

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>		<b>1650</b>	<b>49</b>	<b>50</b>	<b>208</b>	<b>1470</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>320</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>43</b>	<b>269</b>	
	Каша геркулесовая на немолоке без масла сливочного	150	3,51	4,60	22,18	144,16	8/4/1
	Какао на немолоке	150	1,29	3,38	10,61	78,05	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>603</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>69</b>	<b>534</b>	
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	40	1,06	1,06	5,46	35,64	3/1/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	0,95	9,91	54,09	18/2/1
	Кнели мясные паровые без сливочного мяса	70	11,53	11,14	3,41	159,97	27/8/1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	140	2,66	5,68	21,38	147,17	3/3/1
	Напиток из шиповника	150	0,27	0,11	8,85	37,51	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>40</b>	<b>250</b>	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Компот из сухофруктов	150	0,18	0,04	6,00	25,05	6/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>432</b>	<b>18</b>	<b>13</b>	<b>45</b>	<b>371</b>	
	Рагу из овощей	120	1,93	3,45	11,61	85,26	18/3/1
	Суфле из печени без молочных продуктов.	55	13,28	6,16	5,48	130,44	35/8/1
	Чай на немолоке	150	1,10	3,22	11,51	79,44	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Яблоки	92	0,37	0,37	9,02	40,85	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>		<b>1648</b>	<b>36</b>	<b>35</b>	<b>182</b>	<b>1191</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>33</b>	<b>173</b>	
	Каша безмолочная ассорти (рис, гречка) без масла сливочного	150	2,55	2,83	21,44	121,48	18/4/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>523</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>59</b>	<b>399</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Помидоры	40	0,44	0,08	1,52	8,56	
	Суп из овощей без сметаны	150	1,23	3,96	6,77	67,62	14/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) без молочных продуктов	130	9,10	7,14	8,22	133,56	31/8/1
	Кисель плодово-ягодный	150	0,06		22,19	88,97	9/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>240</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>45</b>	<b>288</b>	
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	4,20	17,13	10/10/1
	Печенье	60	3,84	10,08	41,10	270,48	
<b>УЖИН</b>		<b>455</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>35</b>	<b>286</b>	
	Свекла, тушеная без соуса	120	1,82	1,12	10,72	60,29	16/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	60	9,35	8,98	5,47	140,14	22/8/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Апельсины	90	0,81	0,18	7,29	34,02	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>1713</b>	<b>37</b>	<b>27</b>	<b>192</b>	<b>1160</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>51</b>	<b>287</b>	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	130	4,05	2,91	26,78	149,53	11/4/1
	Кофейный напиток на немолоке	180	1,31	3,26	13,96	90,40	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>683</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>75</b>	<b>463</b>	
	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1,00	5,64	
	Борщ без сметаны	150	1,28	3,14	8,35	66,71	2/2/1
	Печень по-строгановски без молочных продуктов	50	6,20	4,37	2,49	74,05	9/8/1
	Каша рисовая рассыпчатая	120					45/3/1
	Каша рисовая рассыпчатая без сливочного масла	120	3,01	3,63	31,65	171,27	45/3/1
	Компот из изюма	150	0,19		11,00	44,77	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>190</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>68</b>	
	Батон чайный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>УЖИН</b>		<b>415</b>	<b>13</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>297</b>	
	Картофельное пюре без молочных продуктов	120	2,28	4,93	18,32	126,78	3/3/1
	Кнели рыбные (паровые) без сливочного масла	60	8,67	3,13	2,11	71,27	10/7/1
	Чай с сахаром	170	0,10	0,02	4,01	16,65	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Банан	50	0,75	0,25	10,50	47,25	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>1664</b>	<b>47</b>	<b>51</b>	<b>192</b>	<b>1414</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>321</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>31</b>	<b>279</b>	
	Каша рисовая на немолоке без масла сливочного	150	0,75	2,40	8,67	59,27	7/4/1
	Чай на немолоке	150	1,05	3,21	12,50	83,10	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Яйцо отварное	1	7,24	6,56	0,40	89,55	1/6/1
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>623</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	<b>70</b>	<b>503</b>	
	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	8,19	8,19	13,47	160,47	17/2/1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	150	2,84	5,29	22,75	149,91	3/3/1
	Тефтели рыбные без соуса	60	5,99	1,34	2,69	46,80	11/7/1
	Компот из свежих плодов	180	0,16	0,16	9,91	41,71	390/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>48</b>	<b>317</b>	
	Кофейный напиток на немолоке	170	1,44	3,68	13,31	92,05	13/11/1
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
<b>УЖИН</b>		<b>405</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>33</b>	<b>269</b>	
	Макаронные изделия отварные без сливочного масла	80	1,87	3,02	11,85	82,04	43/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	50	7,13	7,21	0,64	95,96	22/8/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>1433</b>	<b>36</b>	<b>34</b>	<b>186</b>	<b>1193</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>340</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>40</b>	<b>249</b>	
	Каша кукурузная на немолоке без масла сливочного	150	3,74	2,93	17,68	112,09	4/4/1
	Какао на немолоке	170	1,42	3,80	12,46	89,68	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>543</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>60</b>	<b>511</b>	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,30	4,04	0,93	41,18	14/1/1
	Щи со свежей капустой без сметаны	150	1,18	1,62	5,35	40,67	6/2/1
	Плов из мяса кур	150	15,28	14,88	27,27	304,06	4/9/1
	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,05	6,00	25,42	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>60</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>45</b>	<b>220</b>	
	Пряник	30	1,77	1,41	22,50	109,77	
	Пряник	30	1,77	1,41	22,50	109,77	
<b>УЖИН</b>		<b>395</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>168</b>	
	Капуста тушеная	120	2,94	2,60	10,26	76,02	8/3/1
	Чай с сахаром	170	0,10	0,02	4,01	16,65	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>1703</b>	<b>47</b>	<b>39</b>	<b>226</b>	<b>1443</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>52</b>	<b>263</b>	
	Каша рисовая на немолоке без масла сливочного	150	3,66	3,58	38,26	199,90	7/4/1
	Чай с сахаром	170	0,03	0,01	4,00	16,20	10/10/1
	Хлеб с сыром	20					3/13/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>583</b>	<b>23</b>	<b>14</b>	<b>82</b>	<b>550</b>	
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	40	1,05	2,76	5,43	50,77	3/1/1
	Свекольник без сметаны	150	1,30	3,16	9,49	71,60	5/2/1
	Печень без молочных продуктов	80	10,57	6,06	7,59	127,08	10/8/1
	Каша гречневая рассыпчатая с	110	6,59	1,68	30,06	161,78	44/3/1



Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	овощами без сливочного масла Копия						
	Напиток из шиповника	150	0,29	0,12	9,12	38,72	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>242</b>	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
<b>УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>44</b>	<b>343</b>	
	Капуста тушеная	130	3,06	2,79	11,24	82,21	8/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины	60	8,82	8,93	2,02	123,73	22/8/1
	припущенные без молочных продуктов						
	Компот из сухофруктов	150	0,18	0,04	4,00	17,07	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>1658</b>	<b>52</b>	<b>58</b>	<b>201</b>	<b>1539</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>340</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>45</b>	<b>293</b>	
	Каша ассорти на немолоке	150	2,20	2,67	22,58	123,14	17/4/1
	(рис, кукуруза) без сливочного масла						
	Кофейный напиток на немолоке	170	1,44	3,68	12,81	90,06	13/11/1
	Хлеб пшеничный	20	1,56	3,79	9,91	79,93	1/13/1
	витаминизированный с маслом						
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>573</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>60</b>	<b>503</b>	
	Помидоры	40	0,44	0,08	1,52	8,56	
	Суп картофельный с рыбой	170	7,59	4,03	12,13	115,21	19/2/1
	Жаркое по домашнему без	130	15,65	12,22	15,17	233,19	292/5
	сливочного масла						
	Компот из свежих плодов	180	0,16	0,16	10,91	45,70	390/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>303</b>	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Какао на немолоке	150	1,29	3,38	10,61	78,05	14/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>14</b>	<b>19</b>	<b>40</b>	<b>394</b>	
	Рагу из овощей	150	2,45	4,32	14,67	107,27	18/3/1
	Кнели мясные паровые без	65	9,48	11,09	1,66	144,30	27/8/1
	сливочного мяса						
	Чай на немолоке	170	1,22	3,64	11,86	85,02	12/10/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>1663</b>	<b>48</b>	<b>49</b>	<b>186</b>	<b>1377</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>320</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>52</b>	<b>328</b>	
	Каша геркулесовая на немолоке без масла сливочного	150	4,82	6,47	29,43	195,27	8/4/1
	Какао на немолоке	150	1,29	3,38	12,61	86,03	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>573</b>	<b>24</b>	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>495</b>	
	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1,00	5,64	
	Суп-лапша на курином бульоне без сливочного масла	140	5,90	4,64	10,30	106,46	20/2/1
	Биточки из мяса кур без молочных продуктов	70	12,01	13,13	5,80	189,43	5/9/1
	Морковь тушенная без соуса	120	1,59	0,13	11,09	51,88	10/3/1
	Компот из кураги и изюма	150	0,30	0,01	9,99	41,28	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>190</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>21</b>	<b>127</b>	
	Батон к чаю	20	1,54	0,60	10,02	51,64	
	Чай на немолоке	170	1,03	3,21	10,50	75,00	12/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>485</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>44</b>	<b>382</b>	
	Картофельное пюре без молочных продуктов	150	2,79	6,25	22,36	156,78	339/5
	Тефтели из мяса говядины без молочных продуктов	60	8,31	10,34	3,32	139,54	20/8/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Апельсины	90	0,81	0,18	7,29	34,02	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>1593</b>	<b>39</b>	<b>43</b>	<b>204</b>	<b>1354</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>340</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>53</b>	<b>311</b>	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	150	4,45	4,19	29,38	173,05	11/4/1
	Чай на немолоке	170	1,18	3,63	13,35	90,73	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ОБЕД</b>		<b>503</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>64</b>	<b>532</b>	
	Суп-пюре из картофеля без молочных продуктов	150	1,38	2,66	10,24	70,37	25/2/1
	Пюре из мяса говядины	60	14,29	15,55	1,94	204,79	24/8/1
	Макаронные изделия отварные без сливочного масла	90	2,97	1,85	18,82	103,81	43/3/1
	Компот из изюма	150	0,19		13,00	52,75	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>242</b>	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>435</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>38</b>	<b>224</b>	
	Каша кукурузная на немолоке без масла сливочного	150	3,76	5,11	17,72	131,92	4/4/1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	4,20	17,11	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>1693</b>	<b>54</b>	<b>44</b>	<b>184</b>	<b>1342</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>37</b>	<b>268</b>	
	Суп на немолоке с лапшой	140	1,88	3,45	12,75	89,55	21/2/1
	Кофейный напиток на немолоке	170	1,44	3,68	14,81	98,04	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный с маслом	20	1,56	3,79	9,91	79,93	1/13/1
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>95</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
<b>ОБЕД</b>		<b>603</b>	<b>33</b>	<b>20</b>	<b>59</b>	<b>546</b>	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,30	4,04	0,93	41,18	14/1/1
	Рассольник на курином бульоне без сметаны	150	5,77	6,44	8,07	113,41	9/2, 1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	150	2,79	6,25	22,36	156,78	3/3/1
	Суфле из рыбы без молочных продуктов.	60	19,84	2,68	1,48	109,30	14/7/1
	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,05	6,00	25,42	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	<b>152</b>	

Утверждаю:   
Заведующий Зенкова В.В.

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: ?Ясли ал МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Печенье	30	1,92	5,04	20,55	135,24	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>465</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>52</b>	<b>332</b>	
	Рагу из овощей	130	2,10	3,74	12,49	91,94	18/3/1
	Запеканка из печени с рисом без масла сливочного	60	9,38	3,16	9,23	102,85	311/5
	Чай с сахаром	170	0,10	0,02	4,01	16,65	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>16420</b>	<b>443</b>	<b>430</b>	<b>1960</b>	<b>13482</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1642</b>	<b>44</b>	<b>43</b>	<b>196</b>	<b>1348</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>13</b>	<b>29</b>	<b>58</b>		

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1часть и 2 часть  
Методические рекомендации и технические документы.  
Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г
- 5 Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.  
Могильный М.П. Тутельян В.А. 2015г.