УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МДОУ «Детский сад №52 «Чебурашка»
Исакова Н.И.
Приказ № 81 от «03» июня 2024 г.

Десятидневное меню
для питания воспитанников дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием
на летне-осенний период 2024 г.
по Новоалександровскому району

№№ рецептур	Наименование готовых блюд	Ранний (от 1 до3 лет) Выход (г, мл)	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	Дошкольный (от 3 до 7 лет) Выход (г, мл)	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
	1 день												
	Завтрак												
424	Яйцо отварное	**1 шт./40**	5,08	4,6	0,3	63,0	0	**1 шт./40**	5,08	4,6	0,3	63,0	0
148	Рагу овощное	**100**	4,29	6,22	15,34	124,25	21,13	**120**	5,15	7,46	18,43	149,1	25,36
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		11,05	11,11	33,05	268,95	21,17		12,73	12,5	42,37	324,8	25,41
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан)(рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
87	Суп картофельный с горохом	**150**	1,63	3,12	15,55	94,3	6,45	**250**	2,8	5,18	24,77	156,5	10,75
	Жаркое по - домашнему	**50/110**	19,58	5	17,41	192,4	6,83	**70,130**	24,48	6,25	21,75	240,5	8,5
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		7,27	8,13	62,75	378,78	23,92		10,51	11,36	83,76	520,7	31,71
	Полдник												
419	Молоко кипяченое	**150**	4,35	3,75	7,2	81,0	1,95	**180**	5,22	4,5	8,64	97,2	2,34
424	Булочка домашняя	**50**	2,26	5,47	19,6	136,9	0	**70**	3,36	8,2	29,12	204,6	0
	ИТОГО:		6,61	9,22	26,8	217,9	1,95		8,58	12,7	37,76	301,8	2,34
	ВСЕГО за 1 день:		25,26	28,46	134,27	916,43	50,04		32,22	36,56	177,89	1208,3	63,06

					2 день								
	Завтрак												
100	Суп молочный с макаронными изделиями	**150**	3,39	3,03	12,63	111,6	0,98	**200**	4,52	4,03	16,81	148,1	1,3
1	Хлеб пшеничный с маслом	**20/5**	1,65	3,6	8,45	42,4	0	**30/7**	2,47	5,16	12,6	118,2	0
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	ИТОГО:		5,12	6,65	30,09	188,7	1,02		7,09	9,22	40,45	308,5	1,35
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан) (рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
71 2005г.	Овощи натуральные свежие	**30**	0,28	0,04	1,19	4,9	3,5	**60**	0,56	0,08	2,38	9,8	7
73	Щи из свежей капусты с картофелем	**150**	1,19	3,1	5,89	55,4	30,69	**250**	1,9	5,51	9,15	92,5	51,15
281	Зразы рыбные рубленные	**60**	7,41	7,79	9,52	140,17	1,15	**80**	9,87	10,38	12,69	186,9	1,53
198	Каша (вязкая)- гарнир	**120**	3,7	3,62	19,63	124,2	0	**150**	4,63	4,53	24,54	155,25	0
366	Соус красный основной	**30**	0,21	1,21	2,40	21,96	1	**50**	0,36	2,02	4,0	36,6	1,6
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		16,25	16,31	70,2	520,53	36,64		22,42	23,35	99,47	608,45	61,64
	Полдник												
330	Кефир	**150**	4,2	4,8	6,2	84,8	0,11	**180**	5,04	5,76	7,44	101,8	0,13
	Печенье	**30**	2,25	3,54	22,5	125,1	0	**40**	3,0	4,72	29,96	166,8	0
	ИТОГО:		6,45	8,34	28,7	209,9	0,11		8,04	10,48	37,4	268,6	0,13
	ВСЕГО за 2 день:		28,02	31,5	133,3	938,93	44,27		37,85	43,35	183,79	1215,25	72,87

3 день

	Завтрак												
243, 244	Вареники с картофелем (полуфабрикат) и маслом	**100/5**	73	9,5	21,44	263,9	0,33	**120/6**	88	11,4	25,72	316,68	0,39
943	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	ИТОГО:		73,08	9,52	30,45	298,6	0,37		88,1	11,43	36,76	358,88	0,44
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	(рекомендуемый)												
	Обед												
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	**150**	1,69	1,42	13,16	71,3	5,5	**250**	2,82	2,37	21,93	118,83	9,17
318	Птица , тушеная в соусе	**40/40**	13,98	12,68	6,02	195,2	2,41	**60/60**	16,78	15,22	7,22	234,2	2,89
339	Картофельное пюре	**100**	2,18	4,46	5,63	110,58	17,17	**120**	2,61	5,35	18,75	132,7	20,6
	Напиток из груши дички (шиповника)	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		21,32	19,11	52,42	515,08	28,08		27,29	23,77	85,38	674,13	36,26
	Полдник												
878	Кисель из сока	**150**	2,88	0	25,42	116,0	1,01	**180**	3,45	0	30,3	139,2	1,2
443	Крендель сахарный	**50**	2,81	5,2	24,03	153,94	0	**70**	4,19	7,81	36,02	230,5	0
	ИТОГО:		5,69	5,2	49,45	269,94	1,01		7,64	7,81	66,32	369,7	1,2
	ВСЕГО за 3 день:		100,42	33,83	143,99	1083,62	32,46		123,13	43,01	199,5	1463,71	41,5

4 день

	Завтрак												
199	Каша жидкая молочная с маслом сливочным	**150**	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	**200**	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		5,97	6,51	49,69	281,9	1,02		8,12	8,99	67,69	385,3	1,35
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан) (рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
71 2005г.	Овощи натуральные свежие	**30**	0,28	0,04	1,19	4,9	3,5	**60**	0,56	0,08	2,38	9,8	7
63	Борщ с картофелем и капустой	**150**	1,26	5,97	7,06	85	6,5	**250**	2,08	4,88	11,49	141,38	10,83
601	Плов из говядины	**33/100**	12,50	13,60	24,77	274,07	4,17	**40/120**	15,15	16,48	30,02	332,2	5,05
878	Кисель из сока	**150**	2,88	0	25,42	116,0	1,01	**180**	3,45	0	30,3	139,2	1,2
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		20,06	20,16	74,38	567,17	15,18		25,92	22,27	111,67	810,98	27,68
	Полдник												
416	Какао с молоком	**150**	2,64	2,13	14,88	87,6	0,98	**180**	3,14	2,56	17,85	105,1	1,3
3	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	**20/5/10**	6,6	5,4	8,5	127,7	0,07	**30/5/15**	9,9	8,01	12,7	191,6	0,11
	ИТОГО:		9,24	7,53	23,38	215,3	1,05		13,04	10,57	30,55	296,7	1,41
	ВСЕГО за 4 день:		35,6	34,2	159,12	1115,17	20,25		47,48	41,83	223,91	1553,98	34,04

5 день

	Завтрак												
199	Каша жидкая молочная с маслом сливочным	**150**	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	**200**	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
414	Кофейный напиток	**150**	1,18	0,97	13,52	65,3	0,49	180	1,55	1,28	16,22	80,6	0,65
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		7,07	7,46	54,2	312,5	1,47		9,57	10,24	72,87	423,7	1,95
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан) (рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
86	Суп картофельный с крупой	**150**	1,87	1,72	14,03	78,5	6,51	**250**	3,12	2,87	23,28	130,83	10,85
310	Пельмени «Сибирские» отварные с маслом	**120/4/5**	10,02	16,72	24,81	316	0,06	**150/6/5**	12,52	20,9	31,01	359	0,07
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		15,35	18,99	70,41	568,4	6,87		20,74	24,6	94,53	721,33	11,28
	Полдник												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	Пряник	**30**	2,25	3,54	22,5	125,1	0	**50**	3,0	4,72	29,96	166,8	0
	ИТОГО:		2,25	3,54	22,5	125,1	0		3	4,72	29,96	166,8	0
	ВСЕГО за 5 день:		25,2	30,19	163,09	1076,6	17,84		34,01	39,86	217,83	1402,53	26,58

6 день

	Завтрак												
229	Омлет натуральный	**60/5**	5,93	9,4	0,35	115,9	0,22	**80/5**	7,85	13,4	0,47	154,1	0,31
50	Икра кабачковая	**40**	0,32	1,6	1,72	22,0	2,8	**60**	0,6	2,4	2,58	33	4,2
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		7,93	11,29	19,48	219,6	3,06		10,95	16,24	26,69	299,8	4,56
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	(рекомендуемый)												
	Обед												
82	Рассольник ленинградский	**150**	1,88	2,75	8,93	119,5	8,63	**250**	2,5	3,67	11,91	159,3	11,53
218, 335	Макаронные изделия отварные	**60**	2,14	1,71	13,7	80,64	0	**80**	3,0	2,39	19,19	112,9	0
608	Котлета, шницель говяжья	**50**	8,34	9,36	8,46	162,5	1,21	**70**	11,69	12,85	11,84	227,5	1,69
373	Соус сметанный с томатом	**30**	0,22	1,21	2,4	21,96	0,01	**50**	0,36	2,02	4,0	36,6	0,02
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		16,04	15,58	65,06	558,5	10,15		22,65	21,76	87,18	767,8	13,6
	Полдник												
419	Молоко кипяченое	**150**	4,35	3,75	7,2	81,0	1,95	**180**	5,22	4,5	8,64	97,2	2,34
452	Булочка домашняя	**40**	2,26	5,47	19,6	136,9	0	**60**	3,36	8,2	29,12	204,6	0
	ИТОГО:		6,61	9,22	26,8	217,9	1,95		8,58	12,7	37,76	301,8	2,34
	ВСЕГО за 6 день:		30,91	36,09	123,01	1046,8	18,16		42,58	50,7	165,63	1430,4	24,1

7 день

	Завтрак												
199	Каша жидкая молочная с маслом сливочным	**150**	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	**200**	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		5,97	6,51	49,69	281,9	1,02		8,12	8,99	67,69	385,3	1,35
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан) (рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
71 2005г.	Овощи натуральные свежие	**30**	0,28	0,04	1,19	4,9	3,5	**60**	0,56	0,08	2,38	9,8	7
63	Борщ с картофелем и капустой	**150**	1,26	5,97	7,06	85	6,5	**250**	2,08	4,88	11,49	141,38	10,83
276	Тефтели мясные	**50/30**	6,45	6,68	11	130	0,64	**70/30**	8,06	8,35	13,4	162,9	0,8
182	Каша (вязкая) гарнир	**80**	2,06	2,42	13,10	83	0	**100**	2,57	3,02	16,36	103,5	0
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		13,51	15,66	63,92	476,8	10,94		18,37	17,16	83,87	649,08	18,99
	Полдник												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
432	Оладьи со сметаной или повидлом	**40/15**	2,54	2,24	20,91	125,7	0	**60/20**	3,81	3,36	31,37	187,9	0
	ИТОГО:		2,87	2,24	32,58	176,5	3		4,21	3,36	45,37	248,9	3,6
	ВСЕГО за 7 день:		22,55	24,61	150,5	955	21,46		31	29,81	203,4	1312,98	33,69

8 день

226	**Лапшевник с творогом и молоком сгущённым**	**100/15**	6,45	7,05	27,8	213,17	0,17	**120/25**	7,74	8,46	33,36	255,8	0,20
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	ИТОГО:		6,53	7,07	36,81	247,87	0,21		7,84	8,49	44,4	298	0,25
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	(рекомендуемый)												
	Обед												
91	Суп картофельный с крупой	**150**	2,48	3,01	14,4	94,0	5,6	**250**	4,13	5,02	24	156,6	9,3
317	Птица отварная	**50**	12,91	9,71	0	139	0	**60**	15,49	11,65	0	166,8	0
340	Пюре картофельное с морковью	**100**	1,9	3,08	12,01	83,4	10,5	**120**	2,28	3,7	14,41	100,1	12,6
366	Соус красный основной	**30**	0,21	1,21	2,40	21,96	1	**50**	0,36	2,02	4,0	36,6	1,6
400	Кисель из сока	**150**	2,88	0	25,42	116,0	1,01	**180**	3,45	0	30,3	139,2	1,2
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		23,52	17,56	70,17	541,56	18,11		30,39	23,22	96,19	726,7	12,1
	Полдник												
416	Какао с молоком	**150**	2,64	2,13	14,88	87,6	0,98	**180**	3,14	2,56	17,85	105,1	1,3
3	Хлеб пшеничный с маслом	**20/5**	1,65	3,6	8,45	42,4	0	**30/5**	2,47	5,16	12,6	118,2	0
	ИТОГО:		4,29	5,73	23,33	130	0,98		5,61	7,72	30,45	223,3	1,3
	ВСЕГО за 8 день:		34,67	30,36	141,98	954,13	22,3		38,63	39,43	88,85	1085,7	17,25

9 день													
	Завтрак												
209	Каша жидкая молочная с маслом сливочным	**150**	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	**200**	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
411	Чай с сахаром	**150/7**	0,08	0,02	9,01	34,7	0,04	**180/10**	0,1	0,03	11,04	42,2	0,05
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**30**	2,4	0,41	12,6	70,5	0
	ИТОГО:		5,97	6,51	49,69	281,9	1,02		8,12	8,99	67,69	385,3	1,35
	2-й завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан)(рекомендуемый)	**50**	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	**75**	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
71 2005г.	Овощи натуральные свежие	**30**	0,28	0,04	1,19	4,9	3,5	**60**	0,56	0,08	2,38	9,8	7
87	Суп картофельный с горохом	**150**	1,63	3,12	15,55	94,3	6,45	**250**	2,8	5,18	24,77	156,5	10,75
258	Рыба припущенная с овощами	**60**	4,59	0,61	1,91	31,50	0,60	**80**	6,12	0,81	2,54	42,00	0,77
136	Картофель отварной	**100**	22,01	3,69	14,15	102	15	**120**	2,41	4,43	17	122	18
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		31,97	8,01	64,37	406,6	25,85		16,99	11,33	86,93	561,8	36,88
	Полдник												
420	Кефир	**150**	4,2	4,8	6,2	84,8	0,11	**180**	5,04	5,76	7,44	101,8	0,13
	Печенье	**30**	2,25	3,54	22,5	125,1	0	**40**	3,0	4,72	29,96	166,8	0
	ИТОГО:		6,45	8,34	28,7	209,9	0,11		8,04	10,48	37,4	268,6	0,13
	ВСЕГО за 9 день:		44,59	23,06	147,07	918,2	33,48		33,45	30,8	198,49	1245,4	48,11

10 день

	Завтрак												
203	Запеканка рисовая с творогом	**100/30**	12,32	11,26	28,54	214,08	0,10	**120/50**	14,78	13,51	34,25	256,9	0,12
414	Кофейный напиток	**150**	1,18	0,97	13,52	65,3	0,49	180	1,55	1,28	16,22	80,6	0,65
	ИТОГО:		13,5	12,23	42,06	279,38	0,59		16,33	14,79	50,47	337,5	0,77
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый	**150**	0,33	0	11,67	50,8	3,0	**180**	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	(рекомендуемый)												
	ОБЕД												
71 2005г.	Овощи натуральные свежие	**30**	0,28	0,04	1,19	4,9	3,5	**60**	0,56	0,08	2,38	9,8	7
73	Щи из свежей капусты с картофелем	**150**	1,19	3,1	5,89	55,4	30,69	**250**	1,9	5,51	9,15	92,5	51,15
582 2003г	Печень говяжья по - строгановски	**40/40**	11,01	5,42	3,24	144,2	20,28	**50/50**	13,79	6,78	4,12	180,7	25,35
218, 219	Макаронные изделия отварные	**60**	2,14	1,71	13,7	80,64	0	**80**	3,0	2,39	19,19	112,9	0
868	Компот из смеси фруктов	**150**	0,32	0	15,63	86,7	0,3	**180**	0,42	0	16,76	104,1	0,36
	Хлеб пшеничный	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0	**20**	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	1,54	0,28	7,54	40,2	0	**40**	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		18,08	10,82	55,59	459,04	54,77		24,35	15,59	75,08	627,4	83,86
	Полдник												
416	Какао с молоком	**150**	2,64	2,13	14,88	87,6	0,98	**180**	3,14	2,56	17,85	105,1	1,3
443	Крендель сахарный	**50**	2,81	5,2	24,03	153,94	0	**70**	4,19	7,81	36,02	230,5	0
	ИТОГО:		5,45	7,33	38,91	241,54	0,98		7,33	10,37	53,87	335,6	1,3
	ВСЕГО за 10 день:		37,36	30,38	148,23	1030,76	59,34		48,41	40,75	193,42	1361,5	89,53
	ВСЕГО за 10 дней:		384,58	302,68	1444,56	10035,64	319,6		468,76	356,67	1852,71	13279,75	450,73
	ИТОГО за 1 день:		38,458	30,268	144,456	1003,564	31,96		46,876	35,667	185,271	1327,975	45,073
	Содержание Б, Ж, У в % от калорийности		**85**	**64**	**71**	**72**			**88**	**59**	**72**	**73**	

Составлено на основании: сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для общественного питания (авторы: А.И. Здобный, В.А. Циганенко, М.И. Пересечный 2003г.); сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей 2005г, 2011г. (авторы: М.П. Могильный, В.П. Тутельян); справочника «Химический состав пищевых продуктов» под редакцией И.М. Скурихина, М.Н. Волгарева., Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях 2016г. (авторы; М.П. Могильный, В.П. Тутельян)

Меню составила технолог: _____ А.В. Данилова