					
	морковь		15,36	12,00					
	огурцы соевые		32,76	18,00					
	лук репчатый		3,60	3,60					
	масло растительное		3,00	3,00					
Щи со свежей капустой с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной		180/7			1,45	4,61	5,94	75,96	№73, сб дошк 2016
	Капуста свежая		50,00	40,00					
	Картофель		31,92	24,00					
	Морковь		12,50	10,00					
	Лук репчатый		9,52	8,00					
	Масло растительное		4,00	4,00					
	соль иодированная		0,70	0,70					
	Бульон		140,00	140,00					
	Сметана		7,00	7,00					
Плов из отварной индейки		200			9,22	7,94	45,75	290,64	№265 сбшк 2017
	индейки филе б/к		44,80	44,8					
	масса отварного филе индейки			32,0					
	масло сливочное		8,0	8,0					
	Лук репчатый		11,9	10,00					
	Морковь		16,3	13,00					
	Крупа рисовая		55,0	55,0					
	вода		86,0	86,0					
	соль иодированная		0,8	0,8					
	масса гарнира			168,0					
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	№394 Сб дошк 2016
	сухофрукты		15,30	15,00					
	Сахар		6,00	6,00					
	вода		183,00	183,00					табл 6 стр 144, Дели + 2012
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10	
Итого:		672			14,97	17,87	91,71	594,05	17,48
Кисломолочный напиток с сахаром (Кефир, ряженка, катык)	ПОЛДНИК	180/3			5,22	4,50	10,19	102,00	№420 СБ дошк 2016
	кисломолочный напиток		185,00	180,00					
	сахар		3,00	3,00					
Ватрушка с творогом		75			9,22	5,48	29,18	202,00	№410, 468 шк 2017
	мука пшеничная		39,75	39,75					
	Яйцо куриное		2,52	2,10					
	Масло сливочное		1,80	1,80					
	вода питьевая		16,00	16,00					
	сахарный песок		2,10	2,10					
	дрожжи сухие		0,30	0,30					
	соль иодированная		0,60	0,60					
	мука пшеничная		1,80	1,80					
	творог		30,00	29,25					
	Яйцо куриное		1,62	1,35					
	сахарный песок		1,65	1,65					
	мука пшеничная		1,35	1,35					
	Яйцо куриное		1,8	1,5					
	Масло растительное		0,3	0,3					
	Масло растительное		0,3	0,3					
Итого:		258			14,44	9,98	39,37	304,00	1,32
Биточки рубленные из рыбы	УЖИН	70			8,54	5,43	10,28	124,60	ТТК №3
	рыба (минтай с/м БГ)		71,4	52,5					
	или фарш рыбный		55,1	52,5					
	крупка манная		1,8	1,8					
	яйцо		12,6	10,5					
	Лук репчатый		15,5	13,0					
	вода		5,3	5,3					
	соль иодированная		0,5	0,5					
	сахар		0,2	0,2					
	сухари панировочные		5,3	5,3					
	Масло растительное		1,8	1,8					
	Масса полуфабриката			83,0					
Пюре Картофельное		150			3,20	4,17	18,78	132,00	№ 339 СБ дошк 2016
	Картофель		170,60	128,30					
	Молоко		23,75	22,50					
	Масло сливочное		5,25	5,25					
	соль иодированная		0,75	0,75					
Чай с мармеладом		170/10			0,07	0,02	10,74	43,34	№ 411 сб дошк 2016
	чай весовой		0,5	0,5					
	вода питьевая		170	170					
	мармелад		10	10					
Хлеб пшеничный		30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:		430			14,08	9,86	54,56	370,44	18,93
ВСЕГО:		1954			57,62	52,57	258,71	1751,79	43,66

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
		(в гр)	(в гр)	белки	жиры	угл-ды			
		брутто	нетто				Ккал	С	
ЗАВТРАК									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3			7,43	7,45	33,78	233,10	0,86	ТТК №5Д

Какао с молоком	Крупа геркулесовая	22,50	22,50	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43	№416 Дети2016
	Молоко	90,00	90,00						
	Вода	54,00	54,00						
	Сахар	2,50	2,50						
	соль иодированная	0,50	0,50						
	Масло сливочное	3,00	3,00						
Бутерброд с маслом сливочным	Какао-порошок	2,00	2,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дети2016
	Сахар	6,00	6,00						
	Молоко	110,00	110,00						
	Вода	80,00	80,00						
Батон нарезной		30,00	30,00						
	Масло сливочное	5,00	5,00						
Итого:		404		13,39	15,14	60,14	435,48	2,29	
2 - ой ЗАВТРАК									
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк.2016
Итого:		100		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из зеленого горошка в/с		50		1,49	2,59	3,13	41,80		№10 СБ дошколь. 2016
	зеленый горошек в/с		80,16	48,00					
	масло растительное		2,50	2,50					
Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне		180		1,42	1,95	8,72	61,74	0,06	№86,сб дошк 2016
	крупа гречневая		15,00	15,00					
	картофель		79,80	60,00					
	Морковь		10,00	8,00					
	Лук репчатый		9,52	8,00					
	Масло растительное		1,80	1,80					
	соль иодированная		0,80	0,80					
	Бульон		120,00	120,00					
Суфле куриное с рисом		70		12,05	11,48	3,21	164,18		№328 СБ 2016
	куры/шпикета		116,64	116,64					
	масса отварной мякоти			48,00					
	птицы								
	крупа рисовая		4,45	4,45					
	вода		16,40	16,40					
	соль иодированная		0,13	0,13					
	Масса вязкой рисовой каши			19,00					
	Яйцо		9,12	7,60					
	масло сливочное		3,80	3,80					
	сыр		2,04	2,04					
Рагу из овощей		150		2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148 ,сб дошк 2016
	картофель		66,50	50,00					
	морковь		30,00	24,00					
	масса запеченной моркови			22,00					
	Лук репчатый		24,00	20,00					
	масса припущенного лука			16,00					
	капуста свежая		41,00	32,75					
	масса припущенной капусты			30,00					
	соль иодированная		0,75	0,75					
	Масло растительное		5,00	5,00					№366 ,сб дошк 2016
	соус:								
	вода		40,00	40,00					
	Масло сливочное		1,80	1,80					
	Мука пшеничная		1,80	1,80					
	Морковь		3,00	2,40					
	Лук репчатый		1,44	1,20					
	томатная паста		2,40	2,40					

Омлет натуральный	150	96,00	80,00	13,94	24,83	2,64	237,00	0,00	№410,411 сб допик Дели2016
яйцо		75,00	75,00						
молоко			155,00						
масса омлетной смеси		2,50	2,50						
масло сливочное		0,40	0,40						
соль поваренная			150,00						
масса готового омлета									
Чай с сахаром	180/6			0,06	0,02	6,02	24,10	0,03	
чай весовой		0,45	0,45						
сахар		6,00	6,00						
Вода		180,00	180,00						
Хлеб пшеничный	30	30,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	366			16,28	25,09	23,42	384,26	0,29	
ВСЕГО:	1795			61,66	85,88	192,88	1804,81	33,66	

Сахар	6,00	180,00	180,00						табл 6 стр 144, Дели + 2012
вода	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19	1,20	
Хлеб ржаной	678			23,09	16,05	85,52	595,60		
Итого:									
ПОЛДНИК	180			5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	40	185,00	180,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Дели + 2012
Кондитерское изделие печенье	220	40,00	40,00	8,22	8,42	37,32	258,60	0,54	
Итого:									
УЖИН	130/20			24,20	20,00	32,78	408,20	0,70	№251, сб дошк 2016
Запеканка творожная с молоком ступенным		121,55	119,20						
Творог		7,80	7,80						
Крупа манная		6,50	5,42						
Яйцо		10,40	10,40						
Сахар		5,20	5,20						
Сметана		5,20	5,20						
Масло сливочное		5,20	5,20						
Сухари панировочные		0,65	0,65						
соль иодированная		20,40	20,00	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 сб дошк Дели 2016
молоко ступенное	180/6/7								
чай с сахаром и лимоном		0,90	0,90						
чай весовой		6,00	6,00						
Сахар		8,00	7,00						
лимон		180,00	180,00						
Вода	343			24,33	20,03	39,01	434,68	3,53	
Итого:	1835			72,22	59,66	245,81	1828,22	11,04	
ВСЕГО:									

День 10 - 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									
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	22,50	22,50	5,35	5,42	38,58	225,00	0,86	ТТК №8Д
крупа рисовая		90,00	90,00						
Молоко		68,00	68,00						
Вода		2,50	2,50						
Сахар		0,50	0,50						
соль иодированная		3	3						
Масло сливочное	180/6	2,50	2,50	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 сб дошк 2016
Кофейный напиток с молоком		6,00	6,00						
Кофейный напиток		90,00	90,00						
Сахар		108,00	108,00						
Молоко	30/5	30,00	30,00	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 сб дошк Дели 2016
Вода		5,00	5,00						
Бутерброд с маслом сливочным									
Батон нарезной									
Масло сливочное	404			10,49	12,33	64,42	411,18	2,03	
Итого:									
2 - ой ЗАВТРАК									
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
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	72,96	57,00	0,86	3,66	5,01	56,34	4,01	№34 сб дошк 2016
свекла		3,60	3,60						
масло растительное	180	15,00	15,00	1,85	3,99	8,37	83,34	0,04	№94 сб дошк 2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне		4,80	4,00						
Мука пшеничная		2,80	2,80						
Яйцо		0,20	0,20						
вода									
соль иодированная		16,00	16,00						
Масса лапши		10,00	8,00						
Морковь		9,52	8,00						
Лук репчатый		4,00	4,00						
Масло растительное		170,00	170,00						
бульон		0,70	0,70						
соль иодированная	70			10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.20 №569
Биточки "Домашние"		83,25	55,13						
пыльца - бройлеры с/м		57,9	55,13						
яич фарш куриный		16,4	13,12						
морковь		12,6	10,5						
Лук репчатый		0,57	0,57						
соль иодированная		0,84	0,7						
яйцо		5,25	5,25						
Мука пшеничная		2,6	2,6						
масло растительное	140	270,00	203,00	3,80	8,25	29,53	212,80		№147 СБ 2017
картофель		0,35	0,35						
соль иодированная		5,00	5,00						
масло растительное	180			0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	342 сб шк 2017
картофель		31,92	28,00						
яблоки свежие		6,00	6,00						
сахар		183,00	183,00						
вода	45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	675			20,27	32,08	84,65	722,24	5,59	

Молоко кипяченое (молоко)	ПОЛДНИК	180			5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ доик 2016
Кондитерское изделие	молоко	40	180,00	180,00	3,00	3,92	29,76	166,80		табл 6 стр 136, Длети +, 2012
	печенье		40,00	40,00					2,34	
Итого:		220			8,22	8,42	38,40	263,10		
Растения с рыбой	УЖИН	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
	мука пшеничная		50,0	50,0						
	мука пшеничная на подпыл		2,0	2,0						
	Сахар		2,50	2,5						
	Масло сливочное		2,50	2,50						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	дрожжи сухие		0,20	0,2						
	вода		21,5	21,5						
	Масса теста			75,0						
	минтай ПБГ с/м		57,0	41,0						
	масса готовой рыбы			33,6						
	Лук репчатый		6,0	5,0						
	Масло пассированного лука			2,5						
	Мука пшеничная		0,4	0,4						
	масло сливочное		4,0	4,0						
	соль йодированная		0,50	0,50						
	Масса филе рыбного			40,0						
	Масса полуфабриката			115,0						
	Масло растительное для		0,4	0,4						
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 СБ доик 2016
	шиповник		18,40	18,00						
	сахар		6,00	6,00						
	вода		180,00	180,00						
Итого:		286			12,11	9,75	31,68	251,38	90,15	
ВСЕГО:		1685			51,49	62,98	228,95	1694,90	110,11	
ИТОГО за 10 дней		18189			633,50	640,08	2323,51	17524,65	455,07	
В среднем на 1 ребенка в день		1819			63,35	64,01	232,35	1752,46	45,51	

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 нормативно - технические документы:
 - 1.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могилянский И.П. Москва ДеЛи принт 2010г.
 - 1.2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий 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 производство питания для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Тутельян В.А., Могилянский И.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 соленные в банках без уксуса, с лимонной кислотой
 - сметана с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%