

Утвержден

Директор



Согласовано

Директор



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

1 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) №108	150	3,6	6,0	25,4	182,7	168	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	12,8	77,1	395	
МАСЛО (ПОРЦИОННО) №6	10	0,1	7,3	0,1	66,0	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	6	
Итого за прием пищи:	350	10,98	15,3	57,83	417,7		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №348	100	0,4	0,4	9,5	43,6	368	2011
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	43,6		
Обед							
Овощи по сезону (или огурцы свежий/или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурцы соевый, или свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,2	3,0	5,4	53,7	67	2011
КОФЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	50	4,3	8,3	8,7	140,6	305	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,2	4,4	28,0	182,7	165	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	0,0	0,0	11,6	46,5	378	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	530	19	16,25	74,4	524,6		
Полдник							
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	10	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8	0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	200	1,4	1,7	46,6	208,4		
Итого за день:		31,8	33,7	188,3	1 196,3		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Утверждено
Директор



Согласовано
Директор



2 день

Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150	4,3	4,2	14,8	116,3	93	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,7	6,9	14,6	139,6	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8	0,0	0,6	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	353	9,0	11,7	37,3	286,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Овощи по сезону (или тушеные овощи, или помидоры свежие, или капуста квашеная, или тушеная (сладкая), или салат из овощей)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	19,3	22,4	11,7	328,7	289	
КНЕСЕЛЬ №247	150	0,1	0,0	21,1	84,8	247	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	500	24,3	24,6	65,7	578,9		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,2	2,7	13,0	89,0	397	
Итого за прием пищи:	200	7,0	7,62	50,2	297,5		
Итого за день:		41,1	43,5	167,8	1 225,7		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Утверждено
Директор

Составлено
Директор

3 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150	2,3	4,8	29,0	161,0	174	
МАСЛО (КОРИЯМБ) №6	10	0,1	7,3	0,1	66,0	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150	0,1	0,6	7,1	29,0	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	6	
Итого за прием пищи:	330	4,0	11,6	45,9	302,0		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Овощи по сезону (или огурец, помидор, лук, болгарский перец, или капуста квашеная, или огурец соленый, или салат отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИЧНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №88	150	2,6	1,7	10,3	62,9	88	2016
РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ №247	60	8,5	3,1	1,7	90,0	247	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	105	2,1	4,0	16,1	108,0	136	2016
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	535	14,51	9,1	60,84	378,45		
Полдник							
ПРЯЖИК	30	3,0	2,4	37,5	183,0	8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №772	150	0,1	0,1	17,4	71,8	772	2011
Итого за прием пищи:	200	3,1	2,5	54,9	254,8		
Итого за день:		22,6	23,1	176,5	997,9		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утвержден
Директор _____

Согласовано
Директор _____

4 дня

Пример меню, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
I Завтрак							
КАША ЖЕЛТКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАИНАЯ) №185	150г	2,4	3,8	16,1	108,0	185	
МАСЛО (ПОРЦИОННО) №6	10	0,1	7,3	0,1	66,0	6	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150	2,7	2,3	11,3	77,0	394	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	345	7,3	13,7	42,1	319,9		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	100	0,9	0,2	7,9	41,7	371	2011
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	7,9	41,7		
Обед							
Омлет по-осетински (или омлет с яблоком, или омлет с бананом, или омлет с клубникой, или омлет с малиной, или омлет с черникой, или омлет с ежевикой)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №37	150	1,2	2,9	7,5	61,8	37	2011
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К	50	5,7	5,3	7,5	83,4	307К	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,2	1,0	1,4	16,0	348	2011
МАКАРОВЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,0	3,0	21,4	150,0	205	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150г	0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	558	14,4	12,6	66,0	445,7		
Полдник							
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (тепло) №376	150	0,3	0,1	21,2	87,4	376	
Итого за прием пищи:	200	1,7	1,8	59,9	264,4		
Итого за день:		24,3	28,2	176,0	1 011,7		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Удмуртский
Директор: 



Суп. директор
Директор: 



5 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборная рецептур
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №02	150	4,3	4,2	14,8	116,3	93	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	20/5/10	4,7	6,9	14,6	139,0	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8	0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за завтрак:	353	9,0	11,1	37,3	286,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,2	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за завтрак:	150	0,2	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий/или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,3	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ №80	150	1,4	1,8	10,0	61,3	80	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	18,1	12,5	22,1	290,0	304	
КНЕСЕЛЬ №247	150	0,1	0,0	21,1	84,8	247	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,8	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за обед:	500	22,9	14,7	74,4	537,4		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №93	150	0,1	0,0	7,1	29,0	393	2011
Итого за полдник:	200	3,9	4,9	44,3	237,5		
Итого за день:		36,6	30,8	178,7	1124,2		

18-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Утверждено

Директор



Согласовано

Директор

Лубя

4 день

Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150	5,4	6,0	25,4	182,7	168	
МАСЛО (СТОРИВЕНН) №6	10	0,1	7,3	0,1	66,0	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОНКОМ №193	150	0,1	0,0	7,1	29,0	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,8	6	
Итого за прием пищи:	330	7,1	13,4	42,5	325,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №199	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Овощи по сезону (или пюрея свежих, или пюрея из овощей, или пюрея из картофеля, или пюрея из тыквы, или пюрея из свеклы (отварная))	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,7	3,0	5,4	53,7	67	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	60	4,5	3,1	1,7	60,8	247	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	105	2,1	4,0	16,1	108,8	136	2016
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	535	13,1	10,4	56,8	269,2		
Полдник							
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0	8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №172	150	0,1	0,1	13,4	71,8	372	2011
Итого за прием пищи:	200	3,1	2,5	54,9	254,8		
Всего за день:		24,2	26,5	167,9	1 916,4		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждено
Директор _____

Согласовано
Директор _____

7 дней

Применение, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150	2,3	4,0	29,0	161,8	174	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,2	2,7	13,0	89,8	397	
МАСЛО (ПОРЦИОННО) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	6	
Итого за прием пищи:	350	8,6	14,2	61,5	416,7		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,0	368	2011
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,0		
Обед							
Овощи по сезону (или огурцы свежие, или помидоры свежие, или капуста квашеная, или огурцы соевый, или свекла отварная)	30	0,3	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИНЫМИ ПЕДЕЛИЯМИ №81	170	2,6	1,7	10,3	62,9	88	2016
ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами №302	130	10,7	9,8	13,3	188,0	302	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150	0,1	0,0	7,1	29,0	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,5	0,1	10,9	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	500	16,7	11,9	51,9	381,8		
Полдник							
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (яблоко) №376	150	0,3	0,1	21,2	87,4	376	
Итого за прием пищи:	200	1,7	1,8	59,9	264,4		
Всего за день:		27,4	28,2	182,8	1 187,7		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Утверждено
Директор



Согласовано
Директор

8 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	150	4,4	5,1	27,6	177,4	175	
СЫР (ГОРДОННИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3	7	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	32,8	77,1	395	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	6	
Итого за прием пищи:	350	11,9	10	59,9	381,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Омлет по сезону (или огуры, свекла, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурцы соленый, или салат отварной)	30	0,3	0,1	2,7	32,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОМАННОЙ КАПУСТОЙ (отварная) №455	50	6,4	8,3	6,5	127,8	455	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,0	3,0	21,4	130,0	205	
КОСЕЛЬ №247	150	0,1	0,0	21,1	84,8	247	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	530	15,4	13,45	81,9	532,8		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8	0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	208	3,8	4,9	45,1	239,9		
Всего за день:		31,9	28,6	201,6	1216,2		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждено"

Директор _____

Согласовано

Директор _____

9 день

Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150	4,3	4,2	14,8	116,3	93	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10	3,2	7,5	20,2	189,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8	0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	358	7,5	11,7	42,9	317,2		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,1	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,1	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Омлет по рецепту (или омулет с сыром, или омлет с грибами, или омлет с овощами, или омлет с ветчиной)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ №80	150	1,4	1,0	10,0	61,5	80	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	19,3	22,4	11,7	324,7	289	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,3	0,1	21,2	87,4	376	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,3	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500	24,3	24,6	64,1	534,7		
Полдник							
ПИРАНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,6	8	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150	0,1	0,0	7,1	29,0	393	2011
Итого за прием пищи:	200	3,1	2,4	44,6	212,6		
Всего за день:		35,7	39,0	164,3	1 164,5		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Утвержден

Директор _____

Согласовано

Директор _____

10 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жир, г	Углевод, г			
Завтрак							
КАВА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАЛИНА) №185	150,5	2,0	3,8	16,1	108,0	185	
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150	2,7	2,3	11,3	77,0	394	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
МАСЛО (ПОРЦЕВЯНО) №6	10	0,1	7,3	0,1	66,0	6	2011
Итого за прием пищи:	335	6,6	13,6	37,5	298,4		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
Овощи по сезону (или овощи замороженные, или вареные кабачки, или огурцы соевый, или свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №37	150	1,2	2,9	7,5	61,8	37	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130	18,1	17,5	22,1	290,0	304	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150	0,1	0,0	7,1	29,0	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	7	
Итого за прием пищи:	500	22,7	15,8	57,9	481,9		
Полдник							
ВАФЛИ	50	1,0	1,3	38,7	177,0	10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	
Итого за прием пищи:	200	1,0	1,7	50,3	223,5		
Всего за день:		31,5	31,2	106,4	1 066,4		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утвердил"

Согласовано

Директор

Директор

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	г	ж	ст	итого
Итого за период	306,8	312,7	1 759,9	11 182,9
Среднее значение за период	30,7	31,3	175,9	1118,3

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Мисюковой-В.А. Тугуляки. - М.: Дельта принт, 2011. - 184с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях / Под ред. В.Т. Липавской. - М.: Хлебпрессинформ, 2004. - 640с.

Таблица энергетического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: Дельта принт, 2008. - 276с. Сурякина Н.М., Тугуляки В.А.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор



СОГЛАСОВАНО:
Директор



Примерное 10-ти дневное меню
для обеспечения бесплатным
питанием
детей дошкольного возраста 1-3 лет