

Утверждаю:

Директор МБОУ «Серебрянская
школа – детский сад им. кавалера ордена

Мужества В. Тошмотова»

Раздольненского района

_____ С.А Кокоркина

«01» апреля 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 воспитанников детского сада 3 – 7 лет)

ЗАВТРАК 1день

№ реп.	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
432	Оладьи с сгущенным молоком	120/20	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
	Кисломолочный продукт (порционный)	125	2,32	2,95	0	36	0	0,07	26,00	0,05	88,00	50,00	3,50	0,10
	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	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	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			Энергет и ческая ценност ь	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	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 рассыпчатая с маслом сливочным	120/5	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 (мясной)	40/40	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
	Кондитерское изделие	50	3,10	4,86	14,14	112,65	0,04	25,74	0	2,60	83,18	60,21	30,98	1,21
349	Овощи сезонные	50	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	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	575	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

№ 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
181	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/20	4,56	6,22	24,25	171,75	0,06	0,88	33,50	0,37	99,73	87,89	15,23	0,35
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
	Фрукты сезонные	80	0	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
	Итого	430	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

№ 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
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	120/5	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 (мясные)	100	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0	0,08	15,80	4,4	5,14	0,95
	Овощи сезонные	60	6,06	13,12	0,21	144,10	0,1	0	0	0,22	19,03	87,45	11	0,98
	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
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	760	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	Омлет натуральный	125	7,46	6,85	21,35	102,05	0,14	1,14	38,25	0,19	201,10	207,08	58,08	1,41
209	Кондитерское изделие	60	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
386	Компот фруктовый	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	40,00	0	240,00	180,00	28,00	0,20
	Хлеб пшеничный	30	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
	Хлеб ржано- пшеничный	20	30	1,57	0,31	13,83	64,3	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00
	Итого	435	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	Каша рассыпчатая	120/5	16,20	18,09	16,58	295,00	0,12	6,76	0	3,10	30,50	205,75	42,48	3,86
342	Фрикадельки (мясные)	90/10	6,84	8,01	40,06	260,00	0,13	0	40,00	0,86	36,09	156,47	36,66	2,65
97	Овощи сезонные	60	0,1	4,60	0,28	63,00	0,03	0	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
389	Компот (фруктовый)	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	760	32,32	27,96	106,21	810,51	0,39	34,87	15	4,48	132,89	490,31	136,48	12,71

ЗАВТРАК 4 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
203	Каша молочная вязкая с крупой пшениной	150/5	5,70	4,29	31,98	189,30	0,06	0	20,00	0,82	12,39	38,67	8,62	0,86
260	Яйцо вареное	40	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
1	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	10/10/40	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
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	465	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

№ 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
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	120/5	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	40/40	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	Овощи сезонные	50	0,53	0,08	1,43	9,00	0,03	3,68	0	0,08	12,75	22,50	10,50	0,38
	Кондитерское изделие	50	0,0	3,54	17,58	118,6	0,06	152,22	24,4	0	152,22	124,56	21,34	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
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	775	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			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
182	Макаронные изделие с маслом сливочным и сыром	150	7,51	11,72	37,05	285,00	0,19	1,17	58,0	0,21	138,10	184,37	47,60	1,23
	Фрукты	50	5,80	8,30	14,83	157,0	0,04	0,11	59,0	0,47	139,2	96,0	9,45	0,49
	Сок фруктовый	200	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
386	Хлеб пшеничный	30	5,4	5,0	21,6	158,0	0,06	1,8	40,0	0	242,0	188,0	30,0	0,20
	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	450	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			Энергети- ческая 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 рассыпчатая с маслом	120/5	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	100	14,55	1,9	15,88	105,65	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104
342	Компот (фруктовый)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,04	0,6	40,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20
	Овощи сезонные	50	0,53	0,08	1,43	9,00	0,03	3,68	0	0,08	12,75	22,50	10,50	0,38
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	710	29,99	27,88	80,77	694,81	0,32	19,6	98,6	4,45	466,74	519,73	123,46	4,73

ЗАВТРАК 6 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
120	Каша вязкая молочная с крупой манной	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
1	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	10/10/40	5,74	7,92	32,05	222,30	0,06	0	40,00	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
	Фрукты сезонные	50	0	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
389	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
	Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого	475	19,83	22,06	51,01	494,98	0,26	2,23	213	1,06	438	437,38	68,68	2,82

№ 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
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 изделия	120/5	6,84	8,01	40,06	260,00	0,13	0	40,00	0,86	36,09	156,47	36,66	2,65
260	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
	Овощи по сезону	50	0,53	0,08	1,43	9,00	0,03	3,68	0	0,08	12,75	22,50	10,50	0,38
	Кисломолочный продукт (порционный)	125	2,32	2,95	0	36,00	0	0,07	26,00	0,05	88,00	50,00	3,50	0,10
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
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	905	33,74	49,29	125,04	1090,31	0,44	27,89	144,44	6,3	292,86	584,49	139,42	11,79

ЗАВТРАК 7 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергет и- ческая ценност ь	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
125	Оладьи с сгущенным молоком	120/20	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	Фрукты	50	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	Кисломолочный продукт	200	1,31	3,25	6,47	60,40	0,02	17,10	0	8,39	24,97	28,31	15,09	0,47
	Итого	390	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

№	Наименование	Масса	Пищевые вещества	Энергети-	Витамины (мг)	Минеральные вещества(мг)
---	--------------	-------	------------------	-----------	---------------	--------------------------

рец.	блюда	порции	Б	Ж	У	ческая ценность	В1	С	А	Е	Ca	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	Картофель отварной с маслом сливочным	120/5	28,18	13,40	26,17	337,90	0,11	0,46	140,60	0,91	281,2	406,98	46,36	1,52
376	Бедро (куриное) запеченное	100	100	14,55	1,9	15,88	105,6 5	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104,35	33,12
	Фрукты сезонные	50	12,91	6,90	4,56	139,20	0,12	7,74	6,89	6,46	44,34	159,44	44,74	0,92
379	Овощи сезонные	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
	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0	0	0	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	860	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			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
203	Омлет натуральный	125	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	80	3,10	4,86	14,14	112,65	0,04	25,74	0	2,60	83,18	60,21	30,98	1,21
382	Чай	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00
	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
	Итого	645	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			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	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
	Овощи по сезону	30	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36

	Фрукты сезонные	50	12,91	6,90	4,56	139,20	0,12	7,74	6,89	6,46	44,34	159,44	44,74	0,92
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	525	28,79	38,14	113,12	927,71	0,44	24,94	80	5,69	119	392,67	115,92	9,88

ЗАВТРАК 9 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
171	Каша молочная рисовая	150/5	8,81	5,92	39,79	247,00	0,21	0	20,00	0,45	25,19	208,85	140,52	4,72
1	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	10/40	5,74	7,92	32,05	222,30	0,06	0	40,00	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
342	Какао с молоком	200	4,74	6,92	30,05	218,30	0,06	0	40,00	0,87	13,59	40,17	8,62	0,87
	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	425	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	Ca	P	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	Каша рассыпчатая	120/5	8,13	1,97	13,88	105,65	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104,35	33,12	1,21
230	Гуляш (мясной)	50/50	8,45	1,9	15,88	110,33	0,09	8,88	9,13	0,34	29,88	180,66	33,1	2,45
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
	Овощи сезонные	60	0,75	6,02	2,35	66,60	0,03	4,69	0	0,36	22,32	39,59	13,19	0,57
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	760	27,18	16,57	80,14	590,86	0,35	15,15	101,13	1,82	500,01	533,46	120,55	4,22

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	Запеканка творожная	130/20	22,92	11,22	23,64	286,75	0,08	0,32	99,9	0,65	199,8	289,17	32,94	1,08
231	Кофейный напиток	200	2,33	4,4	13,12	145	0,004	0	34,00	0,23	7,8	22,40	4,33	0,20
	Фрукты сезонные	50	14,55	16,79	2,89	221,0	0,03	0,92	0	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
	Итого	400	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	Макароны отварные с маслом сливочным	120/5	3,05	7,76	21,03	174,00	0,17	21,63	40,00	0,25	21,09	84,44	30,48	1,24
9	Птица отварная	80	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
	Овощи по сезону	60	3,05	3,05	3,05	3,05	3	3,0	3,0	3,0	3,05	3,0	3,05	3,05
	Сок фруктовый	200	1,12	0,22	9,88	45,98	0,03	0	0	0	4,60	21,20	5,00	0,62
	Хлеб пшеничный	40	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,57	0,31	13,83	64,37	0,04	0	0	0	6,44	29,68	7,00	0,87
	Итого	845	33,17	27,62	114,47	868,51	0,59	64,04	153,04	11,02	218,79	535,44	171,2	12,52

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