

ООО «Объединит — Юз»

346513, Ростовская область, г. Шахты, ул. Ионова 112, Тел. 26 - 54 - 32.

Тел. 8 - 919 - 875 - 02 - 25. ИНН 6155923098 КПП 615501001

Согласовано: _____

Утверждаю 04.10.2021г.

Заведующий И.Ю.Иванов

Директор ООО «Объединит-Юз»



Handwritten signature: *W. Bouquard*

Полупанов Сергей Николаевич

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

Возрастная категория 3-8 лет, режим пребывания 10ч

Возрастная категория 3-8 лет, режим пребывания 12ч

(осенне-зимнее)

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

ООО "Общепит-Юг"

Директор
Полупанов СН

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Категория: сад 12ч

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День 1							
274	ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,48	6,34	18,18	152,05
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
503	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			430	9,88	11,44	50,88	336,12
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
887у	ОБЕД	Суп с макаронными изделиями на кур. бул.	180	4,03	4,03	16,27	115,96
3197у	ОБЕД	Птица тушеная в соусе с овощами	150	8,85	13,23	14,43	209,49
121	ОБЕД	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит. С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			640	19,11	23,28	81,76	606,72
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
561	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	11,74	8,85	35,49	269,83
268	УЖИН	Каша манная молочная жидкая	200	4,32	5,00	33,80	197,48

509	УЖИН	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	9,47	10,86	76,13	440,82
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1980	51,2	54,43	264,46	1737,93

День 2

262	ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая молочная	150	8,25	9,15	8,85	150,75
505	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
118	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			485	12,59	16,15	40,48	358,4

537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44

137	ОБЕД	Суп картофельный с фрикадельками (мясными) 155/25	180	4,00	5,92	7,47	99,56
428	ОБЕД	Калуста тушеная	130	4,68	5,46	1,82	121,94
299	ОБЕД	Котлеты рубленые (мясные)	70	3,64	2,24	31,64	147,28
51.	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40
520	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	18,31	17,67	89,31	627,47

327	ПОЛДНИК	Сырники из творога запеченные с соусом молочным 100/73	173	3,93	11,20	14,30	173,72
535	ПОЛДНИК	Кефир.	180	5,22	4,50	7,20	95,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	9,15	15,7	21,5	269,12

201	УЖИН	Рагу из овощей	200	5,00	10,20	11,80	201,00
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
306	УЖИН	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	15,56	22,88	39,02	458,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2198	56,61	72,4	210,51	1798,24

День 3							
--------	--	--	--	--	--	--	--

273	ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	160	1,60	1,76	19,52	100,30
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
508	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,62	2,94	16,80	118,48
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			420	7,39	8,56	62,25	366,6

118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	1,5	0,1	22,07	96
150	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми(фасолью) на кур/б	180	6,46	6,75	10,51	128,65
297	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	20,40	76,95
410	ОБЕД	Курица в соусе томатном	80	8,64	8,96	10,88	158,71
17	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,02	7,98	3,06	88,80
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
176	ОБЕД	Гренки из пшеничного хлеба	25	2,81	0,33	17,43	83,55
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		685	23,44	24,68	89,31	656,94
580	ПОЛДНИК	Булочка "Осенняя"	70	4,13	3,04	31,57	170,20
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	9,35	7,54	40,21	267,4
208	УЖИН	Картофель, запеченный в сметанном соусе	200	9,00	11,00	23,64	229,56
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
97	УЖИН	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		455	14,2	17,84	51,97	423,77
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1910	55,88	58,72	265,81	1810,71
День 4							
266	ЗАВТРАК	Каша манная) молочная жидкая	180	2,09	2,70	19,62	111,13
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
505	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
118	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	4,63	7,96	55,62	308,64
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	1	0	20,2	84,44
136	ОБЕД	Свекольник (с мясом, сметана) 154/18/8	180	4,39	5,11	13,03	115,79
348	ОБЕД	Рыба, тушеная в сметанном соусе	80	9,24	10,58	8,79	167,31
243	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	130	3,51	2,90	12,64	90,68
10	ОБЕД	салат из зеленого горошка (косервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит. С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		690	23,72	21,86	84,02	625,45

579	ПОЛДНИК	Коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20	163,03
535	ПОЛДНИК	Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
			250	10,09	9,33	34,56	262,93
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	6,10	11,80	23,82	225,88
241	УЖИН	Голубцы овощные с соусом молочным125/75	200	3,60	3,22	15,52	104,30
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	1,32	0,24	6,68	34,80
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	0,85	3,62	19,25	113,02
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	478
			460	11,87	18,88	65,27	1759,46
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			2110	51,31	58,03	259,67	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 5							
325	ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный(соус молочный100/73)	173	3,93	9,20	14,20	155,32
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
			408	10,59	17,8	37,23	351,49
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:							
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
			100	1,5	0,1	22,07	96
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			180	1,58	3,65	17,57	113,38
162	ОБЕД	Суп-лапша домашняя (курицей)155/25	180				
		Запеканка картофельная с печеню(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	39,50	273,95
164/ту	ОБЕД	салат из кукурузы (консервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65
12/ту	ОБЕД	Кисель из яблок + вит. С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
520	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
115	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			570	18,45	15,36	99,51	618,77
607	ПОЛДНИК	Вафли	70	1,54	5,74	26,67	164,50
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
			250	6,76	10,24	35,31	261,7
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			180	5,42	9,63	11,72	155,20
290	УЖИН	Пудинг маннй	50	2,60	3,25	22,75	130,65
490	УЖИН	Молоко стуженное	2005	0,20	0,00	15,02	58,76
503	УЖИН	Чай с сахаром	30	2,28	0,24	14,76	70,50
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	460	10,5	13,12	64,25	415,11
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			1838	47,8	56,62	258,37	1743,07
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 6							
297	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,53	88,78
513	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51

306	ЗАВТРАК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
		Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
121	ЗАВТРАК		480	14,46	18,2	55,37	417,99
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1,00	0,00	20,20	84,44
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1	0	20,2	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	3,28	4,30	9,04	86,20
133	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем на курб	180	11,43	11,37	33,09	280,41
411	ОБЕД	Плов из отварной птицы	150	1,14	5,34	4,62	71,40
53	ОБЕД	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,14	0,14	17,01	68,08
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблоко)+вит,С	180	1,98	0,36	10,02	52,20
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	3,04	0,32	19,68	94,00
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	21,01	21,83	93,46	652,29
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			640	6,52	4,35	26,85	172,63
561	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	5,22	4,50	8,64	97,20
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	11,74	8,85	35,49	269,83
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	5,72	4,32	36,82	209,04
254	УЖИН	Каша гречневая вязкая молочная	200	0,26	0,00	15,20	60,00
505	УЖИН	Чай с лимоном 182/8	200	0,85	3,62	19,25	113,02
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	1,32	0,24	6,68	34,80
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	8,15	8,18	77,95	416,86
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	56,36	57,06	282,47	1841,41
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2030				
День 7							
268	ЗАВТРАК	Каша "Дружба"(пшено, рис) молочная	150	1,80	3,30	30,30	158,08
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
118	ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			485	8,86	12,30	6313,00	401,25
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
139	ОБЕД	Рассольник ленинградский (с мясом)(сметаной)154/18/8	180	4,28	6,17	12,65	123,82
304т	ОБЕД	Тефтели мясные (молочный соус)	80	6,20	6,80	24,96	185,84
434	ОБЕД	Картофельное пюре	130	2,82	3,35	16,21	106,31
10	ОБЕД	салат из зеленого горошка (консервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80

527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит. С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			680	19,12	19,51	98,46	644,14
331	ПОЛДНИК	Вареники ленивые со сметанным соусом 100/73	173	10,20	8,20	16,20	179,39
535	ПОЛДНИК	Кефир,	180	5,22	4,50	7,20	95,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	15,42	12,7	23,4	274,79
222	УЖИН	Котлеты капустные (с сливочным маслом) 190/10	200	9,00	12,92	21,40	237,88
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			455	12,98	17,98	59,72	445,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2173	57,38	62,49	264,91	1850,52
День 8							
254	ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая молочная	180	3,35	2,09	34,94	171,94
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
503	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			440	5,72	5,95	75,89	378,52
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,5	0,1	22,07	96
149	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми гороховый (с мясом) 162/18	180	4,81	2,52	19,42	119,59
297	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	20,40	76,95
417	ОБЕД	Котлеты (куриные) припущенные	70	10,43	11,19	8,10	174,85
427	ОБЕД	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80
520	ОБЕД	Кисель из яблок + вит. С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			680	22,98	22,52	89,4	641,98
585	ПОЛДНИК	Булочка молочная	70	3,16	6,64	23,24	165,40
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	8,38	11,14	31,88	262,6
82	УЖИН	Винегрет овощной	180	9,90	13,50	18,61	235,55
306	УЖИН	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	11,54	89,14

115	УЖИН	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			450	20,56	21,68	40,87	439,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1920	59,14	61,39	260,11	1818,99
День 9							
		Запеканка из творога (с соусом молочным) 100/73	173	2,10	4,20	28,10	158,60
319	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
97	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
505	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
118	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		508	6,44	11,2	59,73	366,25
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
133	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем (с мясом)	180	4,00	5,92	7,47	99,56
261ту	ОБЕД	Рыба, тушенная с овощами	80	8,40	7,44	20,08	180,88
431	ОБЕД	Картофель отварной	130	2,57	6,36	16,76	131,31
78	ОБЕД	Икра свекольная	60	1,73	3,71	5,18	59,58
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов (яблок)+вит.С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	21,1	24,17	91,28	662,11
579	ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	70	2,40	5,68	26,74	167,72
535	ПОЛДНИК	Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	7,8	10,18	36,1	267,62
275	УЖИН	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) (молочная)	200	8,08	10,04	37,74	274,36
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			450	11,48	15,14	70,44	458,43
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2025	47,82	60,69	277,75	1838,85
День 10							
171	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,32	2,60	22,30	125,89
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			420	9,5	9,7	56,38	346,72
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	1,5	0,1	22,07	96
146	ОБЕД	180	1,80	4,86	16,02	115,02
311/IV	ОБЕД	150	13,10	12,50	22,20	253,70
	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
121	ОБЕД	180	0,07	0,00	16,74	63,67
527	ОБЕД	30	1,98	0,36	10,02	52,20
115	ОБЕД	30	2,28	0,24	14,76	70,50
114	ОБЕД	630	20,37	23,3	84,36	626,49
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		40	1,40	2,32	26,65	133,08
609	ПОЛДНИК	45	1,09	1,33	6,91	43,47
15	ПОЛДНИК	180	5,22	4,50	8,64	97,20
534	ПОЛДНИК	265	7,71	8,15	42,2	273,75
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	5,00	10,20	11,80	201,00
201	УЖИН	200	3,60	3,22	11,54	89,14
513	УЖИН	20	1,32	0,24	6,68	34,80
114	УЖИН	40	0,85	3,62	19,25	113,02
102	УЖИН	460	10,77	17,28	49,27	437,96
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1875	49,85	58,53	254,28	1780,92
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		20059	543,35	600,36	26198,34	18001,1
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:суточная потребность в веществах энергии1800ккал в сут. Для детей от3х до8л		2005,9	54,335	60,036	261,834	1800,11
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности		12,00	30,05	58,10	1800,1	

Рецептуры с пометкой/и/оп рецептуры на основе нежеуказанных справочников
Сборник нормативов и рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций "ООО Уральский региональный центр питания"
А.Я. Перевалов 2013г
Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных организациях Могилыный М.П.2016г