

Утверждаю:
Директор МБОУ «Серебрянская
школа – детский сад»
Раздольненского района
_____ С.А Кокоркина
«12» января 2026 г.

ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗАЦИОННОЕ МЕНЮ

НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

**Для МБОУ «Серебрянская школа – детский сад имени кавалера Мужества
Виктора Тошмотова»
Раздольненского района
Республики Крым
(для обучающихся с 7 до 11 лет)**

ЗАВТРАК 1день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
432	Оладьи с повидлом	150/30	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	152,22	24,4	0	152,22	124,56	21,34	0,48
389	Какао с молоком	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Фрукты	100	12,91	6,90	4,56	139,20	0,12	7,74	6,89	6,46	44,34	159,44	44,74	0,92
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Итого	530	5,08	3,54	37,58	665,29	0,08	59,5	46,89	7,34	138,21	385,87	137,93	10,18

ОБЕД 1день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
82	Суп картофельный с бобовыми	200	1,93	5,67	11,11	111,85	0,05	10,70	5,00	2,42	54,13	57,65	26,58	1,24
203	Каша гречневая с маслом сливочным	150/10	5,74	7,92	32,05	222,30	0,06	0	40,00	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
260	Гуляш	50/50	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
349	Салат из отварной свеклы	100	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
29	Чай	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
	Итого	710	34,48	36,53	133,44	1014,41	0,34	27,35	145	6,95	187,1	446,24	118,14	11,65

ЗАВТРАК 2 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
181	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/30	4,56	6,22	24,25	171,75	0,06	0,88	33,50	0,37	99,73	87,89	15,23	0,35
382	Плоды и ягоды свежие	100	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48
15	Кисломолочный продукт	200	2,32	2,95	0	36,00	0	0,07	26,00	0,05	88,00	50,00	3,50	0,10
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Итого	510	14,44	20,42	66,6	508,33	0,18	2,54	123,94	0,86	352,95	306,15	49,26	1,9

ОБЕД 2 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
102	Борщ со сметаной 15%	200/5	5,12	5,35	16,14	133,25	0,16	5,81	0	2,44	50,28	137,98	38,30	1,81
321	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	2,06	3,23	9,43	75,10	0,05	34,32	0	3,46	110,90	80,28	41,30	1,62
390	Котлеты	100	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0	0,08	15,80	4,4	5,14	0,95
243	Капуста квашенная	50	6,06	13,12	0,21	144,10	0,1	0	0	0,22	19,03	87,45	11	0,98
389	Сок	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	710	25	44,75	91,06	868,51	0,42	43,07	119	6,41	350,3	468,64	123,4	6,44

ЗАВТРАК 3 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
121	Каша (рассыпчатая)	150/10	7,46	6,85	21,35	102,05	0,14	1,14	38,25	0,19	201,10	207,08	58,08	1,41
2	Гуляш	50/50	2,40	3,87	27,83	156,00	0,04	0,10	20,00	0,39	10,00	22,80	5,60	0,60
209	Овощи сезонные (икра из кабачков)	65	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
386	Чай	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	40,00	0	240,00	180,00	28,00	0,20
ПП	Хлеб пшеничный	45	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	610	21,86	20,54	67,34	467,03	0,32	2,64	198,25	0,82	477,7	507,88	101,48	3,83

ОБЕД 3 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
95	Рассольник Ленинградский со сметаной 15%	200/5	8,60	8,41	14,33	167,25	0,10	9,11	15,00	0,88	45,30	176,53	47,35	1,27
259	Ленивые голубцы	150/15	16,20	18,09	16,58	295,00	0,12	6,76	0	3,10	30,50	205,75	42,48	3,86
389	Компот	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
320	Овощи сезонные	100	50	0,53	0,08	1,43	9,00	0,03	3,68	0	0,08	12,75	22,50	10,50
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого за день	720	54,18	48,5	173,55	1277,54	0,71	37,51	213,25	5,3	610,59	998,19	237,96	16,54

ЗАВТРАК 4 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
203	Каша молочная вязкая (пшено)	205	5,70	4,29	31,98	189,30	0,06	0	20,00	0,82	12,39	38,67	8,62	0,86
ПП	Фрукты сезонные	160	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
189	Бутерброд с маслом и сыром	25/20/20	5,74	7,92	32,05	222,30	0,06	0	40,00	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
377	Кофейный напиток	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
	Итого	630	26,37	25,02	88,16	683,89	0,19	20,85	20	11,83	88,32	285,88	67,99	5,87

Обед 4 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
88	Суп картофельный с крупой рисовой	200	1,90	5,70	8,08	97,85	0,06	15,80	5,0	2,37	53,65	52,05	22,58	0,84
171	Картофель отварной с маслом сливочным	150/5	3,78	7,78	39,29	242,00	0,03	0	40,00	0,25	17,04	82,38	27,89	0,59
229	Рыба тушеная с овощами	50/50	15,06	8,05	5,32	162,40	0,14	9,03	8,04	7,53	51,73	186,02	52,19	1,08
71	Капуста тушеная	50	0,53	0,08	1,43	9,00	0,03	3,68	0	0,08	12,75	22,50	10,50	0,38
389	Чай	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	755	33,27	27,07	115	852,01	0,41	32,51	153,04	10,67	190,26	511,28	151,11	8,17

ЗАВТРАК 5 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
182	Макаронные изделия с маслом сливочным и сыром	150/10	7,51	11,72	37,05	285,00	0,19	1,17	58,0	0,21	138,10	184,37	47,60	1,23
ПП	Овощи сезонные	100	5,80	8,30	14,83	157,0	0,04	0,11	59,0	0,47	139,2	96,0	9,45	0,49
ПП	Сок фруктовый	200	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
ПП	Фрукты сезонные	160	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
	Итого	630	17,6	22,92	77,71	588,58	0,3	2,58	137	0,68	407,68	391,57	76,05	2,47

ОБЕД 5 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
96	Щи с капустой и сметаной 15%	200/5	2,23	5,87	16,77	128,85	0,10	7,56	5,00	2,41	30,85	75,00	26,36	0,98
289	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	12,56	11,72	15,20	217,00	0,07	11,33	14,6	1,96	36,80	108,20	38,70	1,92
376	Бедро (куриное) запеченное	100	100	14,55	1,9	15,88	105,65	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104,35	33,12
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,04	0,6	40,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20
220	Капуста квашеная	50	0,75	6,02	2,35	66,60	0,03	4,69	0	0,36	22,32	39,59	13,19	0,57
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87

	Итого за день	710	47,59	50,8	158,48	1283,39	0,62	22,18	235,6	5,13	874,42	911,3	199,51	7,2
--	---------------	-----	-------	------	--------	---------	------	-------	-------	------	--------	-------	--------	-----

ЗАВТРАК 6 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
120	Каша вязкая молочная (манная)	150/5	5,47	4,75	17,96	150,0	0,09	0,83	33,0	0,38	163,0	136,88	26,68	0,65
16	Бутерброд с повидлом	30/15	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35
231	Какао с молоком	200	2,33	4,4	13,12	145	0,004	0	34,00	0,23	7,8	22,40	4,33	0,20
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
ПП	Фрукты	100	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
	Итого	520	19,83	22,06	51,01	494,98	0,26	2,23	213	1,06	438	437,38	68,68	2,82

Обед 6 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
99	Борщ со сметаной 15%	200/5	1,59	4,99	9,15	95,25	0,07	10,38	0	2,33	34,85	49,28	20,75	0,78
171	Макаронные изделие	150/5	6,84	8,01	40,06	260,00	0,13	0	40,00	0,86	36,09	156,47	36,66	2,65
239	Птица тушенная в соусе сметано- томатном	50/50	6,84	8,01	40,06	260,00	0,13	0	40,00	0,86	36,09	156,47	36,66	2,65
382	Чай	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87

	Итого за день	710	53,57	71,35	176,05	1585,29	0,7	30,12	357,44	7,36	730,86	1021,87	208,1	14,61
--	---------------	-----	-------	-------	--------	---------	-----	-------	--------	------	--------	---------	-------	-------

ЗАВТРАК 7 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
125	Тефтели	100	4,04	7,93	27,99	210,00	0,22	28,84	40,0	0,30	27,32	111,58	40,64	1,64
229	Картофель отварной	120/10	12,91	6,90	4,56	139,20	0,12	7,74	6,89	6,46	44,34	159,44	44,74	0,92
45	Сок	200	1,31	3,25	6,47	60,40	0,02	17,10	0	8,39	24,97	28,31	15,09	0,47
ПП	Фрукты сезонные	100	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	515	24,54	19,35	105,54	716,09	0,51	72,68	46,89	15,65	149,58	390,18	141,82	10,25

Обед 7 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2,73	14,58	90,75	0,10	8,25	0	1,26	23,05	62,55	25,00	0,88
218	Ленивые голубцы	150/20	28,18	13,40	26,17	337,90	0,11	0,46	140,60	0,91	281,2	406,98	46,36	1,52
379	Огурцы соленные	60	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0	125,78	90,00	14,00	0,13
56	Сок	200	2,22	2,10	13,22	100,00	0,02	1,00	18,00	0	4,33	80,00	10,00	0,12
ПП	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0	0	0	6,90	26,10	9,90	0,33
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	700	54,26	41,44	116,23	1054,76	0,38	10,52	316,4	2,57	720,17	854,71	125,91	4,96

ЗАВТРАК 8 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
203	Каша молочная вязкая (рисовая)	150/10	5,74	7,92	32,05	222,30	0,06	0	40,0	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
321	Кондитерское изделие	100	3,10	4,86	14,14	112,65	0,04	25,74	0	2,60	83,18	60,21	30,98	1,21
317	Кофейный напиток	200	13,72	8,84	0	134,33	0,02	0	13,0	0,20	25,35	92,95	13,0	1,17
338	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
ПП	Фрукты сезонные	100	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
	Итого	630	23,32	15,14	93,99	611,07	0,24	45,39	13	3,69	193,56	277,45	105,99	7,9

ОБЕД 8 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
102	Суп картофельный с крупой гречневой	200	5,49	5,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05
265	Жаркое по-домашнему	175	16,49	16,89	26,02	322,00	0,06	1,28	0	2,75	14,23	200,14	39,29	2,65
377	Капуста квашеная	75	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
56	Чай	200	2,22	2,10	13,22	100,00	0,02	1,00	18,00	0	4,33	80,00	10,00	0,12
	Итого	700	52,11	53,28	207,11	1538,78	0,68	70,33	93	9,38	312,56	670,12	221,91	17,78

ЗАВТРАК 9 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
171	Макароны отварные с маслом сливочным	150/10	8,81	5,92	39,79	247,00	0,21	0	20,00	0,45	25,19	208,85	140,52	4,72
260	Птица тушеная в сметано-томатном соусе	50/50	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
20	Овощи сезонные	50	0,75	6,02	2,35	66,60	0,03	4,69	0	0,36	22,32	39,59	13,19	0,57
382	Компот	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,56	0,45	21,74	105,21	0,05	0	0	0	10,35	39,15	14,85	0,50
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого	590	28,92	29,42	91,85	747,79	0,35	8,44	20	3,43	98,47	467,34	197,99	9,83

ОБЕД 9 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
103	Борщ со сметаной 15%	200/5	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	1,43	29,20	67,58	27,28	1,13
292	Плов	150	8,13	1,97	13,88	105,65	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104,35	33,12	1,21
379	Овощи сезонные	100	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0	125,78	90,00	14,00	0,13
342	Чай	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,04	0,6	40,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	705	56,1	45,99	171,99	1338,65	0,7	23,59	121,13	5,25	598,48	1000,8	318,54	14,05

ЗАВТРАК 10 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
218	Каша рассыпчатая (рисовая)	150/5	22,92	11,22	23,64	286,75	0,08	0,32	99,9	0,65	199,8	289,17	32,94	1,08
229	Фрукты	160	12,91	6,90	4,56	139,20	0,12	7,74	6,89	6,46	44,34	159,44	44,74	0,92
382	Котлета рыбная	100	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48
389	Чай	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого	630	32,27	21,25	72,3	609,07	0,21	2,01	128,54	0,67	394,22	482,93	72,57	2,53

ОБЕД 10 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
82	Суп картофельный с бобовыми	200	1,93	5,67	11,11	111,85	0,05	10,70	5,00	2,42	54,13	57,65	26,58	1,24
125	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	3,05	7,76	21,03	174,00	0,17	21,63	40,00	0,25	21,09	84,44	30,48	1,24
15	Капуста квашеная	50	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
265	Бедро куриное	100	3,05	3,05	3,05	3,05	3	3,0	3,0	3,0	3,05	3,0	3,05	3,05
389	Компот	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	755	65,44	48,87	186,77	1477,58	0,8	66,05	281,58	11,69	613,01	1018,37	243,77	15,05

Меню разработано в соответствии сборников рецептур:

- сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. Могильного М.П., Тутельян В.А. 2015г
- сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, под ред. Могильного М.П., Тутельян В.А. 2015г