

Согласовано:
Руководитель Управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
По Иркутской области
Д. Ф. Савиных
2020 г.



Утверждаю:
Заместитель начальника Управления
образования Иркутского районного
муниципального образования
И.В. Ткачева
2020 г.



**Примерное циклическое меню
для дошкольных образовательных организаций
Иркутского районного муниципального образования
с длительностью пребывания 12 часов
осеннее - зимний период
возраст от 3 до 7 лет**

для пищеблоков доготовочных организаций

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапшиной «Москва» 2007 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Учреждения
Перець 20015
Иркутской области
подпись *Савиных*
ФИО *Савиных*

Примерное десятидневное циклическое меню для дошкольных образовательных учреждений Иркутского районного муниципального образования (дошкольные учреждения с длительностью пребывания 12 часов) Возраст 3-7 года Осенне-зимний период

1 День

Для пищеблоков договорных организаций

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход, 3-7 л.	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. № 98	Каша рисовая молочная жидкая	1\200	189,00	5,12	7,20	30,60	0,04
ПВ	батон						
Сб.Москва 2004г. № 97	Сыр (порциями)	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
Сб.Пермь 2001г №248	Каша с молоком и сахаром	1\110	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
	2 завтрак	1\170	130,83	3,20	3,40	22,05	0,00
ПВ	Напиток кисломолочный						
	Итого завтрак:	1\100	98,00	4,50	3,50	10,00	0,00
	Обед		530,73	17,27	23,12	78,30	0,04
Сб.Пермь 2001г. № 15	Салат из свежих огурцов						
Сб.Пермь 2001г. № 38	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом курицы	1\30	31,08	0,22	3,03	0,97	2,80
Сб.Москва 2004г. №463	Тертель из говядины с рисом пш	1\185\15	100,70	1,60	2,20	14,50	8,30
Сб.Пермь 2001г. № 206	Картофельное пюре	1\50	74,30	3,70	6,10	12,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 242	Компот из свежих яблок с лимоном	1\150	171,60	3,45	6,06	23,20	0,03
ПВ	хлеб пшеничный 1 сорт	1\150	78,40	0,18	0,00	19,70	15,00
	Итого обед:	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
	Итого обед:		503,08	10,65	17,59	80,97	26,13
ПВ	Полдник						
	Кекс с изюмом						
Сб.Пермь 2001г. № 255	Молоко кипяченое	1\50	175,00	29,03	7,00	17,50	0,00
	Итого полдник:	1\200	117,30	5,58	6,30	7,04	0,00
	Ужин		292,30	34,63	13,30	24,54	0,00
Сб.Пермь 2001г. №200	Капуста тушеная						
Сб.Москва 2004г. № 413	Сосиска молочная отварная	1\110	42,20	3,50	1,60	8,20	0,09
Сб.Пермь 2001г. №233	Кисель из концентрата плодового и ягодного	1\50	130,56	35,00	15,00	0,20	0,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\150	77,70	1,02	0,00	21,70	2,10
	Фрукты свежие в ассортименте	1\40	96,00	2,60	0,40	22,00	0,00
	Итого ужин:	1\100	40,00	0,30	0,09	8,60	5,00
	Итого за день:		386,46	42,42	17,00	60,70	7,19
			1712,57	104,97	71,01	244,51	33,36

Заместитель начальника отдела кадров за
 исполнением воспитателя и обучении Уполномоченный
 Роспотребнадзора по Иркутской области
 подпись _____
 ФИО _____

День: 2

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
Сб.Пермь. 2001г. №93	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	1\200	202,32	6,10	0,68	28,80	0,00
Сб.Пермь. 2001г. №254	Кофейный напиток из молока с сахаром	1\180	108,30	4,60	5,20	7,90	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	1\20	76,00	0,00	0,00	26,20	0,16
ПВ	Батон	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
	2-й завтрак						
	Фрукты свежие в ассортименте	1\100	89,00	1,15	0,10	21,80	5,00
	Итого завтрак:		547,02	13,50	6,28	100,00	5,16
	Обед						
Сб.Москва 2004г. №19	салат из свеклы и моркови	1\30	37,80	0,39	3,02	2,30	6,38
Сб.Пермь. 2001г. № 33	Рассольник ленинградский со сметаной	1\195\5	119,40	4,10	9,04	25,80	0,04
Сб.Пермь. 2001г. № 77	Рагу из овощей	1\110	128,23	1,99	7,97	12,10	0,01
Сб.Пермь. 2001г. №181	Курица отварная с маслом сливочным	1\60\5	207,74	15,60	15,60	0,83	0,00
Сб.Пермь. 2001г. № 238	Напиток из ягод облепихи	1\180	66,74	0,27	0,06	16,27	72,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		607,91	23,65	35,89	68,30	78,43
	Полдник						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\200	120,00	6,00	6,00	12,00	0,00
ПВ	Печенье овсяное	1\50	206,00	3,09	7,07	21,20	0,00
	Итого полдник:		326,00	9,09	13,07	33,20	0,00
	Ужин						
Сб.Пермь. 2001г. №192	Рис припущенный	1\200	286,70	4,96	7,25	50,36	0,01
Сб.Москва 2004г. № 388	Котлета рыбная (горбуша) п/ф	1\50	61,37	7,40	1,37	4,85	0,12
ПВ	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
Сб.Пермь. 2001г. №263	Чай с сахаром	1\180	43,70	0,11	0,00	10,80	0,00
	ИТОГО УЖИН		438,77	13,97	8,82	76,61	0,13
	Итого за день:		1919,70	60,21	64,06	278,11	83,72

Заставкой начальника отдела надзора за
 условиями воспитания и обучения Учреждения
 Роспотребнадзора по Иркутской области
 подпись: *Семаев*
 ФИО: *Семаев*

День:3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1\160	273,10	4,21	22,20	3,75	0,02
ПВ	Батон	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
Сб.Москва 2004г. № 99	Колбаса вареная (порционные)	1\10	25,20	9,50	12,28	0,02	0,00
	Фрукты свежие	1\100	40,00	0,30	0,00	15,60	5,00
Сб.Пермь 2001г. №260	Чай с лимоном и сахаром	1\100	30,80	0,04	0,00	7,60	1,15
	2 завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\100	112,00	4,80	3,50	10,20	0,00
	Итого завтрак:		552,50	20,50	38,28	52,47	6,17
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №23	Салат картофельный с зеленым горошком	1\30	47,00	0,90	3,41	5,38	2,80
Сб.Пермь 2001г. № 27	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	1\200,5	123,20	2,00	5,05	8,02	2,40
Сб.Пермь 2001г. № 160	Котлета из говядины о/ф.	1\50,5	146,21	8,65	9,78	5,89	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 186	Каша гречневая рассыпчатая	1\140	246,18	8,14	5,06	25,00	0,03
Сб.Пермь 2001г. № 239	Компот из кураги	1\150	68,00	0,24	0,00	16,90	1,80
ПВ	Хлеб ржаной	1\30	83,50	1,95	0,30	16,50	0,00
	Итого обед:		714,09	21,88	23,60	77,69	7,03
	Полдник						
Сб.Пермь 2001г. № 262	Чай с молоком без сахара	1\200	89,20	0,46	0,33	17,72	0,00
ПВ	Печенье сахарное	1\50	145,20	3,30	4,25	25,20	0,00
	Итого полдник:		234,40	3,76	4,78	42,92	0,00
	Ужин						
Сб.Москва 2004г. № 103	Макарони с маслом сливочным	1\200,5	238,20	10,60	11,80	16,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 240	Компот из свежих яблок	1\200	61,00	0,16	0,00	15,00	0,04
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\50	117,50	3,76	0,50	26,50	0,00
	Итого Ужин		416,70	14,52	12,30	57,70	0,04
	Итого за день		1917,69	60,66	78,96	230,78	13,24

Заведующий начальным отделом культуры за
успешным воспитанием и обучением. Удмуртская
Республика надзор за Ижевской областью
подпись: *Светлана*
Ф.И.О. *Семинская*

День: 4

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №98	Каша манная молочная жидкая	1\200	182,00	1,70	1,20	40,20	0,99
ПВ	Батон	1\20	47,60	1,10	0,20	10,20	0,00
Сб.Москва 2004г. № 97	Сыр (порциями)	1\10	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
Сб.Москва 2004г. № 692	Напиток из цинкоря с молоком и сахаром	1\170	32,00	0,50	0,50	6,80	0,45
	2 завтрак						
ПВ	вашинок кисломолочный	1\100	112,00	4,80	3,10	11,00	0,00
	Итого завтрак:		415,10	10,90	13,72	68,55	1,44
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. № 18	Салат из свежих помидоров	1\30	34,17	0,30	3,48	1,38	6,00
Сб.Пермь 2001г. № 41	Суп картофельный с рыбными консервами	1\200	55,00	4,80	2,40	3,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 178	Котлета куриная ПДФ	1\50\5	146,21	8,65	9,78	5,89	0,00
Сб.Пермь 2001г. №204	Картофель отварной	1\150	182,46	3,09	7,04	27,60	0,07
Сб.Пермь 2001г. №256	Напиток из плодов шиповника	1\150	35,15	0,51	0,00	15,60	10,05
ПВ	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
	Итого обед:		523,14	19,60	23,00	69,16	16,12
	Полдник						
	фрукт свежий	1\50	38,00	1,20	0,00	15,00	10,00
ПВ	Вафли	1\50	159,70	2,40	9,30	17,80	0,08
Сб.Пермь 2001г. №255	Молоко кипяченое	1\150	117,30	5,58	6,30	7,04	0,00
	Итого полдник:		315,00	9,18	15,60	39,84	10,08
	ужин						
Сб. Москва 2004г. №355	Нарезки овощные со сметаной	1\240\5	256,45	5,76	3,12	24,20	0,00
ПВ	Сок фруктовый	1\170	76,00	1,02	0,00	13,60	0,90
ПВ	Хлеб ржаной	1\40	96,00	2,60	0,40	22,00	0,00
	итого ужин		428,45	9,38	3,52	59,80	0,90
	итого за день		1681,69	49,06	55,84	237,35	28,54

Составитель рецептуры отдела питания за
 - соискатель ассистента в области Управления
 Роспотребнадзора по Пермской области
 Подпись: *С.С. Смирнов*
 Ф.И.О. *Смирнов*

День: 5

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №99	Каша ячневая молочная вязкая	1\200	247,60	7,08	1,70	38,35	0,00
ПВ	Багон	1\30	71,80	1,65	0,30	15,30	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	1\20	76,00	0,00	0,00	30,60	0,16
Сб.Пермь 2001г. №262	Чай с молоком и сахаром	1\150	65,43	2,09	1,90	9,94	0,37
	2 завтрак						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\100	77,00	4,80	3,50	10,20	0,00
	Итого завтрак:		537,83	15,62	7,40	104,39	0,53
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №198	Кукуруза консервированная (тепловая обработка)	1\30	22,25	0,89	1,44	2,09	3,10
Сб.Пермь 2001г. №39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1\185\15	142,20	6,88	4,08	16,70	0,00
Сб.Пермь 2001г. №150	Голубцы ленивые ПФ	1\50	64,70	4,86	4,08	4,00	0,00
Сб.Москва 2004г. №298	Каша перловая рассыпчатая с луком	1\150	108,20	3,20	6,50	9,02	0,03
Сб.Пермь 2001г. № 241	Компот из смеси сухофруктов	1\150	54,80	0,14	0,00	13,50	0,15
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	0,30	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		440,15	16,27	16,30	56,31	3,28
	Полдник						
Сб.Пермь 2001г. №242	Компот из яблок с лимоном	1\200	104,00	0,24	0,00	25,30	20,00
Сб.Пермь 2001г. № 267	Блишечка со слив. молоком	1\50\10	104,50	2,86	2,02	18,70	0,00
	Итого полдник:		208,50	3,10	2,02	44,00	20,00
	ужин						
Сб.Москва 2004г. № 719	Пельмени отварные пф с маслом сливочным	1\165\5	144,16	13,30	13,80	23,60	0,00
Сб.Пермь 2001г. №263	Чай с сахаром	1\150	36,25	0,00	0,00	9,00	0,00
	Фрукты свежие в ассортименте	1\100	40,00	0,30	0,00	8,60	10,00
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
	итого ужин		290,56	15,85	14,10	56,69	10,00
	итого за день		1477,04	50,84	39,82	261,39	33,81

Заведующий начальником отдела питания до
 учреждения воспитания и обучения Управление
 Роспотребнадзора по Нижегородской области
 подпись _____
 ИМО _____

День: 6

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. № 84	Каша "Дружба"	1\200	241,11	6,55	8,33	31,20	0,61
ПВ	Батон	1\30	71,10	1,65	0,30	15,30	0,00
Сб.Москва 2004г. № 96	Масло сливочное (порциями)	1\10	70,30	0,05	7,20	0,08	0,00
Сб.Пермь 2001г. №248	Какао на молоке с сахаром	1\170	130,83	3,20	3,34	22,05	0,00
2 завтрак							
	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	86,00	1,50	0,10	21,80	5,00
Итого завтрак:			599,34	12,95	19,27	90,43	5,61
Обед							
Сб.Пермь 2001г. № 2	Салат "Витаминный"	1\30	42,50	0,34	3,04	3,46	2,00
Сб.Пермь 2001г. № 36							
Сб.Пермь 2001г. № 58	Суп картофельный с бобовыми, курицей и гречками	1\170,10\20	147,40	5,60	4,00	8,56	0,40
Сб.Пермь 2001г. № 134	Котлета рыбная п/ф	1\50\5	61,37	7,40	1,37	4,85	0,12
Сб.Пермь 2001г. №194	Макаронные отварные	1\150	182,70	5,70	0,60	34,40	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 237	Компот из апельсинов с яблоками	1\150	11,80	0,13	0,12	2,37	0,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,00
Итого обед:			493,8	20,5	9,3	64,6	2,5
Полдник							
ПВ	Кисломолочный напиток	1\200	145,00	6,00	7,00	8,00	0,00
ПВ	Печенье сахарное	1\50	140,00	3,30	4,25	25,20	0,00
Итого полдник:			285,00	9,30	11,25	33,20	0,00
ужин							
Сб.Пермь 2001г. №172	Тефтели из говядины п/ф	1\50	74,30	3,70	6,10	1,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. №79	Рулет или запеканка картофельная с овощами	1\170	257,20	4,20	12,60	17,40	0,14
Сб.Пермь 2001г. №238	Компот из смородины	1\200	74,17	0,31	0,07	18,90	0,39
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
итого ужин			475,82	10,46	19,07	52,99	0,53
итого за день:			1853,93	53,18	58,92	241,26	8,66

Заведующий начальником отдела питания за
условиями воспитания и обучения. Управление
Роснефтегазнадзора по Пермскому краю
подпись: *Селезнев*
Ф.И.О. *Селезнев*

День 8

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. № 86	Каша гречневая вязкая на молоке						
ПВ	Батон	U200	203,60	11,00	12,08	40,10	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	U30	71,48	1,65	0,30	15,30	0,00
Сб.Пермь 2001г. №254	Кофейный напиток на молоке с сахаром	U10	38,00	0,00	0,00	23,10	0,08
	2-й завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	U160	87,00	4,10	4,70	7,03	0,00
	Итого завтрак:	U100	67,00	2,50	3,50	11,00	0,00
	Обед						
	Обед		467,08	19,25	20,58	96,53	0,08
Сб.Пермь 2001г. № 20	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	U30	48,43	0,42	3,01	4,88	3,00
Сб.Москва 2004г. № 147	Суп с мясоронными изделиями с фрикадельками из говядины п/ф						
Сб.Пермь 2001г. №181	Курица отварная	U150/15	65,62	1,47	2,90	8,34	0,00
Сб.Пермь 2001г. №192	Рис припущенный	U50/5	173,11	9,25	3,70	0,25	0,00
Сб.Пермь 2001г. №239	Компот из кураги	U100	123,00	2,40	3,30	20,30	0,08
	Фрукт свежий	U150	55,50	0,23	0,00	13,50	1,50
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	U100	40,00	0,15	0,00	15,60	5,00
	Итого обед:	U20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
	Полдник		552,66	15,42	13,11	73,47	9,58
ПВ	Кекс с изюмом						
Сб.Пермь 2001г. №240	Компот из чернослива	U50	175,00	2,80	7,00	17,30	0,00
	Итого полдник:	U200	91,80	0,32	0,00	22,50	0,06
	ужин		266,80	3,12	7,00	39,80	0,06
Сб. Москва 2004, №355	Варенички лепные со сметаной	U200/5	214,00	4,80	6,70	52,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. №240	Компот из сладких фруктов	U200	60,62	0,00	0,00	14,98	4,00
ПВ	Хлеб ржаной	U50	120,00	3,25	0,50	27,50	0,00
	Итого ужин:		394,62	8,05	7,20	95,28	4,00
	Итого за день:		1681,16	45,84	47,89	305,08	13,72

Заведующий начальником пищевого цеха и
 специалистом питания и обучения Угличского
 детского реабилитационного центра
 подпись _____
 ФИО _____

день 9

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №96	Каша пшеничная молочная жидкая	1\200	249,80	14,60	6,40	42,50	0,00
ПВ	Батон	1\20	47,60	1,10	0,20	10,20	0,00
Сб.Москва 2004г. № 96	Масло сливочное (порция)	1\10	70,30	0,05	7,20	0,08	0,00
Сб.Пермь 2001г. №263	Чай с сахаром	1\170	53,60	0,07	0,00	15,30	0,00
	второй завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\100	98,00	2,50	3,50	11,00	0,00
	Итого завтрак:		519,30	18,32	17,30	79,08	0,00
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №198	Горошек консервированный после тепловой обработки	1\30	22,50	0,89	1,14	2,09	0,05
Сб.Пермь 2001г. №56	Щи из свежей капусты со сметаной и курицей	1\185\510	95,28	1,38	4,21	7,08	0,02
Сб.Пермь 2001г. №161	Бисочки из говядины п/ф	1\50	134,70	9,20	8,93	4,39	0,00
ПВ	Сок фруктовый	1\200	54,20	0,00	0,00	25,30	0,40
Сб.Пермь 2001г. № 204	Картофель отварной	1\100	132,00	2,09	4,69	18,14	0,03
ПВ	Хлеб ржаной	1\30	83,50	0,30	16,50	11,00	0,00
	Итого обед:		522,18	13,86	35,47	68,00	0,50
	Полдник						
	Фрукт свежий	1\100	40,00	0,30	0,00	8,60	10,00
Сб.Пермь 2001г. №248	Каша с молоком и сахаром	1\150	114,50	2,70	2,85	19,35	0,00
ПВ	Зефир ванильный	1\30	96,00	0,33	0,00	23,70	0,00
	Итого полдник:		250,50	3,33	2,85	51,65	10,00
Сб.Пермь 2001г. № 178	Котлета куриная п/ф	1\50	148,21	8,65	9,78	5,89	0,00
Сб.Пермь 2001г. №194	Макарона отварные	1\200	243,60	7,60	0,35	18,50	0,70
ПВ	хлеб пшеничный 1 сорт	1\50	117,00	1,30	3,60	25,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. №256	Напиток из шиповника	1\150	35,10	0,51	0,00	15,75	0,61
	Итого ужин		543,91	18,06	13,73	65,94	1,31
	Итого за день		1835,89	53,57	69,35	264,67	11,81

Институт питания Российской академии наук
 Федеральное государственное учреждение "Управление
 Роспотребнадзора по Пермской области"
 подпись: *Селиванов*
 ФИО: *Селиванов*

День: 10

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №91	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	1\200	249,80	15,30	6,40	42,50	0,00
ПВ	Батон	1\30	71,48	1,65	0,30	15,30	0,80
Сб.Москва 2004г. № 97	Сыр (порционы)	1\10	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 260	Чай с лимоном и сахаром	1\170	42,50	0,05	0,00	15,50	0,17
	2 завтрак						
	Фрукт свежий	1\100	76,00	0,00	0,00	19,50	5,00
	Итого завтрак:		481,28	19,80	15,42	93,15	5,17
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №23	Салат картофельный с зеленым горошком	1\30	47,10	0,91	3,41	3,22	2,80
Сб.Пермь 2001г. №34	Свекольник со сметаной с фрикадельками из говядины п/ф	1\195\5\15	81,24	1,48	4,89	7,76	0,04
Сб.Пермь 2001г. №180	Плов из курицы отварной	1\150	532,92	23,50	3,20	14,23	0,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	0,50	0,20	11,00	0,00
Сб.Москва 2004г. № 642	Кисель из яблок и брусники	1\200	108,00	0,00	0,00	26,00	0,40
	Итого обед:		817,26	26,39	11,70	62,21	3,24
	Полдник						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\200	75,00	3,90	7,00	10,40	0,00
ПВ	Пряник глазированный	1\50	180,20	2,50	1,50	58,90	0,00
	Итого полдник:		255,20	6,40	8,50	69,30	0,00
	Ужин						
Сб.Пермь 2001г. №127	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	1\175\25	188,60	16,40	4,00	35,20	0,00
	Хлеб пшеничный	1\50	117,00	1,30	3,60	25,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. №241	Компот из сухофруктов	1\200	73,10	0,18	0,09	18,20	0,20
	Итого ужин		378,70	17,88	7,69	79,20	0,20
	Итого за день		1932,44	70,47	43,31	303,86	8,61
	содержание пищевых веществ калорийность, факт		1891,22	63,41	63,68	261,06	16,89
	содержание пищевых веществ калорийность, норма не менее		1800,00	54,00	60,00	261,00	
	содержание пищевых веществ от калорийности, % факт			14,08	31,82	57,97	
300				12-15	30-32	55-58	
	распределение калорийности по приемам пищи,% факт		22,87	5,00	33,73	14,71	24,69
	распределение калорийности по приемам пищи,% норма		20-25	5,00	30-35	10-15	20-25

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь 2001
 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебродоформ" Москва 2004

Информационно-методический отдел центра за
 питание и обучение Удмуртский
 республиканский центр
 г.Ижевск
 Ижевск
 2004
 Подпись: *Смирнов*
 ФИО: *Смирнов*