

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор:



СОГЛАСОВАНО: *Директор*  
ДИРЕКТОР: *Михаил Иванович*  
*Дружников*



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



Согласовано: 01.08.2016

Директор: *Людмила Владимировна Сидорова*  
СШ

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

1 день

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	150	7,80	7,40	28,30	200,55	101	2016
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	350	13,50	16,40	59,10	434,35		
<b>II Завтрак</b>							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10	319	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	520	12,71	9,08	52	305,52		
<b>Полдник</b>							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	200	4,56	6,70	26,00	188,10		
<b>Всего за день:</b>		31,17	32,58	146,60	973,57		



Утверждаю:

Директор: *Людмила Владимировна Сидорова*



**10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет**

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_  
 Согласовано: Д.Д.В. 10.05.2016  
 Директор: \_\_\_\_\_

**2 день**

Присем пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,2	11,42	23,70	183,80	103	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>11,65</b>	<b>18,12</b>	<b>49,60</b>	<b>370,40</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1.2.3.4.5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90	43	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ). (говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60	304	2016
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00	136	2016
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50	247	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>14,11</b>	<b>11,24</b>	<b>79,30</b>	<b>439,22</b>		
<b>Полдник</b>							
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10	
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>3,70</b>	<b>3,60</b>	<b>50,40</b>	<b>250,20</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>29,96</b>	<b>33,06</b>	<b>188,10</b>	<b>1101,52</b>		

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

Утверждено:

Директор:

Согласовано:

Директор:

3 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША вязкая молочная рисовая №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00	102	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,11</b>	<b>15,70</b>	<b>65,90</b>	<b>453,00</b>		
II Завтрак							
СОК яблочный №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54	60,00	261	2016
КАША ТРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>17,47</b>	<b>9,84</b>	<b>71,84</b>	<b>449,82</b>		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	4,90	37,20	208,50	9	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>3,80</b>	<b>4,90</b>	<b>48,50</b>	<b>253,50</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>29,88</b>	<b>30,54</b>	<b>196,04</b>	<b>1198,82</b>		



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

Утверждено:

Директор:

Согласовано:

Директор:

4 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>I Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00	185	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,40</b>	<b>10,80</b>	<b>49,50</b>	<b>339,90</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80	63	2016
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70	321	
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50	247	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>27,61</b>	<b>23,98</b>	<b>71,30</b>	<b>599,22</b>		
<b>Полдник</b>							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>5,50</b>	<b>9,40</b>	<b>31,90</b>	<b>242,70</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>44,91</b>	<b>44,58</b>	<b>162,20</b>	<b>1227,42</b>		



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

Утверждено:

Директор:

Согласовано: Д.И.Ор. №85

Директор: М.И.У. [подпись]

5 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборные рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62	85	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>10,70</b>	<b>15,02</b>	<b>45,70</b>	<b>299,22</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,10	2,20	6,60	53,60	135	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315	120/15	10,60	6,80	15,00	164,00	315	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>475</b>	<b>14,51</b>	<b>9,40</b>	<b>51,10</b>	<b>350,42</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7,8</b>	<b>9,7</b>	<b>39,3</b>	<b>274,7</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>33,51</b>	<b>34,22</b>	<b>145,90</b>	<b>966,04</b>		



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

Утверждено:

Директор:

Согласовано:

Директор:



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00	185	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №114	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,20</b>	<b>11,60</b>	<b>55,10</b>	<b>367,80</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47	
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54	60,00	261	2016
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00	136	2016
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>14,77</b>	<b>11,14</b>	<b>59,34</b>	<b>363,92</b>		
<b>Полдник</b>							
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	100	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,40</b>	<b>1,70</b>	<b>50,00</b>	<b>222,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>26,87</b>	<b>24,54</b>	<b>174,24</b>	<b>995,42</b>		

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

Утверждаю:

Директор:

Согласовано: *А.Д.Р. 10.05.12*

Директор: *А.М.У. [подпись]*



7 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,30	7,40	30,90	213,40	102
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,80</b>	<b>16,80</b>	<b>58,60</b>	<b>444,10</b>	
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	50	8,00	7,20	8,30	130,80	322
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	110	4,10	6,70	25,00	179,30	219
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>16,97</b>	<b>16,08</b>	<b>75,40</b>	<b>517,22</b>	
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7</b>	<b>8,9</b>	<b>37,9</b>	<b>258,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>36,17</b>	<b>42,18</b>	<b>181,40</b>	<b>1265,72</b>	

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

Утверждаю:

Директор:

8 день

Согласовано:

Директор:



Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80	103	
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>14,15</b>	<b>19,62</b>	<b>48,90</b>	<b>389,70</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90	43	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10	319	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>14,11</b>	<b>8,44</b>	<b>55,90</b>	<b>326,72</b>		
<b>Полдник</b>							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>4,40</b>	<b>6,70</b>	<b>25,90</b>	<b>186,60</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>33,16</b>	<b>34,86</b>	<b>140,50</b>	<b>944,72</b>		



**10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет**

Утверждаю: \_\_\_\_\_

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано: *А.В. Д.В. Д.В. Д.В. Д.В.*

Директор: \_\_\_\_\_

**10 дней**

**Принем пищи, наименования блюда**

Принем пищи, наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	134,00	24,30	185
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	64,30	10,60	414
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	141,60	14,60	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,40</b>	<b>10,80</b>	<b>339,90</b>	<b>49,50</b>	
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	45,60	9,50	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>45,60</b>	<b>9,50</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	12,90	2,70	1,2,3,4,5
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63</b>	150	1,20	3,00	61,80	7,50	63
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	340,70	19,00	321
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	46,50	11,60	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	46,72	9,64	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	39,60	8,26	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>26,51</b>	<b>23,98</b>	<b>548,22</b>	<b>58,70</b>	
<b>Полдник</b>						
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	177,00	38,70	100
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	89,10	13,10	416
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>4,50</b>	<b>4,40</b>	<b>266,10</b>	<b>51,80</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>42,81</b>	<b>39,58</b>	<b>1199,82</b>	<b>169,50</b>	



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

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	338,85	316,14	1682,48	10964,09
Среднее значение за период	33,89	31,61	168,25	1096,41

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.  
 Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016. - 640 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.