

УТВЕРЖДАЮ:
Директор



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

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР



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

1 день



Согласовано
Директор

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витаминизация			
Завтрак								
КАША ВЯЖАЯ МОЛОЧНАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150	6,8	9,8	30,0		238,5	168	2011
КОФЕЙНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,5	1,5	10,6		64,3	395	2011
МАСЛО (ПОРЦИЙ) №6	10	0,1	7,3	0,1		74,8	6	2011
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4		78,6	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	340	11,7	19,5	56,1		456,2		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5		45,6	368	2011
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)	30	0,5	0,1	2,7		12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,9	3,8	6,2		61,2	67	2011
ПЕЩЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) № 287	70	9,1	10,3	8,4		166,0	287	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ № 348	30	0,4	1,4	2,0		24,5	348	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,2	4,6	28,0		182,7	165	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3		45,0	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0		47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5		40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	580	20,9	20,4	77,1		580,5		
Полдник								
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7		177,0	ТТК № 10	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	0,2	0,0	11,4		46,5	393	2011
Итого за прием пищи:	200	1,6	1,7	50,1		223,5		
Всего за день:		34,6	42,0	192,8		1 305,8		



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



2 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	150	4,1	4,2	38,4	183,0	175	2011	
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011	
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5		
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011	
Итого за прием пищи:	340	6,5	12,4	59,2	381,4			
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №299	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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011	
РАТУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130	8,3	8,2	12,9	155,5	289	2011	
КИСЕЛЬ №247	150	1,1	0,0	24,2	97,5	247	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	500	14,3	10,4	70,0	422,4			
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011	
Итого за прием пищи:	200	3,8	4,9	48,8	255,0			
Всего за день:		25,4	27,9	192,7	1121,4			

Утверждено
Директор _____

3 день

Согласовано
Директор _____



Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества:			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150	4,3	7,4	30,9	213,4	174	2011
МАСЛО (ТОРЦИЙМИД) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	0,2	0,0	11,4	46,5	393	2011
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	335	6,8	11,9	57,7	375,9		
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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свежая отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ (пшено) №80	150	1,4	1,7	10,1	61,4	80	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №45	70	9,0	11,6	9,1	179,6	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	6,7	25,0	179,3	205	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	550	17,8	20,4	76,7	566,4		
Полдник							
БУТЕРБРОД С ПОВИДИЛОМ № 2	40	2,6	0,2	21,8	93,9	2	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,7	13,1	89,1	397	2016
Итого за прием пищи:	190	5,7	2,8	34,8	183,0		
Всего за день:		31,1	35,2	183,9	1 187,9		



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

4 дня



Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамин А, мкг			
Завтрак								
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННА) №185	150	4,5	2,1	24,3	134,0	185	2011	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,5	1,5	10,6	64,3	395	2011	
МАСЛО (ПОРЦИЙНЫ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011	
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5		
Итого за прием пищи:	335	9,3	8,1	50,3	314,3			
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011	
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 каштаная, или огурец соленый, или свежая отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 12,3,4,5		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150	1,2	3,0	7,5	61,8	57	2011	
ПИЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130	22,0	20,5	19,0	340,7	304	2011	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	500	26,5	23,9	59,3	550,1			
Полдник								
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10		
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	150	2,3	1,9	11,7	73,2	394	2011	
Итого за прием пищи:	200	3,7	3,6	50,4	250,2			
Всего за день:		39,9	36,0	169,5	1 160,2			

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

5 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150	4,3	4,2	14,8	116,3	93	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011
Итого за прием пищи:	335	6,6	8,7	41,5	277,3		
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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,1	2,2	6,6	53,6	135	2004
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ № 305	70	11,5	11,6	11,5	197,7	305	2011
КАПША ГРЕНЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,2	4,6	28,0	182,7	165	2011
КИСЕЛЬ №247	150	1,1	0,0	24,2	97,5	247	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	550	23,2	18,8	91,5	632,6		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,7	13,1	89,1	397	2016
Итого за прием пищи:	200	6,9	7,6	50,3	297,6		
Всего за день:		37,5	35,3	198,0	1 270,1		



Согласовано
 Директор: _____
 6 день

6 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белка, г	Жира, г	Углебоды, г	Вода, г			
Завтрак								
КАША ЖЕЛТКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,5	2,1	24,3	134,0	185	2011	
МАСЛО (ТОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,5	1,5	10,6	64,3	395	2011	
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5		
Итого за прием пищи:	335	9,3	8,1	50,3	314,3			
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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)								
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,9	3,8	6,2	61,2	67	2011	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	70	9,0	4,9	4,6	92,5	390	2004	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	110	3,0	3,8	19,4	97,0	125	2011	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	550	17,2	12,8	62,9	398,3			
Подник								
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9		
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011	
Итого за прием пищи:	200	3,8	4,9	48,5	253,5			
Всего за день:		31,1	26,0	176,4	1 028,7			

Исходящий № 100-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет



Составлено
 Директор
 № 01

7 день

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150	4,3	7,4	30,9	213,4	174	2011	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,7	13,1	89,1	397	2016	
МАСЛО (ТОРЦИЙМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011	
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5		
Итого за прием пищи:	340	9,7	18,2	59,5	455,9			
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011	
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)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150	1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ № 305	70	11,5	11,6	11,5	197,7	305	2011	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,2	4,6	28,0	182,7	165	2011	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	0,2	0,0	11,4	46,5	393	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6		
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	550	23,0	18,4	84,2	598,9			
Полдник								
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (квас) №376	150	0,3	0,1	21,2	87,4	376	2011	
Итого за прием пищи:	200	1,7	1,8	59,9	264,4			
Всего за день:		34,8	38,8	213,1	1364,8			



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

8 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	150	4,4	5,1	27,6	177,4	175	2011	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2	40	2,6	0,2	21,8	93,9	2	2004	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №995	150	2,5	1,5	10,6	64,3	395	2011	
Итого за прием пищи:	340	9,5	6,8	60,0	335,6			
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №99	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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) № 287	70	9,1	10,3	8,4	166,0	287	2011	
СОУС ТОМАТНЫЙ № 348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	6,7	25,0	179,3	205	2011	
КИСЕЛЬ №247	150	1,1	0,0	24,2	97,5	247	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	580	19,6	20,6	92,5	636,7			
Полдник								
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011	
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	2011	
Молочный коктейль	200	3,1	2,8	9,0	308,1			
Итого за прием пищи:	400	6,9	7,7	57,5	561,6			
Всего за день:		36,8	35,3	224,7	1 596,5			

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

9 день



Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Сух. в-ва, 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	169,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011
Итого за прием пищи:	350	7,5	11,7	46,3	330,8		
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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свежая отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (пшено) №80	150	1,4	1,7	10,1	61,4	80	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина)	70	9,0	11,6	9,1	179,6	455	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	110	3,0	3,8	19,4	97,0	125	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ячмень) №376	150	0,3	0,1	21,2	87,4	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	550	17,0	17,6	81,0	526,5		
Подник							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2	40	2,6	0,2	21,8	93,9	2	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	150	2,3	1,9	11,7	73,2	394	2011
Итого за прием пищи:	190	4,9	2,1	33,5	167,1		
Всего за день:		30,2	31,6	175,5	1 087,0		



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

10 день

Составлено
Директор _____



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАЛДЖА) №185	150	4,5	2,1	24,3	134,0	185	2011
МАСЛО (ПОРЦИОН) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5	
КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,5	1,5	10,6	64,3	395	2011
Итого за прием пищи:	335	9,3	8,1	50,3	314,3		
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 свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свежая отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150	1,2	3,0	7,5	61,8	57	2011
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	70	9,0	4,9	4,6	92,5	390	2004
РИС ОТВАРНОЙ № 304	110	2,5	4,0	28,5	160,9	304	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150	0,0	0,0	11,3	45,0	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	550	16,0	12,3	73,1	461,3		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,7	13,1	89,1	397	2016
Итого за прием пищи:	200	6,9	7,6	50,3	297,6		
Всего за день:		33,0	28,1	188,3	1 135,8		

Составлено
Директор _____

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

Итого	Итого				ккал
	б	ж	уг	ккал	
Итого за период	334,2	335,9	1 914,7	12 258,0	
Среднее значение за период	33,4	33,6	191,5	1 225,8	

Составлено
Директор _____

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Моргиляного и В.А. Тугельяна - М.: Делта принт, 2011. - 584с.
Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной - М.: Углекродинформ, 2004. - 640с.

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта принт, 2008. - 276с. Сярухин И.М., Тугельян В.А.