

"Согласовано"



**Примерное 12-дневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 3-7 лет с 7-10,5 часовым пребыванием**

День 1 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	425	7,47	10,95	45,35	309,30	
Сок	125	0,90	0,08	21,00	84,00	№418/Дели2016
Итого:	125	0,90	0,08	21,00	84,00	
	550	8,37	11,03	66,35	393,30	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	50	0,70	2,50	4,50	43,50	№ 21Дели 2016
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	200/15	3,95	5,93	15,60	136,16	№88 Дели 2016
Тефтели из говядины с соусом томатным	70/10	6,2	6,5	5	103	ТТК № 1152 от 09.10.2020 и №364 С-Петербург 2008
Каша гречневая вязкая	130/3	6,20	5,80	38,00	229,00	№182,Дели 2016
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	718,5	20,65	21,36	102,40	688,66	
ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Катык	120	4,11	3	5,45	67,74	№401Дели2010
Булочка Домашняя	50	4,90	5,00	38,00	217,00	№258 Партнер г. Уфа 2014
Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Итого:	450	10,01	8,46	70,45	400,44	
ВСЕГО:	1718,5	39,03	40,85	239,2	1482,4	

День 2- ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/5	10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№272 Парнер г. Уфа 2014 №3 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	
Итого:	425	16,99	19,43	52,77	454,72	
Фруктовое пюре	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
Итого:	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
	525	16,99	19,43	63,77	498,72	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	6,00	2,50	4,20	42,00	№34 Дели2016
Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/10/6	6,20	4,25	29,00	179,05	№64 "Партнер"2014
Ёжики мясные паровые	70	7,20	9,30	6,00	136,50	№ 205,справ.М2003
Пюре Картофельное	130	3,70	4,44	25,00	155,00	№137 Партнер 2014
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	49,00	№ 390 Дели 2016

Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	711,5	26,80	21,22	105,30	698,55	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,86	3,38	32,00	168,00	
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	№419 Дели2016
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9,00	12,50	24,00	245,00	ТТК №567
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,00	№393Дели2010
Итого:	490	16,38	18,89	71,90	517,40	
ВСЕГО:	1751,50	60,17	59,54	240,97	1714,67	

День 3 - ий

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00	182,30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30	89,00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	425	11,51	14,93	51,46	386,80	
Сок	125	1,63	0,10	15,00	67,00	№418Дели2016
Итого:	125	1,63	0,10	15,00	67,00	
	550	13,14	15,03	66,46	453,80	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	стр563,с61996
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	200/15	5,00	9,00	3,40	116,00	№86 Дели 2016
Котлеты рубленые из птицы	70	6,20	10,80	3,00	134,00	ТТК № 1523 от 28.07.2021
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,00	№218 Дели 2016
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,9	89	№394, Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	705,5	20,53	24,18	99,46	682,00	
ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Плюшка новомосковская	50	3,30	4,20	30,10	171,40	№453 Дели 2016
Ряженка	120	4,30	3,00	5,90	64,00	№401 Дели2010
Яйцо вареное	48	5,10	4,60	0,30	63,00	№227 Дели 2016
Напиток шиповника	180/5	0,6	0,3	6,5	31	ТТК № 59
Итого:	503	13,70	12,50	53,90	382,60	
ВСЕГО:	1758,5	47,37	51,71	219,82	1518,40	

День 4 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом	200/3	8,00	6,90	27,00	202,10	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	№3 Дели2010
Итого:	425	13,79	15,09	53,60	406,52	
Фруктовое пюре	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
Итого:	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
	550	13,79	15,09	64,60	450,52	
ОБЕД						
Салат пёстрый	50	0,75	0,90	8,50	45,10	№42 Дели 2016
Щи со свежей капустой, картофелем, сметаной	200/5	4,60	8,00	23,80	186,00	№73 Дели 2016
Жаркое по-домашнему из отварной говядины	180	12,26	12,48	39,37	318	ТТК №29 Д
Кисель	180			19,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	

Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	675,5	21,21	22,01	110,97	726,10	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	2,20	5,50	26,30	158,00	
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	№419 Дели2016
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	9,80	10,00	28,30	241,00	№237 Дели2010
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Дели2016
Итого:	496	15,46	18,52	65,29	482,40	
ВСЕГО:	1721,5	50,46	55,62	240,86	1659,02	

День 5 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	200/5	8	7,8	19	194	ТТК №1
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№272 Парнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	420	12,63	15,51	47,77	396,80	
Сок	125	1,20	0,06	17,50	75,00	№418Дели2016
Итого:	125	1,20	0,06	20,00	85,00	
	545	13,83	15,57	67,77	481,80	
ОБЕД						
Салат из моркови с яблоками	50	0,55	0,10	1,90	12,00	стр563,с61996
Свекольник с мясными фрикадельками и сметаной	200/15/6	3,80	5,40	18,60	138,00	№35,с6 Пермь2001
Плов из курицы	160	12	14	38,9	330	№321 Дели 2016
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	49,00	№ 390 Дели 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	656,5	18,25	20,00	89,20	611,50	
ПОЛДНИК						
Ватрушка с сыром	50	3,00	5,50	40,00	221,00	ТТК №1585 от 08.09.2021
Кондитерские изделия крекер	15	9,90	7,50	48,00	187,50	
Кефир	120	4,01	3,00	5,53	74,18	№401 Дели2010
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,00	№393Дели2010
Итого:	375	18,83	16,24	115,03	578,18	
ВСЕГО:	1576,5	50,91	51,81	272,00	1671,48	

День 6 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 511 Дели2016
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	№3 Дели2010
Итого:	430	9,83	12,67	44,85	333,22	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	530	10,23	13,07	56,85	386,42	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0,60	2,50	4,20	42,00	№42 Дели2016
Суп картофельный с клецками, курицей	200/15	3,60	7,80	25,60	187,00	№38 Пермь2001
Рагу с курицей	120/25	6,00	9,50	16,90	177,00	ТТК №63
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014

Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	650,5	12,00	20,20	74,70	528,50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	21	2,20	5,50	26,30	158,00	
вафли						
Катык	120	4,11	3	5,45	67,74	№401 Дели 2010
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Сок	125	0,60	0,06	22,00	91,00	№418 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	366	9,11	9,19	77,05	424,44	
ВСЕГО:	1546,50	31,34	42,46	208,60	1339,36	

2 неделя

День 7 - ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00	182,30	ТТК №5
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30	89,00	№ 394 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	№3 Дели2010
Итого:	430	13,87	16,65	50,96	410,72	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	530	14,27	17,05	62,96	463,92	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	50	0,70	2,50	4,50	43,50	№ 21Дели 2016
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	200/15/5	3,56	4,50	23,60	149,00	№82 Дели 2016
Биточки куриные "Солнышко"	70	8,00	10,50	6,20	152,00	ТТК №97Д
Макароны отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,00	№218 Дели 2016
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	710,5	20,66	21,73	103,00	690,50	
ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00	64,00	№401 Дели2010
Булочка сдобная	50	3,8	4,8	22,3	148	№257 Партнер2014 г. Уфа
Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Итого:	450	9,10	8,26	54,30	327,70	
ВСЕГО:	1690,5	44,03	47,04	220,26	1482,12	

День 8 - ой

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом	200/5	9,50	8,80	20,10	198,00	ТТК №8
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	№270 Партнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	420	12,93	15,27	47,20	378,50	
Сок	125	0,60	0,06	22,00	91,00	№418/Дели2016
Итого:	125	0,60	0,06	22,00	91,00	
	545	13,53	15,33	69,20	469,50	

ОБЕД						
Салат из свеклы	50	0,60	2,50	4,20	42,00	№34 Дели2016
Суп картофельный с горохом с курицей и гречками	200/10/10	3,80	3,50	20,50	129,00	ТТК№139
Биточки рубленые из говядины паровые	70	8,60	11,00	12,00	180,00	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,70	4,44	25,00	155,00	№291 Дели2010
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	49,00	№ 390 Дели 2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	680,5	20,40	22,17	102,80	692,00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,85	5,40	29,85	185,00	
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	№419 Дели2016
Пудинг из творога с рисом с повидлом	130/20	9,00	10,40	28,30	242,00	№ 250 Дели 2016
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,40	№393,Дели2010
Итого:	470	16,37	18,81	74,05	531,80	
ВСЕГО:	1695,5	50,29666667	56,3116667	246,051667	1693,3	

День -9 ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	200	8,90	8,40	32,90	243,00	№100 Дели 2016
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Дели2016
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	№3 Дели2010
Итого:	425	13,53	15,27	52,55	402,42	
Фруктовое пюре	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
Итого:	125	0,00	0,00	11,00	44,00	
	525	13,53	15,27	63,55	446,42	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	стр563,сб1996
Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной	200/5	3,00	7,90	18,80	158,00	№63 Дели 2016
Плов из отварной говядины	160	13,50	12,20	35,00	303,00	№108"Партнер"2014
Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	655,5	21,45	20,85	106,60	697,50	
ПОЛДНИК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№386,Дели2016
Катык	120	4,11	3	5,45	67,74	№401,Дели2010
Пирожок печёный с повидлом	50	1,00	2,00	43,50	196,00	№437 Дели2016
Напиток шиповника	180/5	0,6	0,3	6,5	31	ТТК № 59
Итого:	455	6,11	5,70	67,45	347,94	
ВСЕГО:	1660,5	41,09	41,82	227,60	1491,86	

День 10 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша полбяная молочная с маслом	200/5	8	7,8	19	194	ТТК №1
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№272 Парнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	420	12,63	15,51	47,77	396,80	
Сок	125	0,50	0,80	15,00	69,00	№418,Дели2016
Итого:	125	0,50	0,80	15,00	69,00	
	545	13,13	16,31	62,77	465,80	

ОБЕД						
Салат витаминный	50	0,75	0,06	1,20	8,34	№42 Дели2016
Суп с гречневой крупой и картофелем с курицей	200/10	3,35	7,20	13,80	134,00	№86 Дели 2016
Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	90	7,20	9,30	6,00	136,50	ТТК №3Д
Пюре Картофельное	130	3,70	4,44	25,00	155,00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	700,5	18,60	21,63	85,30	610,84	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия	10	1,20	1,90	31,50	147,00	
крекер						
Кефир	120	4,01	3,00	5,53	74,18	№401 Дели2010
Запеканка из творога с крошкой	150	10,00	10,00	35,20	271,00	№ 322 С6 Самара 2013г
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Дели2016
Итого:	465	15,27	14,92	77,22	512,18	
ВСЕГО:	1710,5	47,00	52,86	225,29	1588,82	

День 11 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,00	6,60	26,00	195,40	ТТК №6
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65,00	№270 Партнер г. Уфа 2014 №3 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,57	6,85	14,66	139,42	
Итого:	425	13,79	14,79	52,60	399,82	№ 386 Дели 2016
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	525	14,19	15,19	64,60	453,02	
ОБЕД						
Салат из свеклы и моркови	50	0,55	0,10	1,90	12,00	стр563,сб1996
Суп крестьянский с мясными фрикадельками	200/15	3,50	9,60	18,00	169,00	№64 "Партнер"2014
Гуляш из куриной грудки	45/45	7,56	5,70	3,00	130,00	ТТК №91
Рис отварной с овощами	130	5,5	5	23	129	№334 Дели2016
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,8	89	№394, Дели 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	716,5	19,09	20,90	89,70	611,50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	2,20	5,50	26,30	158,00	№419 Дели2016 №229 Дели2016
Молоко кипяченое	120	3,40	3,00	5,70	63,40	
Омлет натуральный	140	8,50	8,68	13,60	167,00	
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,40	№393Дели2010
Итого:	471	16,02	17,42	67,10	484,30	
ВСЕГО:	1712,5	49,30	53,51	221,40	1548,82	

День 12 - ый

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№272 Парнер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,21	5,13	15,16	115,50	№1 Дели2010
Итого:	420	9,83	13,51	53,97	376,60	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	

	520	10,23	13,91	65,97	429,80	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	№42 Дели2016
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гречками	200/15/10	3,25	3,00	18,00	112,00	ТТК№139
Гречка с фаршем и овощами	130	7,30	10,00	33,50	252,00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,5	18	82,5	
Итого:	645,5	13,70	13,66	92,70	546,00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,86	3,38	32,00	168,00	
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00	64,00	№401 Дели2010
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Сок	125	0,60	0,06	22,00	91,00	№418Дели2016
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Итого:	355	10,96	7,07	82,30	430,70	
ВСЕГО:	1520,50	34,89	34,64	240,97	1406,50	
ИТОГО за 12 дней:	20063,00	545,87	588,18	2813,02	18596,75	

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 №11)
- При составлении примерного 10-дневного меню предусмотрен усиленный полдник с включением блюд ужина.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно - технические документы:
 - 3.1 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Могильный М.П. Москва Дели принт 2010-2016гг.
 - 3.2 Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в учреждениях образования 2013г
 - 3.3 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Тутельян В.А., Скурихин И.М. Москва 2007 г.
 - 3.4 Справочник рецептов блюд для питания детей г. Москвы, выпуск 5, 2003
 - 3.5 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2015гг.
 - 3.6 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ -интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений г. Пермь 2001г.
 - 3.7 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г
 - 3.8 Техничко-технологические карты
5. В разработанном меню предусмотрено использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории упитанности (лопатка, фарш, гуляш п/ф);
 - сельскохозяйственная птица бройлеры потрошенные
 - рыба мороженая крупная или средняя потрошенная без головы (п/ф фарш рыбный)
 - яйца куриные 1 категории, рассчитаны условно массой нетто 48г
 - картофель, овощи (морковь, свекла, капуста, лук ...) рассчитаны с учетом сезонности
 - огурцы и помидоры свежие парниковые
 - 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%