У Т В Е Р Ж Д А Ю:
Директор

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР

10-ти дневное меню
для обеспечения питанием
детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю
Директор ООО"Союз-К"

Согласовано
Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	7,5	8,2	33,8	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,2	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**430**	**13,4**	**17,9**	**68,6**	**503,8**
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**	**0,4**	**0,4**	**9,5**	**45,6**
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	1,5	4,0	7,2	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70	11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**710**	**26,2**	**22,5**	**107,1**	**744,6**
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
Итого за прием пищи:	**250**	**5,3**	**5,0**	**55,4**	**290,2**
Всего за день:		**45,3**	**45,8**	**240,6**	**1 584,2**

Утверждаю
Директор ООО "Союз-К"

Согласовано
Директор Востроногову Е С

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**	**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ № 87	200	4,4	4,2	13,1	107,8
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	22,2	25,9	13,6	374,8
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**	**29,3**	**28,8**	**87,0**	**720,6**
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за прием пищи:	**250**	**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:		**44,9**	**46,0**	**203,2**	**1 420,7**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**	**8,9**	**13,6**	**70,7**	**455,5**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80	8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**	**19,1**	**9,2**	**85,0**	**507,4**
Полдник					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**	**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:		**32,0**	**25,6**	**231,1**	**1 304,1**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор Востроногец Е.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	**440**	**11,3**	**9,2**	**61,2**	**377,4**
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**	**0,9**	**0,2**	**7,9**	**41,7**
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70	9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**725**	**20,7**	**20,4**	**101,9**	**686,2**
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,5	0,1	28,3	116,4
Итого за прием пищи:	**250**	**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:		**34,8**	**31,6**	**238,0**	**1 398,7**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**	**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200	1,5	3,0	8,8	71,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**	**32,1**	**30,9**	**91,9**	**781,3**
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**	**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:		**47,7**	**48,1**	**208,1**	**1 481,4**

Утверждаю
Директор ООО "Союз-К"

Согласовано
Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	7,5	8,2	33,8	245,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**	**10,7**	**12,0**	**63,3**	**416,0**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	1,5	4,0	7,2	71,6
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80	8,7	4,1	2,2	80,0
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330	130	2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**	**18,3**	**11,0**	**76,0**	**484,6**
Полдник					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**	**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:		**33,0**	**25,8**	**214,7**	**1 241,8**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**	**12,7**	**20,6**	**77,5**	**564,4**
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**	**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150	12,5	11,5	15,1	216,6
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**	**20,0**	**14,3**	**85,0**	**552,4**
Полдник					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,5	0,1	28,3	116,4
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**	**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:		**36,1**	**37,2**	**250,5**	**1 506,2**

Утверждаю
Директор ООО "Союз-К"

Согласовано
Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200	5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	102,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**	**14,1**	**12,2**	**73,2**	**466,0**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70	9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**695**	**21,0**	**18,6**	**113,8**	**711,7**
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**	**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:		**40,4**	**36,2**	**259,1**	**1 546,9**

Утверждаю
Директор ООО "Союз-К"

Согласовано
Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**452**	**9,1**	**12,6**	**49,7**	**358,8**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200	1,9	2,2	13,5	81,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70	9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180	0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**	**29,7**	**28,8**	**81,8**	**705,0**
Полдник					
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**	**3,2**	**2,4**	**47,5**	**224,7**
Всего за день:		**42,8**	**44,0**	**193,7**	**1 351,1**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за прием пищи:	**455**	**12,3**	**12,9**	**66,8**	**440,6**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**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)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**	**32,1**	**31,9**	**89,0**	**778,2**
Полдник					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**	**1,4**	**1,7**	**54,2**	**238,9**
Всего за день:		**46,6**	**46,7**	**224,7**	**1 520,3**

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	403,6	457,0	2 263,7	14 355,4
Среднее значение за период	40,4	45,7	226,4	1435,5

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. - 640с.

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