

Примерное десятидневное меню для детей до 3 лет и от 3 до 7 лет
(летний период),

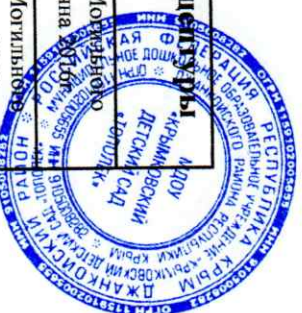
посещающих муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Крымковский детский сад «Тополек» Джанкойского района РКрым.
(МДОУ «Крымковский детский сад «Тополек»)



Утверждено:
Заведующий МДОУ
Крымковский детский сад «Тополек»
Д.Я.Кадьрова
Приказ №11-04 от 01.08. 2025г.

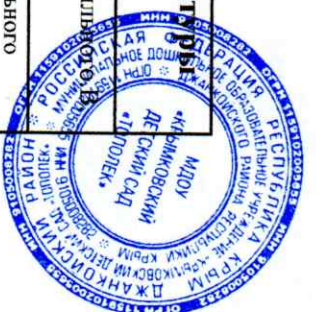


Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли	Сал	Б	Ж	У		
День 1	Суп молочный с крупой манной	150	250	3,9-5,21	3,81-5,08	12,32-16,42	99,15-132,2	№101М.П.Могильного В.А.Титульняна №431 2016г.
Понедельник								№412М.П.Могильного В.А.Титульняна 2016г.
к завтраку:	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№418М.П.Могильного В.А.Титульняна 2016г.
	кондитерские изделия	15	20	0,10-1,36	2,78-3,7	0,81-1,08	67,65-90,20	
10 час.	Сок	0	140	0-0,5	0	0-10,1	0-42,67	
Всего:				4,07-7,19	6,60-8,80	20,23-37,8	195,8-306,07	
Обед:	Суп картофельный с клецками	180	200	1,34-1,51	2,15-2,42	7,77-8,74	55,84-67,82	М.П.Могильного В.А.Титульняна №91
	Пюре картофельное	120	120	2,45-2,45	3,84-3,84	16,35-16,35	109,80-109,80	В.А.Титульняна
	Котлета рыбная соус	90/20	90/30	26,25-29,83	17,72-18,2	7,36-7,45	202,5-221,5	№257М.П.Могильного В.А.Титульняна 2014г.
	Салат из св. капусты	40	40	0,5-0,56	2,03-2,03	3,46-3,46	34,36-34,36	№21М.П.Могильного В.А.Титульняна
	Компот из сухофруктов	150	180	0,33-0,40	0,02-0,02	20,84-24,99	84,75-101,70	№394М.П.Могильного В. А.Титульняна
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного В.А.Титульняна
	Хлеб пшеничный	45	60	3,56-4,74	0,45-0,60	21,74-28,98	105,75-141	М.П.Могильного В.А.Титульняна
Всего:				36,41-42	26,57-27,55	87,54-102,66	645,2-742,3	
Подлиник	Оладьи со стущ.молоком	60/5	60/5	4,58-4,58	7,33-7,33	24,75-24,75	183-183	М.П.Могильного В.А.Титульняна №431 2016г.
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Титульняна №416 2016г.
Всего:				7,73-8,25	10,05-10,52	37,71-40,57	272-290	
Итого:				48,21-54,44	43,22-46,87	145,48-181,03	1113-1338,37	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур
		Ясли	Сад	Б	Ж	У		
День 2 Вторник Завтрак:	Суп молочный с крутой гречневой	150	250	4,48-7,46	4,11-6,85	12,81-17,08	106,65-177,75	№101М.П.Могильного А. Титulyяна
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№412М.П.Могильного В.А.Титulyяна 2016г.
	Хлеб пшеничный с маслом	20,5	30,5	2,6-4,4	3,6-6,0	14,1-23,4	93,7-136	№1М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Всего:			7,15-11,98	7,72-12,87	34,01-50,68	229,35-354,75	
	обед:							
	Салат из св.помидор и огурцов	40	50	0,39-0,49	2,04-2,55	1,04-1,3	23,92-29,9	№15.М.П.Могильного В.А.Титulyяна 2016г.
	Суп картофельный с макарон.издел.	180	200	1,94-2,15	2,04-2,27	12,34-13,71	75,42-83,8	№88.М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Плов из говяд.	150	150	11,63-11,63	13,43-13,43	22,35-22,35	256,5-256,5	№304/1.М.П.Могильного В.А. Титulyяна 2014г.
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.Могильного В.А.Титulyяна 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного В.А.Титulyяна
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П.Могильного В.А.Титulyяна
	Всего:			18,28-20,6	18,2-19,21	83,3-98,83	567,43-648,3	
	Подник	60	80	7,9-10,54	4,7-6,26	25,01-33,35	173,14-230,86	№441М.П. Могильного. Титulyяна В.А.
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Титulyяна №416 2016г.
	Всего:			11,05-14,21	7,42-9,45	37,97-49,17	262,14-337,86	
	Итого:			36,45-46,79	33,34-41,53	155,28-198,68	1058,92-1340,91	

МДОУ "Крымковский детский сад "Тополек"



Наименование пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Млн	Сал	Б	Ж	У		
День 3 Среда завтрак:	Суп молочный с крупой овсяной	150	250	4,44-7,40	4,45-7,41	13,45-22,4	111,6-186	№101М.П.Мотильного. В.А. Титulyяна2016
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№412М.П.Мотильного. В.А. Титulyяна2016
	Кондитерские изделия	15	20	0,10-1,36	2,78-3,7	0,81-1,08	67,65-90,20	М.П.Мотильного В.А.Титulyяна 2016г
	10 ч.	0	100	0-0,5	0	0-10,1	0-42,67	№418М.П.Мотильного. В.А. Титulyяна2016
Всего:				4,61-9,38	7,24-11,13	21,36-43,78	208,25-359,9	
Обед:	Борщ вегетарианский	180	200	1,97-2,19	4,28-4,76	9,85-10,94	85,86-95,4	№165М.П.Мотильного. В.А. Титulyяна2014
	Каша гречневая	155	155	4,4-4,4	5,9-5,9	19,3-19,3	147,1-147,1	№65М.П.Мотильного.В .А. Титulyяна2016
	Тертелли мясные	60/20	60/30	9,94-12,35	8,24-14,67	13,3-17,29	166,46-250,69	№303М.П.Мотильного. В.А. Титulyяна2016
	Компот из св. яблочек	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.Мотильного.В. А.Титulyяна 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,20-66,12	М.П.Мотильного В.А.Титulyяна
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П.Мотильного В.А.Титulyяна
	Салат из св. помидор	40	40	0,45-0,45	23,47-23,47	1,89-1,89	31,64-31,64	№14М.П.Мотильного.В .А. Титulyяна2016
Всего:				20,86-24,43	42,64-49,72	87,93-100,48	629,85-759,25	
Полдник	Яйца вареные	1	1	5,08-5,08	4,6-4,6	0,28-0,28	63-63	№382.М.П.Мотильного. Т.В.Титulyяна
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Мотильного В.А.Титulyяна№416
	Хлеб пш. с сыром	20,5	30,1	3,35-4,73	4,83-6,88	10,22-14,56	97,61-139	№3.М.П.Мотильного. Т.В.Титulyяна
	Всего:			11,58-13,48	12,15-14,67	23,46-30,66	249,61-309	
Итого:				37,05-47,29	62,04-75,52	132,45-174,92	1087,71-1428,15	

МДОУ "Крымковский

детский

сад

"Тополек"



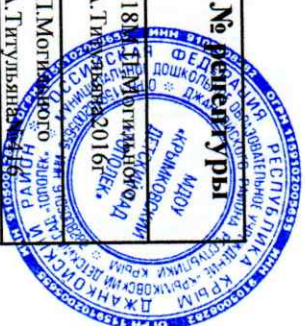
Вид пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли	Сад	Б	Ж	У		
День 4 Четверг завтрак:	Макароны с маслом	110	110	4,03-4,03	3,29-3,29	19,34-19,34	121,35-121,35	№218 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58-2,37	0,2-0,3	9,66-14,49	47-70,50	М.П. Мотильного В.А. Титильяна
	Всего:			8,76-10,07	6,21-6,78	41,96-49,65	257,53-299,03	
Обед:	Суп картофельный с бобовыми	180	200	3,95-4,39	3,79-4,22	11,75-13,06	97,02-107,8	№87 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
	Птица туш. с соусом	60/15	80/30	12,95-17,45	8,18-12,64	1,19-2,39	137,85-192,69	№317 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
	Пюре картофельное	120	120	2,45-2,45	3,84-3,84	16,35-16,35	109,8-109,8	№339 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390 М.П. Мотильного, В. А. Титильяна 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,20-66,12	М.П. Мотильного В.А. Титильяна
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П. Мотильного В.А. Титильяна
	Салат из св. огурцов	40	40	0,30-0,30	2,44-2,44	0,95-0,95	26,92-26,92	№13 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
Всего:				23,75-29,63	19-24,06	73,83-83,81	570,38-671,43	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	60	4,5-4,5	5,7-5,7	1,85-1,85	123,6-123,6	№152 М.П. Мотильного Т.В. Титильяна
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№412 М.П. Мотильного В.А. Титильяна 2016г.
Всего:				4,57-4,62	5,71-5,9	8,95-12,05	152,6-164,6	
Итого:				37,08-44,32	30,92-36,74	124,74-145,51	980,51-1135,06	

МДОУ "Крымковский

Детский

сад

"Тополек"



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли	Сад	Б	Ж	У		
День 5 Пятница завтрак:	Суп молочный с крупой пшено	150	250	4,35-5,80	4,11-6,85	13,93-23,21	110,10-183,5	№101М. В.А.Тигульнова 2016г.
	Хлеб пш. с сыром	20,5	30,50	3,32-4,73	4,83-6,88	10,22-14,56	97,61-139	№3,М.П.Могильного Т.В.Тигульнова 2016г.
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№412М.П.Могильного В.А.Тигульнова 2016г.
	Всего:			7,74-10,65	8,95-13,75	31,25-47,97	236,71-363,5	
Обед:	Борщ	180	200	1,31-1,45	3,54-3,93	9,17-10,19	73,8-82	№63М.П.Могильного В.А.Тигульнова 2016г.
	Макароньы отварные	110	130	4,11-5,75	3,18-4,45	2,99-4,19	56,88-79,63	№151М.П.Могильного Т.В.Тигульнова
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.Могильного В.А.Тигульнова 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного В.А.Тигульнова
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П.Могильного В.А.Тигульнова
	Гуляш (говядина)	50/50	50/50	1,6-1,9	1,8-2,0	17,8-18,6	78,2-84,5	№21М.П.Могильного В.А.Тигульнова
	Салат из св. капусты	40	40	0,56-0,56	2,03-2,03	3,46-3,46	34,36-34,36	№449М.П.Могильного В.А.Тигульнова
Всего:				9,7-14,7	11,3-13,33	77,01-87,5	442,03-514,71	
Полдник	Сдоба	50	50	3,88-3,88	2,36-2,36	26,15-26,15	141-141	М.П.Могильного В.А.Тигульнова
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Тигульнова №416
Всего:				7,03-7,55	5,08-5,55	39,11-41,97	230-248	
Итого:				24,47-32,9	25,33-32,63	147,37-177,44	908,74-1126,21	

МДОУ "Крымковский

Детский сад "Тополь"



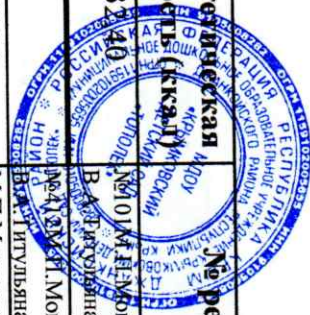
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Если	Сад	Б	Ж	У		
День 6 Понедельник завтрак:	Суп молочный рисовый	150	250	3,61-6,03	3,81-6,35	12,62-16,83	99,3-138,40	№101М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29,41	№41М.П.Могильного В.А.Тигульяна 2016г.
	Кондитерские изделия	15	20	0,10-1,36	2,78-3,7	0,81-1,08	67,65-90,20	М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	10час	0	100	0-0,5	0	0-10,1	0-42,67	№418М.П.Могильного.В.А.Тигульяна
Всего:				3,78-8,01	6,60-10,07	20,58-38,21	195,95-306,27	
Обед:	Суп картофельный горох.	180	200	3,95-4,39	3,79-4,22	11,75-13,06	97,02-107,80	№87М.П.Могильного В.А.Тигульяна 2016г.
	Котлета рыбная соус	90/20	90/30	26,25-29,83	17,72-18,2	7,36-7,45	202,5-221,5	№257М.П.Могильного В.А.Тигульяна2014г.
	Пюре картофельное	120	120	2,45-2,45	3,84-3,84	16,35-16,35	109,80-109,80	№339М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.МогильногоВ.А.Тигульяна 2016г.
	Хлеб ржаной	30	37,5	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	Хлеб пшеничный	45	60	3,56-4,74	0,45-0,60	21,74-28,98	105,75-141	М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	Салат из св. капусты	40	40	0,5-0,56	2,03-2,03	3,46-3,46	34,36-34,36	№21М.П.Могильного В.А.Тигульяна
	Всего:			40,33-44,05	26,29-27,48	88,71-102,41	655,11-743,82	
Полдник	Оладьи со сгущ.молоком	60/5	60/5	4,58-4,58	7,33-7,33	24,75-24,75	183-183	М.П.Могильного В.А.Тигульяна№431 2016г.
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Тигульяна№416 2016г.
Всего:				7,73-8,25	10,05-10,52	37,71-40,57	272-290	
Итого:				51,84-60,37	42,94-48,07	147,03-181,19	1123,06-1340,09	

МДОУ "Крымковский

Детский

сад

"Тополек"



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		Если	Сад	Б	Ж	У		
День 7 Вторник завтрак:	Каша молочная манная с изюмом	150,5	200,5	5,53-7,38	5,89-6,65	39,05-51,76	231-296	
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58-2,37	0,2-0,3	9,66-14,49	47-70,50	
	Всего:			7,18-9,87	6,10-6,97	55,81-76,45	307-407,5	
Обед:	Рассольник ленинградский	180	200	2,04-2,04	5,0-5,0	14,10-14,10	109,75-109,75	№58М.П.Могильного Т.В.Тигульина
	Тефтели мясные (говядина) с соусом	60/20	60/30	9,94-12,35	8,24-14,67	13,3-17,29	166,46-250,69	№303М.П.Могильного.В. А.Тигульина2016
	Макароны отварные	110	130	4,11-5,75	3,18-4,45	2,99-4,19	56,88-79,63	№151М.П.Могильного Т.В.Тигульина
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.Могильного.В.А.Т игульина 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного В.А.Тигульина
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П.Могильного В.А.Тигульина
	Всего:			20,19-25,18	17,17-25,04	73,98-86,64	531,88-674,29	
Полдник	Сдоба	50	50	3,88-3,88	2,36-2,36	26,15-26,15	141-141	№449М.П.Могильного В.А.Тигульина
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Тигульина№416 2016г.
	Яблоки	50	100	0,2-0,4	0,2-0,4	4,9-9,8	22-44	М.П.Могильного В.А.Тигульина№386
Всего:				7,23-7,95	5,28-5,95	44,01-51,77	252-292	
Итого:				34,6-43	28,55-5,95	117,99-214,86	1090,8-1373,79	

МДОУ "Крымковский

детский

сад

"Тополек"



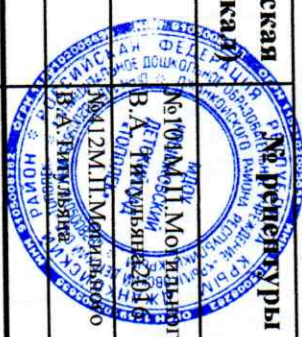
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Ясли	Сад	Б	Ж	У		
День 8 Среда Завтрак:	Суп молочный с крупой	150	250	4,35-5,80	4,11-6,85	13,93-23,21	110,10-183,5	№101М.П.Могильного В.А.Тигульняна 2016г.
	пшено							
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№115М.П.Могильного В.А.Тигульняна 2016г.
	Хлеб пш. с сыром	20,5	30,10	3,32-4,73	4,83-6,88	10,22-14,56	97,61-139	№116М.П.Могильного В.А.Тигульняна 2016г.
Всего:				7,41-10,65	8,95-13,75	31,25-47,97	236,71-363,5	
Обед:	Борщ со сметаной	150	200	4,1-4,8	5,9-6,9	24,5-26,4	178,7-192,4	№27М.П.Могильного Т.В.Тигульняна
	Плов из говяд.	150	150	11,63-11,63	13,43-13,43	22,35-22,35	256,5-256,5	№304/1М.П.Могильного. В.А.Тигульняна 2016г.
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П.Могильного.В. А.Тигульняна 2016г.
	Салат из св.помидор и огурцов	40	50	0,39-0,39	2,04-2,04	1,04-1,04	23,92-23,92	№15М.П.Могильного.В.А. Тигульняна 2016г.
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П.Могильного
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	М.П.Могильного В.А.Тигульняна
	Всего:			20,22-21,86	22,12-23,29	91,48-100,77	657,91-707,04	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	80	7,9-10,54	4,7-6,26	25,01-33,35	173,14-230,86	№441М.П. Могильного.Тигульнян В.А.
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	М.П.Могильного В.А.Тигульняна №416
Всего:				11,05-14,21	7,42-9,45	37,97-49,17	262,14-337,86	
Итого:				38,68-46,72	38,49-46,49	160,7-197,91	1156,8-1408,4	

МДОУ "Крымковский

детский

сад

"Тополек"

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Подпись
		Если	Сал	Б	Ж	У		
День 9 Четверг завтрак:	Суп молочный с крупой овсяной	200	250	5,92-7,40	5,93-7,41	17,93-22,4	148,8-186	 №104М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	
	Кондитерские изделия	15	15	0,10-0,10	2,78-2,78	0,81-0,81	67,65-67,65	
	Всего:			6,09-7,62	8,72-10,21	25,84-33,41	245,45-294,65	
Обед:	Суп картофельный с	180	200	1,94-2,15	2,04-2,27	12,34-13,71	75,42-83,8	№88 М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Птица туш. с соусом	60/15	80/30	12,95-17,45	8,18-12,64	1,19-2,39	137,85-192,69	№317М.П. Могильного В.А. Титильяна
	Каша гречневая	155	155	4,4-4,4	5,9-5,9	19,3-19,3	147,1-147,1	№65М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Компот из св. яблок	150	180	0,14-0,16	0,14-0,16	21,49-23,88	87,84-97,60	№390М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Хлеб ржаной	30	38	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,2-66,12	М.П. Могильного В.А. Титильяна
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	В.А. Титильяна
Всего:				23,4-29,04	16,87-21,73	76,42-86,46	559,16-657,81	
Полдник	Омлет	60	80	5,73-7,52	10,53-13,46	1,10-1,51	127-157	№229М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	№416М.П. Могильного В.А. Титильяна
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58-2,37	0,2-0,3	9,66-14,49	47-70,5	М.П. Могильного. В.А. Титильяна
	Всего:			10,46-13,6	13,45-17	23,72-31,82	263-334,5	
Итого:				39,95-50,26	39,04-49,94	126-151,7	1067,61-1287	

МДОУ Крымковский

детский

сад

"Тополек"

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Ясги	Сал	Б	Ж	У		
День 5 Пятица завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	200	250	5,97-7,46	5,97-6,85	17,08-21,35	142,2-177,75	№101М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Чай с лимоном	150	180	0,07-0,12	0,01-0,02	7,10-10,20	29-41	№412М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Кондитерские изделия	15	20	0,10-1,36	2,78-3,7	0,81-1,08	67,65-90,20	
	Всего:			6,14-8,94	8,76-10,57	24,99-32,63	238,85-308,95	
Обед:	Суп картофельный с клецками	180	200	1,34-1,51	2,15-2,42	7,77-8,74	55,84-67,82	№91М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Жаркое по-домашнему	180	180	13,32-13,32	13,14-13,14	18,54-18,54	245,61-245,61	№276М.П.Могильного В.А. Титulyяна2014
	Хлеб ржаной	30	37,5	1,98-2,51	0,36-0,46	10,02-12,69	52,20-66,12	М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Хлеб пшеничный	25	30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,49	58,75-70,50	№14М.П.Могильного В.А. Титulyяна
Всего:	Салат из св. помидор	40	40	0,45-0,45	23,47-23,47	1,89-1,89	31,64-31,64	
				19,07-20,16	39,4-39,8	50,3-56,35	412,481,7	
	Сдоба	50	50	3,88-3,88	2,36-2,36	26,15-26,15	141-141	№449М.П.Могильного В.А. Титulyяна
	Какао с молоком	150	180	3,15-3,67	2,72-3,19	12,96-15,82	89-107	№416М.П.Могильного В.А. Титulyяна№386
Всего:	Доблоки	0	100	0-0,4	0-0,4	0-9,8	0-44	№386М.П.Могильного В.А. Титulyяна
				7,03-7,55	5,08-5,95	39,11-51,77	230-248	
	Итого:			32,24-36,65	53,24-56,32	113,7-140,75	880,85-1038,65	

Сборник рецептов: Могильного М.П. В.А.Тутельяна 2016г.
МДОУ "Крымковский Детский сад "Тополек"

