

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ № 89 «Крепыш»  
Н.А. Кузина

**Подписано электронной подписью**

Сертификат:  
00D62A8E48695C254922E2D3D5A35B0E8B  
Владелец:  
Кузина Наталья Александровна  
Действителен: 01.11.2022с по 25.01.2024

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей раннего возраста от 6 мес. до 1 года

Утверждаю  
Заведующий



## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша кукурузная	150	5,28	6,56	21,52	166,21	/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>239</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>200</b>			<b>33</b>	<b>130</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)	150	4,98	6,28	8,52	110,38	39/1
	Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
	Бефстроганов из мяса	80	9,84	11,10	2,74	150,08	19/3
	Компот из чернослива	100	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>430</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>44</b>	<b>446</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Зразы творожные с изюмом (курагой)	120	23,30	7,80	23,50	257,30	12/3
	Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>230</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>321</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1222</b>	<b>51</b>	<b>40</b>	<b>155</b>	<b>1188</b>	

Утверждаю  
Заведующий

Н.А. Кузнецова

## Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная	150	5,86	6,57	20,96	166,44	8/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>239</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
Сок 0,2	100			16,30	65,20	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Щи из свежей капусты без картофеля	100	1,38	4,23	4,14	60,16	55/1
Суфле из филе индейки.	80	1,70	4,02	1,52	49,03	1/0
Пюре из тыквы	80					
Компот из кураги	100	0,52	0,03	11,09	46,70	23/3
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>360</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>17</b>	<b>156</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>						
Компот яблочный	100	0,10	0,10	8,54	35,49	1/2
Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
Рыба, тушеная в томатном соусе	50	9,26	2,27	3,01	69,44	144/1
Компот яблочный	100	0,10	0,10	8,54	35,49	1/2
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>360</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>44</b>	<b>293</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1182</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>117</b>	<b>805</b>	

Утверждаю:  
Заведующий



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша овсяная "Геркулес"	150	5,64	7,27	18,01	160,00	9/1
	молочная						
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>29</b>	<b>232</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп "Рябчик"	150	2,35	4,08	8,35	79,49	18/5
	Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
	Ласточкино гнездо	70	12,85	11,93	2,82	170,05	29/1
	Компот из кураги	100	1,44	0,08	22,13	95,07	394/9
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>420</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>52</b>	<b>474</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Пудинг творожный	120	23,56	9,32	13,24	230,97	10/3
	Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
	Пюре грушевое (яблочное) с термообработкой	40	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>260</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>303</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1142</b>	<b>52</b>	<b>41</b>	<b>136</b>	<b>1126</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Вермишель(макароны, рожки) в	150	4,89	6,47	15,79	140,94	15/1
	молоке						
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>26</b>	<b>213</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп гречневый	100	1,71	3,10	11,14	79,21	60/2
	Азу с чесноком и картофелем	100	12,24	12,43	21,65	247,41	14/3
	Кисель из сухих фруктов	100	0,26	0,05	7,22	30,34	12/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>300</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>40</b>	<b>357</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суфле из печени	70	13,64	7,42	4,50	139,32	20/3
	Пюре из кабачков	80			3,20	12,80	
	Пюре из кабачков	80			3,20	12,80	
	Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>330</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>205</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1092</b>	<b>36</b>	<b>33</b>	<b>112</b>	<b>892</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая на молоке	150	6,06	6,93	20,42	168,29	4/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>31</b>	<b>241</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Рассольник	150	4,55	6,78	11,14	123,80	50/2
	Картофельное пюре красное	100	2,65	3,76	17,56	114,69	13/5
	Компот из шиповника	100	0,41	0,17	8,79	38,31	29/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>350</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>37</b>	<b>277</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Рыба с картофелем в молочном соусе	100	12,93	5,22	24,75	197,72	137/1
	Компот из кураги и изюма	100	0,44	0,06	12,80	53,49	2/2
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>210</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>275</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1022</b>	<b>31</b>	<b>27</b>	<b>136</b>	<b>909</b>	

Утверждаю:  
Заведующий



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная	150	4,98	6,51	21,32	163,78	12/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>236</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
Сок 0,2	100			16,30	65,20	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп сырный	150	4,35	5,56	13,90	123,08	18/5
Бигус с мясом	120	12,20	12,07	8,27	190,52	9/2
Компот из черной смородины	150	0,20	0,08	9,44	39,30	31/3
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>420</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>32</b>	<b>353</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>112</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>52</b>	
<b>УЖИН</b>						
Омлет с рыбой	100	36,40	18,12	1,58	315,10	/0
Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>200</b>	<b>37</b>	<b>18</b>	<b>11</b>	<b>355</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1082</b>	<b>62</b>	<b>46</b>	<b>100</b>	<b>1061</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша молочная из разных круп	150	5,80	6,94	20,74	168,61	18/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>31</b>	<b>241</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп -пюре.(из картофеля)	150	2,72	2,81	9,73	75,15	12/0
	Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
	Люля-кебаб	63	10,21	9,21	5,24	144,63	18/5
	Компот из клюквы (брусники)	100	0,10	0,04	8,72	35,66	22/3
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>513</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>43</b>	<b>385</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Пюре банановое с термообработкой	100	0,60	0,04	10,67	45,46	1/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Пудинг творожный с курагой (изюмом)	120	22,61	9,07	13,43	225,72	9/3
	Компот из свежих фруктов	100	0,13	0,09	9,52	39,47	33/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>220</b>	<b>23</b>	<b>9</b>	<b>23</b>	<b>265</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1183</b>	<b>47</b>	<b>35</b>	<b>124</b>	<b>1002</b>	



Утверждаю  
Заведующий

Прием  
пищи



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Какао с молоком	150	3,14	3,35	8,79	77,90	7/3
Каша молочная пшенная	150	6,09	7,00	22,04	175,51	10/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>400</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>41</b>	<b>326</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
Сок 0,2	100			16,30	65,20	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп крестьянский с пшеном	150	1,92	4,45	11,42	93,35	42/3
Картофель отварной с луком	100	2,78	5,17	22,08	145,90	20/5
Пюре из мяса "Говядина"	50					
Компот из кураги	100	1,44	0,08	22,13	95,07	394/9
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>400</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>56</b>	<b>334</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>100</b>					
<b>УЖИН</b>						
Рыба под овощами	120	10,59	3,20	12,62	121,64	144/1
Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>220</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>22</b>	<b>162</b>	
<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1220</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>136</b>	<b>887</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

Н.А. Бузина

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша кукурузная	150	5,28	6,56	21,52	166,21	/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>239</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп овощной	150	2,00	4,38	10,33	88,73	35/3
	Руллет картофельный со свеклой (зразы)	100	4,19	3,62	26,54	155,53	27/1
	Пюре из мяса "Цыпленок"	80					
	Компот из яблок, груш, кураги(изюма)	100	0,32	0,07	10,14	42,52	13/2
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>440</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>52</b>	<b>310</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Пюре грушевое (яблочное) с термообработкой	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100					
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>32</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Сырники розовые с изюмом	120	19,18	6,80	18,13	210,34	4/3
	Компот из чернослива	100	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>220</b>	<b>19</b>	<b>7</b>	<b>32</b>	<b>267</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1210</b>	<b>34</b>	<b>24</b>	<b>140</b>	<b>913</b>	

Утверждаю  
Заведующий



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

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		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша "Дружба" с гречкой	150	5,97	6,93	19,77	165,36	2а/0
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>30</b>	<b>238</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок 0,2	100			16,30	65,20	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>			<b>16</b>	<b>65</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)	150	4,98	6,28	8,52	110,38	39/1
	Жаркое по-домашнему	100	12,25	12,46	23,22	254,04	6/3
	Компот из кураги и изюма	100	0,44	0,06	12,80	53,49	2/2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>350</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>45</b>	<b>418</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Йогурт(0,2) с 8 месяцев	100	2,90	2,70	10,70	78,70	
	Пюре грушевое (яблочное) с термообработкой	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	<b>111</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Капуста тушеная (брокколи, цветная) с томатом	130	2,21	2,60	7,09	60,49	/1
	Сердце в соусе	60	0,44	3,07	2,12	37,84	/0
	Компот из сушеных фруктов	100	0,34	0,07	7,99	34,01	394/9
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>300</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>156</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1200</b>	<b>33</b>	<b>37</b>	<b>131</b>	<b>987</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>11555</b>	<b>400</b>	<b>336</b>	<b>1288</b>	<b>9771</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1156</b>	<b>40</b>	<b>34</b>	<b>129</b>	<b>977</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>16</b>	<b>31</b>	<b>53</b>		

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

- 0
- 1 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОУ" г. Пермь 2001 г.
- 2 М.И. Снигур "Питание детей"
- 3 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" г. Пермь
- 5 "Питание детей по гипоаллергенной диете" г. Екатеринбург
- 7 Л.Л. Татарская "Кулинария и организация производства детского питания"