

СОГЛАСОВАНО

Заведующий ГБДОУ

Мисник М.А.

СОГЛАСОВАНО

Диетврач

В.И. Почобут

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

АО "Комбинат питания НЕВА"

С.Н. Филиппов

2025г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12-часовым пребыванием, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания (с заменами блюд в состав которых входит молоко, яйца, сок, банан)

1 день							
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (на воде)	200	7,00	8,00	34,40	258,80	ТТК№4.33	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	ТТК№13.29	
Итого за прием пищи:	423	10,36	12,10	49,92	356,80		
II Завтрак							
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	2,60	3,00	12,72	88,20	ТТК№16.8	
Итого за прием пищи:	180	2,60	3,00	12,72	88,20		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	ТТК№1.82	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	6,22	8,93	19,30	173,00	77	2012
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	ТТК№8.14	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (без молока)	150	3,00	4,80	19,50	134,30	322	2012
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	ТТК№13.30	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	ТТК№15.10	
Итого за прием пищи:	705	18,95	21,05	87,53	639,67		
Уплотненный полдник							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	9,35	14,10	18,20	234,30	304	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	ТТК№15.7	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	ТТК№13.31	
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	17,00	101,00	ТТК№12.13	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,42	0,40	7,10	39,50	368	2012
Итого за прием пищи:	515	14,17	18,46	70,70	498,80		
Всего за день:		46,08	54,61	220,87	1583,47		

Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	ТТК№1.64	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	3,20	6,20	7,30	101,85	67	2012
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	6,10	8,10	24,90	186,90	277	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	ТТК№4.35	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	392	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	ТТК№15.7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	ТТК№15.8	
Итого за прием пищи:	685	19,09	20,86	88,80	640,15		
Уплотненный полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	9,50	11,10	31,30	240,54	298	2012
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	12,60	64,80	ТТК№13.35	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
ПРЯНИК	35	1,80	2,85	6,03	28,00	ТТК№12.16	
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,49	0,38	7,56	40,12	ТТК№17.6	
Итого за прием пищи:	540	13,54	14,54	68,12	425,09		
Всего за день:		42,89	48,52	228,07	1488,31		
4 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (НА ВОДЕ)	200	4,10	5,20	27,00	199,30	ТТК№4.36	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	ТТК№13.29	
Итого за прием пищи:	423	7,46	9,30	42,52	297,30		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	180	2,63	2,94	12,78	87,60	ТТК№16.10	
Итого за прием пищи:	180	2,63	2,94	12,78	87,60		
Обед							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,80	7,60	6,00	96,00	ТТК№1.65	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,10	5,40	14,65	139,60	57	2012
РЫБА ОТВАРНАЯ	80	7,10	5,30	20,10	165,00	228	2012
РИС С ОВОЩАМИ	150	2,19	2,33	18,21	87,42	ТТК№4.37	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	710	18,70	21,53	90,89	639,65		

Уплотненный полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (без яиц)	150	12,50	14,20	33,80	308,82	ТТК№7.10	
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,18	0,09	23,60	97,50	ТТК№13.37	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,42	0,40	7,10	39,50	368	2012
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ В АССРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	17,00	101,00	ТТК№12.13	
Итого за прием пищи:	450	15,90	18,29	81,50	546,82		
Всего за день:		44,69	52,11	227,69	1571,37		
5 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	16,50	68,00	ТТК№1.60	
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") НА ВОДЕ	200	6,20	7,50	24,10	206,10	ТТК№4.13	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
Итого за прием пищи:	410	7,60	9,60	49,00	308,10		
II Завтрак							
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	2,60	3,00	12,72	88,20	ТТК№16.8	
Итого за прием пищи:	180	2,60	3,00	12,72	88,20		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	33	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,10	2,40	12,50	87,50	83	2012
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,40	12,00	23,30	269,00	291	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	354	2012
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	24,00	98,60	ТТК№13.32	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	730	19,17	20,25	87,83	655,63		
Уплотненный полдник							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	ТТК№1.63	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	12,80	7,40	23,10	239,80	ТТК№5.2	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	ТТК№13.29	
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ В АССРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	17,00	101,00	ТТК№12.13	
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	ТТК№17.5	
Итого за прием пищи:	513	17,12	11,30	58,02	426,80		
Всего за день:		46,49	44,15	207,57	1478,73		

6 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	ТТК№1.60	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ на воде	180	6,40	7,02	19,14	181,10	ТТК№4.38	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	ТТК№13.29	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,42	0,40	7,10	39,50	368	2012
Итого за прием пищи:	503	8,34	9,52	50,56	324,60		
II Завтрак							
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,18	0,09	23,60	97,50	ТТК№13.37	
ПРЯНИК	35	1,80	2,85	6,03	28,00	ТТК№12.16	
Итого за прием пищи:	35	1,98	2,94	29,63	125,50		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	ТТК№1.64	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	4,10	4,50	25,60	153,30	81	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (без яиц)	80	8,50	16,10	7,90	161,30	263	2012
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	ТТК№3.3	
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	105,40	ТТК№13.38	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	690	18,47	21,77	89,53	619,83		
Уплотненный полдник							
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	9,10	7,80	15,60	213,30	282	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО ДОМАШНЕМУ"	150	4,65	5,60	27,10	136,00	ТТК№4.7	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	ТТК№15.7	
ВАФЛИ	40	1,24	4,73	24,17	123,17	ТТК№12.11	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
Итого за прием пищи:	455	15,99	18,25	81,67	542,47		
Всего за день:		44,78	52,43	251,39	1612,40		

7 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	ТТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (на воде)	200	7,00	8,00	34,40	258,80	ТТК№4.33	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
Итого за прием пищи:	410	10,24	12,10	49,80	354,80		
II Завтрак							
КЕФИР	180	2,68	2,89	12,97	88,10	ТТК№13.34	
Итого за прием пищи:	180	2,68	2,89	12,97	88,10		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,30	40	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	2,50	9,60	22,30	156,00	76	2012
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,50	4,10	14,70	120,20	305	2012
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80	324	2012
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	ТТК№13.39	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	700	18,74	20,30	87,07	658,93		
Уплотненный полдник							
ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ	70	5,1	4,60	0,30	63,00	252	2008
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ	150	3,19	2,33	15,21	103,00	ТТК№3.8	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,80	9,60	40,20	223,00	ТТК№12.4	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	392	2012
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,49	0,38	7,56	40,12	ТТК№17.6	
Итого за прием пищи:	590	15,70	17,15	82,10	514,85		
Всего за день:		47,36	52,44	231,94	1616,68		

8 день							Год издания
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТТК№	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	ТТК№1.58	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ на воде	190/5	3,90	2,80	26,30	196,20	ТТК№4.39	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
Итого за прием пищи:	405	7,29	9,70	44,70	299,20		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	180	2,63	2,94	12,78	87,60	ТТК№16.10	
Итого за прием пищи:	180	2,63	2,94	12,78	87,60		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	ТТК№1.64	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	2,10	4,00	16,00	135,80	77	2012
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (без яиц)	80	10,47	9,10	7,20	164,00	ТТК№9.37	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,10	344	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,18	0,09	23,60	97,50	ТТК№13.37	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	ТТК№15.13	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	715	19,47	21,03	87,12	655,60		
Уплотненный полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) без яйца	150	7,80	10,61	42,50	296,40	237/367	2012/2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	12,60	64,80	ТТК№13.35	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,42	0,40	7,10	39,50	368	2012
ПРЯНИК	35	1,80	2,85	6,03	28,00	ТТК№12.16	
Итого за прием пищи:	465	10,14	13,87	68,23	428,70		
Всего за день:		39,53	47,59	212,83	1472,10		

9 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	5,10	5,60	34,20	221,20	ТТК№4.40	
ЖИДКАЯ С МАСЛОМ на воде						ТТК№13.36	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00		
Итого за прием пищи:	410	8,34	9,70	49,60	317,20		
II Завтрак							

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	2,60	3,00	12,72	88,20	ТТК№16.8	
Итого за прием пищи:	180	2,60	3,00	12,72	88,20		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	ТТК№1.62	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,10	5,40	9,60	139,60	57	2012
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	9,40	0,50	6,40	126,14	228	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,30	2,07	16,88	43,12	354	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (без молока)	150	1,26	12,30	29,80	147,00	321	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	ТТК№13.29	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	ТТК№15.10	
Итого за прием пищи:	748	19,69	21,07	93,03	602,39		
Уплотненный полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	9,50	11,10	31,30	240,54	298	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	38,20	ТТК№13.40	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
ВАФЛИ	40	1,24	4,73	24,17	123,17	ТТК№12.11	
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	ТТК№17.5	
Итого за прием пищи:	545	13,29	16,35	95,30	541,54		
Всего за день:		49,83	50,12	250,65	1549,33		

10 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	ТТК№1.58	
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ на воде	200	7,05	5,41	35,70	239,80	ТТК№4.41	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,40	34,00	ТТК№13.36	
Итого за прием пищи:	410	10,44	12,31	54,10	342,80		
II Завтрак							
КЕФИР	180	2,66	2,89	12,97	88,10	ТТК№13.34	
Итого за прием пищи:	180	2,66	2,89	12,97	88,10		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	33	2012
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	2,70	8,50	12,02	121,20	73	2012
ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	70	7,40	4,60	9,30	135,30	ТТК№10.44	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	205	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	ТТК№13.33	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,75	12,90	66,00	ТТК№15.12	
Итого за прием пищи:	700	18,53	20,47	89,97	629,73		
Уплотненный полдник							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	ТТК№1.64	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,10	10,70	15,20	201,82	276	2012
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	24,00	98,60	ТТК№13.32	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	ТТК№15.9	
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,49	0,38	7,56	40,12	ТТК№17.6	
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,80	9,60	40,20	223,00	ТТК№12.4	
Итого за прием пищи:	605	16,78	20,88	98,89	622,17		
Всего за день:		48,43	56,55	255,93	1682,80		

ДНИ	Б, г	Ж, г	У, г	Э.Ц., ккал
Всего за 1 день:	46,08	54,61	220,87	1583,47
Всего за 2 день:	43,79	46,75	242,58	1608,35
Всего за 3 день:	42,89	48,52	228,07	1488,31
Всего за 4 день:	44,69	52,11	227,69	1571,37
Всего за 5 день:	46,49	44,15	207,57	1478,73
ИТОГО 1-я НЕДЕЛЯ	223,94	246,14	1126,78	7730,23
В среднем за 1 день	44,79	49,23	225,36	1546,05
Всего за 6 день:	44,78	52,43	251,39	1612,40
Всего за 7 день:	47,36	52,44	231,94	1616,68
Всего за 8 день:	39,53	47,59	212,83	1472,10
Всего за 9 день:	49,83	50,12	250,65	1549,33
Всего за 10 день:	48,43	56,55	255,93	1682,80
ИТОГО 2-я НЕДЕЛЯ	229,93	259,18	1202,74	7933,31
В среднем за 1 день	45,99	51,84	240,55	1586,7
В среднем за 10 дней	45,39	50,53	232,95	1566,35

Используемые сборники:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.
2. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.-СПб.:Речь, 2008.-800с
3. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания. Уфа, 2014 издание 4-е, переработанное и дополненное.
4. Реестр технико-технологических карт