УТВЕРЖДАЮ:
Директор:
_____

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР: МКОУ "Лонуховская СОШ"
Ветр Ветрова О.В.

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

Утверждаю:
Директор: ОПТИМА»

Согласовано:
Директор:

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	150	7,80	7,40	28,30	200,55	101	
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
Итого за прием пищи:	**350**	**13,50**	**16,40**	**59,10**	**434,35**		
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	
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	
Итого за прием пищи:	**520**	**12,71**	**9,08**	**52**	**305,52**		
Полдник							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30	85 а	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
Итого за прием пищи:	**330**	**7,40**	**4,60**	**39,86**	**234,88**		
Всего за день:	**1200**	**33,61**	**30,08**	**150,96**	**974,75**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	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
Итого за прием пищи:	**345**	**11,65**	**18,12**	**49,60**	**370,40**		
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 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	
Итого за прием пищи:	**560**	**14,11**	**11,24**	**78,30**	**439,22**		
Полдник							
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
Итого за прием пищи:	**300**	**4,10**	**4,00**	**59,90**	**295,80**		
Всего за день:	**1205**	**29,86**	**33,36**	**187,80**	**1105,42**		

Утверждаю:

Директор:

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
Итого за прием пищи:	**350**	**8,11**	**15,70**	**65,90**	**453,00**		
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 КРУПОЙ (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 ГРЕЧНЕВАЯ 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	
Итого за прием пищи:	**540**	**17,47**	**9,84**	**71,84**	**449,82**		
Полдник							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00	26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	**320**	**2,26**	**0,95**	**24,94**	**118,14**		
Всего за день:	**1210**	**27,84**	**26,49**	**162,68**	**1020,96**		

10-тидневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
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
Итого за прием пищи:	**350**	**11,40**	**10,80**	**49,50**	**339,90**		
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	
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	
Итого за прием пищи:	**500**	**27,61**	**23,98**	**71,30**	**599,22**		
Полдник							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60	154	
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
Итого за прием пищи:	**280**	**12,40**	**11,10**	**37,90**	**282,80**		
Всего за день:	**1130**	**51,41**	**45,88**	**158,70**	**1221,92**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: Ветрова О.В.

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
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
Итого за прием пищи:	**345**	**10,70**	**15,02**	**45,70**	**299,22**		
Обед							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,10	2,20	6,60	53,60	135	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	60/30	6,00	5,80	13,45	137,00	455/363	
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330	100	9,60	4,60	21,30	167,00	330	2004
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	
Итого за прием пищи:	**530**	**19,51**	**13,00**	**70,85**	**490,42**		
Полдник							
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
Итого за прием пищи:	**200**	**4,86**	**7**	**37,6**	**232,1**		
Всего за день:	**1075**	**35,07**	**35,02**	**154,15**	**1021,74**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: Ветр, Ветрова О.В.

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
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 МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
Итого за прием пищи:	**350**	**10,20**	**11,60**	**55,10**	**367,80**		
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	
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	
Итого за прием пищи:	**540**	**14,77**	**11,14**	**59,34**	**363,92**		
Полдник							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227	64	7,82	7,11	0,42	97,56	227	2016
ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5	50	0,90	4,30	3,80	57,70	5	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	**294**	**11,06**	**11,71**	**29,98**	**270,34**		
Всего за день:	**1184**	**36,03**	**34,45**	**144,42**	**1002,06**		

Утверждаю:

Директор: _____

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор: _____

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецен-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	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
Итого за прием пищи:	**350**	**12,25**	**17,60**	**62,00**	**467,70**		
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 КРУПОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	50	8,00	7,20	8,30	130,80	322	2016
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	110	4,10	6,70	25,00	179,30	219	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	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	68	
Итого за прием пищи:	**530**	**16,97**	**16,08**	**75,40**	**517,22**		
Полдник							
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	**200**	**4,7**	**7**	**37,5**	**230,6**		
Всего за день:	**1080**	**33,92**	**40,68**	**174,90**	**1215,52**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор: _____

Согласовано: МКОУ

Директор: Ветр Ветрова О.В.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80	103	
КОФЕЙНЫЙ 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
Итого за прием пищи:	**345**	**14,15**	**19,62**	**48,90**	**389,70**		
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 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	
Итого за прием пищи:	**520**	**14,11**	**8,44**	**55,90**	**326,72**		
Полдник							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30	85 а	
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	
Итого за прием пищи:	**320**	**6,46**	**4,50**	**34,94**	**210,02**		
Всего за день:	**1185**	**34,72**	**32,56**	**139,74**	**926,44**		

Утверждаю:

Директор:

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62	85	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	**350**	**9,50**	**15,82**	**51,30**	**327,12**		
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ).(говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60	304	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53 а	
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	
Итого за прием пищи:	**530**	**14,31**	**12,60**	**68,00**	**441,32**		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	4,90	37,20	208,50	9	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
Итого за прием пищи:	**300**	**6,50**	**7,2**	**58,4**	**327,3**		
Всего за день:	**1180**	**30,31**	**35,62**	**177,70**	**1095,74**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
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
Итого за прием пищи:	**350**	**11,40**	**10,80**	**49,50**	**339,90**		
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	
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	
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	
Итого за прием пищи:	**500**	**26,51**	**23,98**	**58,70**	**548,22**		
Полдник							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60	154	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
Итого за прием пищи:	**280**	**13,20**	**11,90**	**39,30**	**298,70**		
Всего за день:	**1130**	**51,11**	**46,68**	**88,80**	**1186,82**		

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	**363,88**	**360,82**	**1539,85**	**10771,37**
Среднее значение за период	**36,39**	**36,08**	**153,99**	**1077,14**

Сборник рецептур 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 рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под ред. В.Т. Лапшиной,-М.:Хлебпродинформ,2004.-640 с.

Сборник рецептур 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.