



Примерное 12-дневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
от 3-7 лет с 7-12 часовым пребыванием

1 неделя

Ден, 1 - тий

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом	200/3	10,00	10,00	24,50	228,00	ТТК №4
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Ленинград
Булочка с маслом сливочным	25/5	1,90	4,40	13,00	99,00	№1 Ленинград
Итого:	418	11,96	14,42	42,49	347,00	
Сок апельсиновый	125	0,90	0,08	21,00	84,00	№418 Ленинград
Итого:	125	0,90	0,08	21,00	84,00	
	543	12,86	14,50	63,49	431,00	
ОБЕД						
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,80	2,50	4,60	45,00	№ 21 Ленинград
Суп вегетарианский с картофелем и курицей	200/10	3,86	5,80	15,24	133,00	№88 Ленинград
Тефтели из говядины с соусом томатным	70/10	6,2	6,5	5	103	ТТК № 1152 от 09.10.2020г
Каши гречневая вязкая	130/3	6,20	5,80	38,00	229,00	№364 С-Петербург 2008
Кисель	180			10,00	40,00	№187 Ленинград
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	№284 Ленинград
Итого:	690,5	18,86	21,00	90,84	632,50	
ПОЛДНИК						
Булочка Домашняя	50	4,90	5,00	38,00	212,00	№258 Ленинград г. Уфа 2014
Катык	110	3,77	2,75	5	62,1	№401 Ленинград
Рагу с курицей	120/25	6,00	9,50	16,90	172,00	ТТК №63
Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	505	16,79	17,47	84,74	565,60	
ВСЕГО:	1738,5	48,51	52,97	239,07	1629,10	

День 2-ой

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молотая с маслом	200/3	5,20	5,80	25,20	173,60	ТТК №7 №272 Парус р. Уфа 2014 №3, декабрь 2010
Каша с маслом	180	2,42	2,58	13,61	87,30	
Булгур с сыром, маслом	257/3	4,00	6,00	17,83	129,00	
Итого:	418	11,62	14,38	51,64	389,90	
Фруктовое пюре	125	13,00			58,00	
Итого:	100	13,00	0,00	0,00	58,00	
	518	24,62	14,38	51,64	438,90	
ОБЕД						
Салат из свеклы	50	6,00	2,50	4,20	42,00	№34 Дека 2016
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной	200/15/6	6,20	5,25	29,00	188,00	
Котлеты рубленные из птицы	70	6,20	10,80	3,00	134,00	№64 "Парус" 2014 № 208 строк М2003
Пюре Картофельное	130	3,70	4,44	25,00	155,00	
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№137 Парус 2014 № 390 Дека 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	683,5	24,00	23,49	91,00	650,00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,86	3,38	34,10	180,00	№419 Дека 2016
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9,00	12,50	24,00	245,00	
Чай с сахаром и лимонным	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,00	ТТК №67 №393 Дека 2010
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	500	17,00	18,80	82,14	564,00	

ВСЕГО:	1701,5	65,62	56,67	224,78	1652,30	
--------	--------	-------	-------	--------	---------	--

День 3 - ий

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Какао Геркулесовая молочная с маслом	200/3	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 Деян 2010
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99,00	№1 Деян 2010
Итого:	418	11,21	14,15	49,19	370,30	
Сок яблочно-апельсиновый	125	1,63	0,10	15,00	67,00	№418 Деян 2016
Итого:	125	1,63	0,10	15,00	67,00	
	543	12,84	14,25	64,19	437,30	
ОБЕД						
Помидоры свежие порционными	50	0,55	0,10	1,00	12,00	стр 563 сб 1996
Суп с рисовой крупой и картофелем с курицей	200/10	2,40	9,00	3,40	102,00	№86 Деян 2016
Соус мясной "Смак"	70	10,10	6,80	17,00	170,00	ТТК № 1523 от 28.07.2021
Макарон отварные	130	4,80	3,60	29,40	169,00	№218 Деян 2016
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,9	89	№394, Деян 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	682,5	19,83	19,99	95,90	678,50	
ПОЛДНИК						
Ряженка	110	3,19	2,75	4,62	59,00	№401 Деян 2010
Булочка Дрожжевая	50	3,55	5,91	30,10	188,00	№453 Деян 2016
Ябло вареное	48	5,10	4,60	0,30	63,00	№227 Деян 2016
Капустя тушеная (в сметанном соусе)	130	3,25	5,3	25,3	162	ТТК №53Д
Напиток шоколадный	180/5	0,6	0,3	6,5	31	ТТК № 59
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	543	17,21	19,02	76,66	586,00	
ВСЕГО:	1768,5	49,88	53,26	236,75	1663,30	

День 4 - ий

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	угл-ды	Ккал		
ЗАВТРАК							
Какао шоколадная молочная с маслом	200/3	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	
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4,00	6,00	12,83	129,00		
Итого:	418	13,22	13,94	50,77	382,40	№3 Деян 2010	
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20		
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Деян 2016	
	518	13,62	14,34	62,77	435,60	№42 Деян 2016	
ОБЕД							
Салат из моркови	50	0,75	0,66	8,50	37,00		№73 Деян 2016
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	200/5	4,60	8,00	23,80	180,00		
Жаркое подмазанному из отварной говядины	160	10,9	11,1	33,58	258		ТТК №29 Д
Кисель	180			16,00	40,00		
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		№384 Партнер 2014
Итого:	632,5	18,05	19,56	93,88	623,50		
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия вафли	21	2,50	5,50	34,00	190,00	№419 Деян 2016	
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,60	51,00		
Пудинг из творога с рисом с повидлом	130/20	9,00	10,40	28,30	242,00	№ 250 Деян 2016	
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 411 Деян 2016	
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00		
Итого:	486	15,58	18,83	87,13	550,00		
ВСЕГО:	1636,5	47,25	52,73	238,78	1609,10		

День 5 - ий

Примечание Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	

		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша полбынная молочная с маслом	200/3	8	7,8	19	194	ТТК №1
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	№272 Партер г. Уфа 2014
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,49	99,00	№1 Дети 2010
Итого:	413	12,33	14,73	45,50	380,30	
Сок вишневый	125	1,20	0,06	17,50	75,00	№418 Дети 2016
Итого:	125	1,20	0,06	17,50	75,00	
	538	13,53	14,79	63,00	455,30	
ОБЕД						
Помидоры свежие порезанные	50	0,55	0,10	1,90	12,00	стр.563 с61996
Свекольник с курицей, со сметаной	200/10/6	3,80	5,40	18,60	138,00	№35 с6 Перен 2001
Плов из курицы	160	12	14	38,9	330	№321 Дети 2016
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,50	№ 390 Дети 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	633,5	18,25	20,00	89,20	611,00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крексер	10	2,00	3,00	25,00	129,00	
Кефир	110	3,68	2,75	5,07	68,00	№401 Дети 2010
Карпуста тушеная с маслом	130	10,6	12,65	33	288	№84-10М Сборник рецептов Мисс Кал
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,70	41,00	№393 Дети 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	460	17,92	18,57	83,11	573,00	
ВСЕГО:	1631,5	49,70	53,36	235,31	1639,30	

День 6 - ой

Приним пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба" молочная с маслом	200/3	5,20	5,80	25,20	173,80	ТТК №7
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	№ 511 Дети 2016
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4,00	6,00	17,83	122,00	№3 Дети 2010
Итого:	423	9,26	11,82	43,02	315,80	
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дети 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	523	9,66	12,22	55,02	369,00	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	№42 Дети 2016
Суп картофельный с клецками, мясными фрикадельками	200/15	3,60	7,80	25,60	187,00	№38 Перен 2001
Рагу с курицей	120/25	6,00	9,50	16,90	177,00	ТТК №63
Кисель	180			10,00	40,00	№284 Партер 2014
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	627,5	12,15	17,76	79,00	523,50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия вафли	21	2,20	5,50	26,30	158,00	
Кисель	110	3,77	2,75	5	62,1	№401 Дети 2010
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 Дети 2016
Сок персиковый	125	0,60	0,06	27,00	91,00	№418 Дети 2016
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	376	8,49	8,87	75,14	411,30	
ВСЕГО:	1526,50	30,30	38,85	209,16	1303,80	

2 неделя

День 7 - ой

Приним пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептура
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/3	6,70	7,50	27,00	182,30	ТТК №5
Чай с молоком, сахаром	180/5	2,60	2,39	14,30	89,00	№ 394 Дети 2010

Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4,00	6,00	12,83	122,00	№3 День 2010
Итого:	423	13,30	15,80	49,13	393,30	
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 День 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
ОБЕД	523	13,70	15,40	61,13	446,50	
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,80	2,50	4,60	45,00	№ 21 День 2016
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками	200/15/5	3,56	4,50	23,60	149,00	№82 День 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 День 2016
Кисель	180			10,00	40,00	№284Партнер2014
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	87,5	
Итого:	687,5	18,96	21,50	91,80	637,50	
ПОЛДНИК						
Булочка едобная	50	3,8	4,8	22,3	148	№257 Партнер2014 г. Уфа
Ряженка	110	3,19	2,75	4,62	59,00	№401 День2010
Гречка с фаршем и овощами	130	7,30	10,00	33,20	252,00	ТТК №1630 от 10.11.2021
Пюре из урюка	180	0,6	0,1	15,0	63	ТТК №68
Хлеб отрубчатый 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	490	16,41	17,77	84,96	568,50	
ВСЕГО:	1700,5	49,07	55,47	237,89	1652,50	

День 8 - ой

Проем пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	ккал	
ЗАВТРАК						
Каша овсяная молочная с маслом	200/3	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 слоистым	25/5	1,91	4,35	17,89	99,00	№1 День2010
Итого:	413	12,63	14,49	44,93	362,00	
Сок персик-банан	125	0,60	0,06	22,00	91,00	№418 День2016
Итого:	125	0,60	0,06	22,00	91,00	
	538	13,23	14,55	66,93	453,00	
ОБЕД						
Салат из свежих	50	0,60	2,50	4,20	42,00	№34 День2016
Суп картофельный с горохом с курицей и грибами	200/10/10	3,80	3,50	20,50	120,00	ТТК №139
Запеканка картофельная с мясом	150/20	12,60	14,00	36,00	320,00	№291 День2010
Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	11,80	48,80	№ 390 День 2016
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	87,5	
Итого:	657,5	18,90	20,50	90,50	622,00	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,85	5,40	29,85	185,00	
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	№419 День2016
Пуанг из творога с рисом с повидлом	130/20	9,00	10,40	28,30	242,00	№ 250 День 2016
Чай с сахаром и лимонном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,40	№393День2010
Хлеб отрубчатый 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	480	16,99	18,72	82,19	566,40	
ВСЕГО:	1675,5	49,12	53,77	239,62	1688,40	

День 9-ый

Проем пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	ккал	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с вермишелью	200	8,90	8,40	32,90	243,00	№100 День 2016
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	30,00	№ 411 День2016
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4,00	6,00	12,83	122,00	№3 День2010
Итого:	420	12,96	14,42	50,72	385,00	
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	№ 386 День 2016
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	520	13,36	14,82	62,72	438,20	
ОБЕД						
Помидоры свежие порезанные	50	0,55	0,10	1,90	49,00	стр563 с61996

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 сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	632,5	19,45	20,66	88,70	618,00	
ПОЛДНИК						
Парожек овсяный с повидлом	50	1,00	2,00	43,50	196,00	№437 Дели 2016
Катык	110	3,77	2,75	5	62,1	№401 Дели 2010
Ратун из пшени с овсяными	120/25	10,7	13,7	11	210	ТТК №41
Напиток шоколадный	180/5	0,011	0,001	5,168	21	ТТК № 59
Хлеб овсяночный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	510	17,00	18,61	74,51	586,10	
ВСЕГО:	1662,5	49,81	54,09	225,93	1892,30	

День 10 -ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды	ккал	
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3	8	7,8	19	194	ТТК №1 №272 Партнер г. Уфа 2014 №1 Дели 2010
Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	80,00	
Итого:	413	12,33	14,73	45,50	380,30	№418/Дели 2016
Сок яблочно-груше	125	0,50	0,80	21,00	95,00	
Итого:	125	0,50	0,80	21,00	95,00	
	538	12,83	15,53	66,50	475,30	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	№42 Дели 2016
Суп с греческой крупой и картофелем с курицей	200/10	3,35	7,20	13,80	134,00	№86 Дели 2016
Биточки рубленные из рыбы	70	8,75	8,20	27,00	217,00	ТТК №31
Пюре Картофельное	130	3,70	4,44	25,00	155,00	№137 Партнер 2014
Кисель	180			10,00	40,00	№284 Партнер 2014
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	677,5	18,35	20,30	107,30	608,50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия крекер	10	2,50	3,40	38,00	180,00	№401 Дели 2010
Кефир	110	3,68	2,75	5,07	63,00	
Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9,00	12,50	24,00	243,00	
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,00	ТТК №567
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	№ 411 Дели 2016
Итого:	495	16,76	18,83	81,90	860,00	
ВСЕГО:	1710,5	47,94	54,66	250,70	1735,30	

День 11 -ый

Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша пшеничная молочная с маслом	200/3	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
Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4,00	6,00	17,83	135,00	№3 Дели 2010
Итого:	418	13,22	13,94	50,77	385,40	
Фрукты свежие яблоки	100	0,40	0,40	17,00	53,20	№ 386 Дели 2016
Итого:	100	0,40	0,40	17,00	53,20	
	518	13,62	14,34	62,77	488,60	
ОБЕД						
Помидоры свежие порезанные	50	0,55	0,10	1,90	15,00	стр.563 с.61996
Суп из овощей, со сметаной	200/6	3,50	7,30	19,70	163,00	№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	189	№334 Дели 2016
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:	693,5	19,09	19,10	91,40	688,50	

ПОЛДНИК						ТТК №1585 от 08.09.2021 №419 Деи 2016 №229 Деи 2016 №393 Деи 2010
Ватрушка с сыром	50	4,00	5,60	44,00	237,00	
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00	
Омлет натуральный	140	8,50	8,68	13,60	167,00	
Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,20	41,40	
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	510	16,64	17,20	81,64	544,00	
ВСЕГО:	1721,5	49,35	50,64	235,81	1605,10	

День 12 - ый

Примечание Наименование блюд	Выход блюда	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом	200/3	7,03	6,36	16,05	148,00	ТТК №8 №272 Партнер г. Уфа 2014 №1 Деи 2010
Каша с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,30	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99,00	
Итого:	413	11,36	13,29	42,55	334,00	№ 386 Деи 2016
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
Итого:	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
	513	11,76	13,69	54,55	388,10	
ОБЕД						
Салат из моркови	50	0,75	0,06	8,50	37,00	№42 Деи 2016 ТТК №139 ТТК №1630 от 10.11.2021
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и грибами	200/15/10	3,25	3,00	18,00	112,00	
Гречка с фаршем и овощами	130	7,30	10,00	33,20	257,00	
Кисель	180			10,00	40,00	№284 Партнер 2014
Хлеб пшеничный	37,5	1,8	0,4	18	63,2	
Итого:	622,5	13,10	13,46	87,70	523,50	
ПОЛДНИК						
Кондитерские изделия печенье	10	3,86	3,38	37,00	168,00	№401 Деи 2010 № 386 Деи 2016 №418 Деи 2016
Ряженка	110	3,19	2,75	4,62	80,00	
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,40	12,00	53,20	
Сок	125	0,60	0,06	22,00	91,00	
Персик-бланш						
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Итого:	365	9,57	6,75	80,46	419,20	
ВСЕГО:	1500,50	34,43	33,00	222,71	1329,80	

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 блюда ужина.
3. При разработке меню для дошкольных учреждений (ДОУ) были использованы следующие нормативно-технические документы:
 - 3.1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Тутельян В.А., Мигильный М.П. Москва Деи 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., Скурятин И.М. Москва 2007 г.
 - 3.4 Сборник рецептур блюд для питания детей г. Москвы выпуск 4.2003
 - 3.5 Сборник технических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, "Партнер", 2010-2014гг.
 - 3.6 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г.
 - 3.7 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996г.
 - 3.8 Технико-технологические карты
4. В разработанном меню предусмотрен использование следующего сырья:
 - говядина 1 категории убойности (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
 - сыр с массовой долей жира 15%
 - кисломолочные продукты, молоко с массовой долей жира 2,5%