



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	7,23	8,26	32	230	189/2008
Бутерброд с маслом	25/5	2,11	0,98	12,26	66,3	1/2008
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416/2016
Итого завтрак:	415	13,01	12,43	60,08	403,3	
II Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43	442/2008
Итого 2-ой завтрак:	100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед						
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,75	5	4,5	66	34/2016
Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	2,24	16	96,8	100/2008
Котлета рубленая из птицы	70	11	9,8	9,2	180	322/2016
Каша гречневая рассыпчатая	130	3,13	4	32,9	179	323/2008
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	28,6	118	402/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	670	21,26	21,45	108,2	729,8	
Полдник						
Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20	19,1	15,2	13,5	267	219/2008
Кефир	200	6	0,2	8	62	435/2008
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125	к/к
Итого:	355	21,35	18,14	35,82	392	
Итого за день:	1540	56,12	52,12	214	1568,1	

- * Сборник рецептов на пролужино для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Делл принт, 2016. Рекомендовано ИПИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кукановой М.Н.
- * Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.-Москва, Делл принт, 2007.-276с. Редакция Скурихина И.М.; Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

7 September,



Приложение к недельному циклическому сбалансированному меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

День: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша молочная пшеница с тыквой и маслом сливочным	200/5	7	8	37	248	185/2008
Бутерброд с сыром	20/10	3,9	3,15	9,7	83	3/2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90,5	414/2016
Итого:	415	13,75	13,56	61,06	421,5	
II Завтрак						
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	386/2016
Итого:	100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
Огурец соевый кусочком	50	0,16	0	3,6	6,5	к/к
Борщ с картофелем и сметаной	200/5	2,78	4,86	12,6	105	77/2008
Рис отварной	130	7,4	2,4	5,2	71,9	325/2008
Суфле рыбное паровое	70	11,1	6,68	2,14	113	250/2008
Напиток апельсиновый	180	0,18	0	23,13	94,5	436/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	470	24,34	14,26	63,67	480,9	
Полдник						
Макароны запеченные с сыром	150	8,73	7,25	34,7	246	211/2008
Пряники	30	1,7	1,5	22,5	108,6	к/к
Молоко кипяченое	200	6,1	5,2	10,9	113	434/2008
Итого:	380	10,43	8,75	57,2	354,6	
Итого за день:	1365	48,92	36,97	191,73	1304	

- * - Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Делта принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- * - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, Делта принт, 2007. - 276с. Редакция Скурихина Н.М.; Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством: _____

Ф. Геромкина



2024 г.

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200/5	7,4	7,9	30	221	184/2008
Бутерброд с повидлом	40	1,74	0,24	23,2	97,2	2/2008
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,05	0,1	10,1	41,6	431/2008
Итого:	450	9,19	8,24	63,3	359,8	
II Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43	442/2008
Итого:	100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед						
Икра свекольная	50	2,1	4,05	6,06	65	56/2008
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,29	4,19	13,62	101,7	91/2008
Жаркое по-домашнему из птицы	200	22,5	21,5	17,9	354,7	258/2008
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	28,6	118	402/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	675	30,15	30,15	83,18	729,4	
Полдник						
Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	130/30	16,7	15,8	52,3	418,32	224/2017
Молоко кипяченое	200	6,1	5,2	10,9	113	434/2008
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Итого:	415	18,68	16,03	64,38	477,32	
Итого за день:	1640	58,52	54,52	220,76	1609,52	

- Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждениях. Москва, ДеЛл принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Магильной М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.И.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.-Москва, ДеЛл принт, 2007.-276с. Редакция Скурикина Н.М.; Тутельяна В.А.
- ✓ Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Ф. Ф. Феникина,



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

День: 4

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5	6,2	6,56	27,67	194,5	189/2008
Бутерброд с сыром	20/10	3,9	3,15	9,7	83	3/2008
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416/2016
Итого:	415	13,77	12,9	53,19	384,5	
II Завтрак						
Мандарин	90	0,72	0,18	6,8	34,2	к/к
Итого:	90	0,72	0,18	6,8	34,2	
Обед						
Икра морковная	50	0,8	3,8	3,4	53,3	56/2008
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	2,48	4,48	6,4	82	84/2008
Печеночные оладьи	80	14,24	13,6	9,92	219,2	290/2008
Каша гречневая рассыпчатая	130	3,13	4	32,9	179	323/2008
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,8	390/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	685	23,51	26,34	91,12	711,3	
Полдник						
Голубцы ленивые	180	15,8	19,23	9,15	285	306/2008
Батон парезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Булочка "Домашняя" молочная	50	3,64	6,26	22	159	452/2016
Кефир	200	6	0,2	8	62	435/2008
Итого:	635	21,42	25,72	43,23	503	
Итого за день:	1825	59,42	65,14	194,34	1633	

- * - Сборник рецептур на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Дел принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- * - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, Дел принт, 2007. - 276с. Редакция Скурихина Н.М., Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Р. Рязанская



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

День: 5

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Макароны запеченные с сыром	180	10,47	8,7	41,6	295	211/2008
Бутерброд с повидлом	40	1,74	0,24	23,2	97,2	2/2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90,5	414/2016
Итого:	400	15,06	11,35	79,16	482,7	
II Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43	442/2008
Итого:	100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед						
Салат из моркови и яблок	50	0,43	0,05	3,94	41,3	41/2016
Суп овощной со сметаной	200/5	1,62	4,26	6,4	80	95/2008
Плов из филе птицы	180	18,6	20,9	33,2	389	311/2008
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	28,6	118	402/2008
Хлеб ржанно-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	655	23,91	25,62	89,14	718,3	
Полдник						
Тефтели (1-й вариант)	70	10,4	12,2	7,7	182,5	283/2008
Пюре картофельное	130	2,7	4,7	17,7	122,7	335/2008
Кефир	200	6	0,2	8	62	435/2008
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Итого:	225	15,08	17,13	37,48	364,2	
Итого за день:	1380	54,55	54,2	215,68	1608,2	

- * - Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений Москва, Дели принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тютельяна В.А.
- * - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кутыловой М.И.
- * - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.-Москва, Дел принт, 2007.-276с. Редакция Скурихина Н.М.; Тютельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством: _____

Г. Геготкина



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

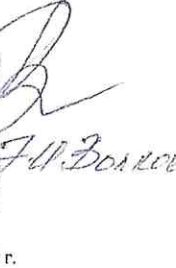
День: 6

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	6,41	10,3	27,7	228	190/2008
Бутерброд с сыром	20/10	3,9	3,15	9,7	83	3/2008
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,05	0,1	10,1	41,6	431/2008
Итого:	440	10,36	13,55	47,5	352,6	
II Завтрак						
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	386/2016
Итого:	100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
Салат из зеленого горошка с луком	50	1,45	3,1	3,2	46	10/2016
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,29	4,19	13,62	101,7	91/2008
Котлета рубленая из птицы	70	11	9,8	9,2	180	322/2016
Каша гречневая рассыпчатая	130	3,13	4	32,9	179	323/2008
Напиток апельсиновый	180	0,18	0	23,13	94,5	436/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	675	20,77	21,41	99,05	691,2	
Полдник						
Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20	19,1	15,2	13,5	267	219/2008
Молоко кипяченое	200	6,1	5,2	10,09	113	434/2008
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125	к/к
Итого:	350	27,45	23,34	45,91	505	
Итого за день:	1565	58,98	58,7	202,26	1595,8	

- * - Сборник рецептур на продукцию для дошкольных образовательных учреждений Москва, Дели принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- * - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, ДеЛ принт, 2007. - 276с. Редакция Скурихина И.М.; Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Г. Героткина



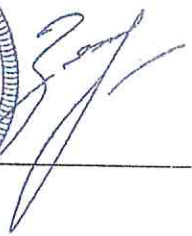
2024 г.

День: 7

День: 7						
Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша рисовая молочная	200/5	3,9	6,3	21,5	159	184/2008
Бутерброд с маслом	25/5	2,11	0,98	12,26	66,3	1/2008
Кваас с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416/2016
Итого:	415	5,78	4,17	28,08	173,3	
II Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43	442/2008
Итого:	100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед						
Огурец соленый кусочком	50	0,16	0	3,6	6,5	к/к
Борщ с картофелем и сметаной	200/5	2,78	4,86	12,6	105	77/2008
Запеканка картофельная с отварным мясом	180	15,55	21,03	29,38	368,64	299/2008
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,8	390/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	655	21,35	26,35	84,08	657,94	
Полдник						
Омлет натуральный	150	14,5	21	2,9	286	214/2008
Пряники	30	1,7	1,5	22,5	108,6	к/к
Кефир	200	6	0,2	8	62	435/2008
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Итого:	605	18,18	22,73	37,48	453,6	
Итого за день:	1775	45,81	53,35	159,54	1327,84	

- Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Дел принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.-Москва, Дел принт, 2007.-276с. Редакция Скурихина Н.М.; Тутельяна В.А.
- Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Ф Формкина



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша гречневая молочная	200/5	5,2	8,4	28,6	211	189/2008
Бутерброд с сыром	20/10	3,9	3,15	9,7	83	3/2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90,5	414/2016
Итого:	415	11,95	13,96	52,66	384,5	
II Завтрак						
Апельсин	90	0,8	0,18	7,3	38,7	к/к
Итого:	90	0,8	0,18	7,3	38,7	
Обед						
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,75	5	4,5	66	34/2016
Суп картофельный с горохом	200	4,75	3,74	15,2	115,48	99/2008
Гренки пшеничные	20	2,2	0,2	15,8	74	73/2008
Жаркое по-домашнему из птицы	200	22,5	21,5	17,9	354,7	258/2008
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	28,6	118	402/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	690	33,46	30,85	99	818,18	
Полдник						
Печень по-строгановски	50/50	13,6	8,6	6,3	163	256/2008
Рис отварной	130	7,4	2,4	5,2	71,9	325/2008
Молоко кипяченое	200	6,1	5,2	10,09	113	434/2008
Вафли	30	2,25	1,54	22,47	113	к/к
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Итого:	490	31,33	17,97	56,14	519,9	
Итого за день:	1685	77,54	62,96	215,1	1761,28	

- * Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Дел принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кутковой М.П.
- * Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.-Москва, Дел принт, 2007.-276с. Редакция Скурник Н.М.; Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Ф Федоткина



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

День: 9

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	6,8	10	25,1	217	184/2008
Бутерброд с маслом	25/5	2,11	0,98	12,26	66,3	1/2008
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,05	0,1	10,1	41,6	431/2008
Итого:	440	8,96	11,08	47,46	324,9	
II Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43	442/2008
Итого:	100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед						
Икра морковная	50	0,8	3,8	3,4	53,3	56/2008
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	2,48	4,48	6,4	82	84/2008
Плов из филе птицы	180	18,6	20,9	33,2	389	311/2008
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	28,6	118	402/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	655	25,14	29,59	88,6	732,3	
Полдник						
Макаронны запеченные с сыром	150	8,73	7,25	34,7	246	211/2008
Булочка "Домашняя" молочная	50	3,64	6,26	22	159	452/2016
Кефир	200	6	0,2	8	62	435/2008
Итого:	200	12,37	13,51	56,7	405	
Итого за день:	1395	46,97	54,28	202,66	1505,2	

- * - Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Дел принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- * - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кутяковой М.Н.
- * - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, Дел принт, 2007. - 276с. Редакция Скурник И.М.; Тутельяна В.А.
- * Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Г. Героткина



Примерное двухдневное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, обедов, полдников для организации питания воспитанников возрастной группы с 3-7 лет образовательных учреждений Всеволожского района, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, стоимостью 250 руб. 00 коп.

День: 10						
Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
I Завтрак						
Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5	6,2	6,56	27,67	194,5	189/2008
Вутерброд с повидлом	40	1,74	0,24	23,2	97,2	2/2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90,5	414/2016
Итого:	425	10,79	9,21	65,23	382,2	
II Завтрак						
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	386/2016
Итого:	100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
Икра свекольная	50	2,1	4,05	6,06	65	56/2008
Суп овощной со сметаной	200/5	1,62	4,26	6,4	80	95/2008
Пюре картофельное	130	2,7	4,7	17,7	122,7	335/2008
Котлета рыбная Особая	70	11,1	6,7	12,14	113	к/к
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,8	390/2008
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	2,72	0,32	17	90	к/к
Итого:	655	6,58	8,77	50,96	322,8	
Полдник						
Голубцы ленивые	180	15,8	19,23	9,15	285	306/2008
Молоко кипяченое	200	6,1	5,2	10,09	113	434/2008
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	1,98	0,23	12,08	59	к/к
Итого:	430	8,08	5,43	22,17	172	
Итого за день:	1610	25,85	23,81	148,16	924	

- Сборник рецептов на продукты для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Дел принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакции Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.П.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, Дел принт, 2007. - 276с. Редакция Скурикина Н.М., Тутельяна В.А.
- Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Заведующий производством:

Г. Федоткина