

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

« Детский сад № 25»



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ « Детский сад № 25»

Е.В.Деева

« 30 »

10

2020г.

### Примерное меню

для детей с 10,5 часовым пребыванием

сезон : зима-весна

Неделя: первая

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная группа: с 3 до 7 лет

№ рецеп-туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
182/07	Каша молочная из ячневой крупы с маслом	200/5	6,83	7,77	40,20	258	0,13			
215	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110	0,18			
392/11	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40	0,03			
	Итого		<b>9,47</b>	<b>11,95</b>	<b>65,59</b>	<b>408</b>	<b>0,34</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 ч.	Сок фруктовый (яблочный)	150	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>17,55</b>	<b>71</b>	<b>3,00</b>			
<b>Обед</b>										
217	Икра кабачковая	30	0,3	2,1	2,1	28	0,05			
67/11	Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной	200/6/5	3,86	5,24	7,71	93	14,75			
306/11 350/11	Биточки рубленые из птицы (паровые) с соусом молочным	70/30	9,93	10,61	6,33	160	0,32			
317/11	Макароны отварные с маслом	150	4,20	9,38	28,61	215	0,00			
342\07	Компот из свежих яблок	180	0,14	0	26,1	104	2,52			
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>20,94</b>	<b>27,69</b>	<b>85,29</b>	<b>673</b>	<b>17,64</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
235/11	Пудинг из творога с изюмом молоком сгущенным	100/20	16,86	11,98	32,17	301	0,19			
	Хлеб пшеничный	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Молоко	180	5,04	5,76	8,52	104	2,34			
	Итого		<b>24,18</b>	<b>18,01</b>	<b>54,7</b>	<b>474</b>	<b>2,53</b>			
	Всего		<b>55,34</b>	<b>57,65</b>	<b>223,13</b>	<b>1626</b>	<b>23,51</b>			

Неделя: первая

День: ВТОРНИК

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг		
			Б	Ж	У		С		
<b>Завтрак</b>									
182/07	Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом	200/5	7,24	9,24	38,00	263	1,74		
	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	30/20/5	3,98	5,98	15,40	130	0,00		
395/11	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17		
	Итого		<b>14,07</b>	<b>17,63</b>	<b>67,76</b>	<b>484</b>	<b>2,91</b>		
<b>Второй завтрак</b>									
в 10 ч. 388/07	Напиток из сухофруктов КУРАГА	150	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>8,18</b>	<b>51</b>	<b>0,23</b>		
	Фрукты свежие (яблоко)	60	<b>0,24</b>	<b>0,00</b>	<b>6,78</b>	<b>28</b>	<b>6,00</b>		
<b>Обед</b>									
24	Свекла отварная (долька)	40	0,48	0,00	2,84	13	1,6		
81/11	Суп картофельный с горохом (лущеный), с мясом	200/6	6,58	4,23	14,92	123	4,56		
282/11	Биточки из говядины (запеченный)	70/30	10,43	7,7	9,70	151	0,00		
354/11	с соусом смет								
321	Пюре картофельное	150	3,12	5,1	18,57	132	5,4		
415	Компот из ягоды	180	0,39	0,13	10,4	44,2	0		
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00		
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00		
	Итого		<b>23,51</b>	<b>17,52</b>	<b>70,87</b>	<b>536,2</b>	<b>11,56</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>									
215/11	Омлет натуральный, кукуруза консервированная (отварная)	80/5/40	9,28	16,63	1,86	230	0,19		
	Хлеб пшеничный	15	2,28	0,27	14,01	69	0,00		
392/11	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40	0,03		
	Итого		<b>11,62</b>	<b>16,9</b>	<b>25,86</b>	<b>339</b>	<b>0,22</b>		
	Всего		<b>49,49</b>	<b>52,05</b>	<b>179,45</b>	<b>1438,2</b>	<b>20,92</b>		

Неделя: первая

День: СРЕДА

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
120/07	Суп молочный с вермишелью и маслом сливочным	200/5	5,74	6,36	18,83	155	0,91			
2	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,4	110	0,18			
392/11	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40	0,03			
	Итого		<b>8,38</b>	<b>10,54</b>	<b>44,22</b>	<b>305</b>	<b>1,12</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 ч 388/07	Напиток из смеси сухофруктов	150	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>8,18</b>	<b>51</b>	<b>0,23</b>			
<b>Обед</b>										
54	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,4	47	2,55			
57/11	Борщ из свежей капусты с картофелем, кур и сметаной	200/6/5	3,91	4,85	11,22	104	8,23			
102	Печень по-строгановски	70	10,08	4,05	2,48	85,06	0,364			
171\07	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,24	3,5	27,6	163	0			
	Кисель из сока	150	0,22	0	25,89	104	3,3			
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,01	69	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>23,82</b>	<b>15,15</b>	<b>91,7</b>	<b>598,06</b>	<b>14,44</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
182/07	Каша молочная из пшениной крупы с маслом	150\3	5,1	5,5	23,6	164	0,75			
34\10	Печенье сахарное	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0			
	Кефир	150	4,5	5,4	7,2	76,5	0			
	Хлеб пшеничный	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>13,38</b>	<b>13,13</b>	<b>59,69</b>	<b>392,9</b>	<b>0,75</b>			
	Всего		<b>45,63</b>	<b>38,82</b>	<b>203,79</b>	<b>1346,96</b>	<b>16,54</b>			

Неделя: первая

День: ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
182/07	Каша молочная из пшеничной крупы с маслом	200/5	7,40	7,50	38,40	250	1,30			
215	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110	0,18			
377/07	Чай с сахаром с лимоном	180/7	0,16	0,00	14,4	57	1,98			
	Итого		<b>10,14</b>	<b>11,68</b>	<b>68,2</b>	<b>417</b>	<b>3,46</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 час 398/11	Напиток из смеси сухофруктов ШИПОВНИК	150	<b>0,51</b>	<b>0,21</b>	<b>0,93</b>	<b>61</b>	<b>75,0</b>			
368	Фрукты свежие (яблоко)	60	<b>0,24</b>	<b>0,00</b>	<b>6,78</b>	<b>28</b>	<b>6,00</b>			
<b>Обед</b>										
10	Зел.горошек отварной	30	0,94	0,06	2,14	12,0	3,0			
66	Щи Донские	200\20	4,86	4,03	12,04	103	7,5			
255/11 354/11	Биточки рыбные, запеченные с соусом <b>минтай</b>	70/30	11,21	5,61	11,63	107	1,6			
316/11	Рис припущенный	150	3,12	5,28	30,7	182	0,00			
376/11	Компот из сушеных фруктов ИЗЮМ	180	0,40	0,02	24,98	102	0,36			
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>23,04</b>	<b>15,36</b>	<b>95,93</b>	<b>579</b>	<b>12,46</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
<b>230/11</b>	Вареники ленивые с маслом сливочным	100/5	14,83	10,86	15,31	218	0,19			
	Хлеб пшеничный	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
394/11	Чай с сахаром	180	0,06	0	9,99	40	0,03			
			<b>16,41</b>	<b>11,04</b>	<b>34,64</b>	<b>305</b>	<b>0,22</b>			
	Всего		<b>50,34</b>	<b>38,29</b>	<b>206,48</b>	<b>1390</b>	<b>97,14</b>			

Неделя: первая

День: ПЯТНИЦА

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецеп- туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическ ая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
181/05	Каша молочная из манной крупы с маслом	200/5	6,00	7,04	33,20	219	0,56			
216	Бутерброд с сыром	30/6	3,98	1,88	15,40	93	0,00			
394/11	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	1,20			
	Итого		<b>12,65</b>	<b>11,26</b>	<b>62,91</b>	<b>401</b>	<b>1,76</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 ч.	Сок фруктовый (яблочный)	150	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>17,55</b>	<b>71</b>	<b>3,00</b>			
	Банан	60	<b>0,9</b>	<b>0,3</b>	<b>12,6</b>	<b>57</b>	<b>10</b>			
<b>обед</b>										
54	Икра свекольная	50	1,17	2,3	6,16	50	3,36			
94/11	Рассольник Домашний	200/6	4,11	7,60	17,20	153	7,50			
3\9	Рагу из мяса кур	180	17,82	19,62	19,26	318,6	5,04			
376/11	Компот из сушеных фруктов КУРАГА	180	0,40	0,02	24,98	102	0,36			
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>26,01</b>	<b>29,9</b>	<b>82,04</b>	<b>696,6</b>	<b>16,26</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
120\07	Суп молочный с крупой	200/5	5,95	6,99	10,33	138	0,91			
	Хлеб пш	15	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Пряник	40	2,4	1,9	30	146,4	0			
	Чай с сах	180	0,06	0	9,99	40	0,03			
			<b>9,93</b>	<b>9,07</b>	<b>59,66</b>	<b>371,4</b>	<b>0,94</b>			
	Всего		<b>50,24</b>	<b>50,53</b>	<b>234,76</b>	<b>1597</b>	<b>31,96</b>			

Неделя: вторая  
 День: ПОНЕДЕЛЬНИК  
 Возрастная группа: с 3 до 7 лет

№ рецеп-туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
183/07	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	200/5	6,33	8,65	37,6	253	1,74			
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110	0,18			
392/11	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40	0,03			
	Итого		<b>8,97</b>	<b>12,83</b>	<b>62,99</b>	<b>403</b>	<b>1,95</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 ч.	Сок фруктовый (яблочный)	150	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>17,55</b>	<b>71</b>	<b>3,00</b>			
<b>Обед</b>										
217	Икра кабачковая	30	0,3	2,1	2,1	28	0,05			
58/11	Борщ с картофелем, птицей и сметаной	200/6/5	4,33	6,12	11,28	117	7,03			
306/11, 350/11	Котлеты из птицы (запечённые) с соусом молочным	70/30	10,80	9,92	11,03	177	0,59			
317/11	Макаронные изделия отварные	150	4,20	5,28	28,61	178	0,00			
359\07	Кисель из сока	150	0,22	0	25,89	104	3,3			
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>22,36</b>	<b>23,78</b>	<b>98,53</b>	<b>698</b>	<b>11,63</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
237/11	Запеканка из творога с молоком сгущенным	100/25	18,57	14,31	31,16	308	0,27			
	Хлеб пшеничный	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
394/11	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	1,20			
	Итого		<b>23,52</b>	<b>16,92</b>	<b>59,48</b>	<b>466</b>	<b>1,47</b>			
	Всего		<b>55,64</b>	<b>53,53</b>	<b>238,55</b>	<b>1638</b>	<b>18,05</b>			

Неделя: вторая

День: ВТОРНИК

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецеп-туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг		
			Б	Ж	У		С		
<b>Завтрак</b>									
182/07	Каша молочная из кукурузной крупы с маслом	200/5	6,36	6,94	40,3	249	0,53		
216	Бутерброд с маслом слив и повидлом	30\20\5	3,98	5,98	15,4	130	0,00		
394/11	Чай с сах	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17		
	Итого		<b>13,19</b>	<b>15,33</b>	<b>70,06</b>	<b>470</b>	<b>1,7</b>		
<b>Второй завтрак</b>									
в 10 час 388/11	Напиток из смеси сухофруктов	150	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>8,18</b>	<b>51</b>	<b>0,23</b>		
	Фрукты свежие (яблоко)	60	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>11,3</b>	<b>46</b>	<b>10,00</b>		
<b>Обед</b>									
24	Свекла отварная (долька)	40	0,48	0,00	2,84	13	1,6		
83/11, 121/11	Суп картофель с лапшой и мясными фрикадельками	200/10	3,97	4,71	11,65	105	6,67		
282/11	Биточки, рубленные из говядины (запечённые)	70	18,10	14,50	3,83	218	0,01		
321	Сложный гарнир : Картофельное пюре	75	1,53	2,4	10,2	69	9,08		
336	Капуста свежая тушеная	50	1,04	1,33	4,71	37,5	8		
342\07	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,02	21,75	87	2,1		
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00		
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00		
	Итого		<b>27,75</b>	<b>23,32</b>	<b>69,42</b>	<b>602,5</b>	<b>27,46</b>		
<b>Усиленный полдник</b>									
206\204	Макароны с сыром	150\7	5,58	5,14	15,89	132	0,07		
	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,18	9,34	47	0,00		
	Молоко	180	5,04	5,76	8,52	104	2,34		
	Итого		<b>12,14</b>	<b>11,08</b>	<b>33,75</b>	<b>283</b>	<b>2,41</b>		
	Всего		<b>54,17</b>	<b>49,73</b>	<b>192,71</b>	<b>1452,5</b>	<b>41,8</b>		



Неделя: вторая

День: СРЕДА

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецеп-туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг		
			Б	Ж	У		С		
<b>Завтрак</b>									
182/07	Каша молочная из рисовой крупы с маслом	200/5	5,84	7,76	28,67	208	0,53		
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,4	110	0,18		
392/11	Чай с сахаром и лимоном	180\7	0,06	0,00	9,99	40	0,03		
	Итого		<b>8,48</b>	<b>11,94</b>	<b>54,06</b>	<b>358</b>	<b>0,74</b>		
<b>Второй завтрак</b>									
376/11	Напиток из смеси сухофруктов КУРАГА	150	<b>0,33</b>	<b>0,02</b>	<b>20,82</b>	<b>85</b>	<b>0,3</b>		
<b>Обед</b>									
54	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,4	47	2,55		
98	Суп крестьянский с крупой и птицей	200\6	1,19	3,93	4,87	61	7,9		
477	Суфле из печени	60	10,54	9,05	2,73	134	8,4		
171/11	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,24	3,50	27,60	163	0,00		
415\11	Компот из ягоды	180	0,39	0,13	10,4	85	0,3		
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00		
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00		
	Итого		<b>20,35</b>	<b>16,97</b>	<b>62,88</b>	<b>529</b>	<b>18,2</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>									
137/11	Рагу из овощей	100\5	2,36	6,86	14,41	131	8,19		
	Хлеб пшеничный	15	2,28	0,27	14,01	69	0,00		
34\10	Вафли	24	0,7	0,8	18,6	85	0		
394/11	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	1,20		
	Итого		<b>8,01</b>	<b>10,27</b>	<b>61,33</b>	<b>374</b>	<b>9,39</b>		
	Всего		<b>37,17</b>	<b>39,2</b>	<b>199,09</b>	<b>1346</b>	<b>28,63</b>		

Неделя: вторая

День: ЧЕТВЕРГ

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					
			Б	Ж	У		С					
<b>Завтрак</b>												
120/07	Суп молочный с лапшой, маслом сливочным	200/5	5,74	6,36	18,83	155	0,91					
395/11	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17					
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,4	110	0,18					
	Итого		<b>11,17</b>	<b>12,95</b>	<b>48,59</b>	<b>356</b>	<b>2,26</b>					
<b>Второй завтрак</b>												
в 10 ч.	Сок фруктовый (яблочный)	150	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>17,55</b>	<b>71</b>	<b>3,00</b>					
<b>Обед</b>												
10	Зел.горошек отварной	30	0,94	0,06	2,14	12	3,0					
97	Суп картофельный с рыбными консервами	200\16	6,88	4,74	11,47	102	7,3					
239\07, 331\07	Тефтели из рыбы тушёные с соусом смет-томат <b>горбуша</b>	60/30	8,07	4,06	7,74	100	0,37					
321/11	Пюре картофельное с маслом	150/3	3,12	7,50	18,57	155	5,40					
376/11	Компот из сушеных фруктов ИЗЮМ	180	0,40	0,02	24,98	102	0,36					
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00					
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00					
	Итого		<b>21,92</b>	<b>16,74</b>	<b>79,34</b>	<b>544</b>	<b>16,43</b>					
<b>Уплотненный полдник</b>												
215/11	Омлет натуральный с сыром, кукуруза консервированная (отварная)	80/5/40	11,38	19,75	1,75	230	0,21					
	Хлеб пшеничный	15	2,28	0,27	14,01	69	0,00					
392/11	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40	0,03					
	Итого		<b>32,15</b>	<b>21,01</b>	<b>49,2</b>	<b>460</b>	<b>0,37</b>					
	<b>Всего</b>		<b>65,99</b>	<b>50,7</b>	<b>194,68</b>	<b>1431</b>	<b>22,06</b>					

Неделя: вторая

День: ПЯТНИЦА

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рецеп-туры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			
			Б	Ж	У		С			
<b>Завтрак</b>										
182/07	Каша молочная манная с маслом	200/5	6,74	7,27	31,2	217	0,99			
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,4	110	0,18			
392/11	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,00	9,99	40	0,03			
	Итого		<b>9,38</b>	<b>11,45</b>	<b>56,59</b>	<b>367</b>	<b>1,2</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
в 10 ч. 398/11	Напиток из сухофруктов ШИПОВНИК	150	<b>0,51</b>	<b>0,21</b>	<b>0,93</b>	<b>61</b>	<b>75,0</b>			
368	Фрукты свежие (банан)	60	<b>0,9</b>	<b>0,3</b>	<b>12,6</b>	<b>57</b>	<b>6,00</b>			
<b>Обед</b>										
55	Икра овощная	50	0,65	2,06	3,66	35	2,18			
99	Суп из овощей с зел.горошком	200\6	3,79	5,07	12,0	99	8,9			
304/11	Плов из курицы	200	20,30	19,89	35,69	377	1,01			
376/11	Компот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	102	0,36			
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,18	9,34	47	0,00			
	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,10	26	0,00			
	Итого		<b>27,65</b>	<b>27,4</b>	<b>90,77</b>	<b>686</b>	<b>12,45</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>										
231\11	Сырники из творога с мол сгущ	100\30	19,69	13,67	14,02	263	0,25			
	Снежок	180	5,04	5,76	8,52	104	2,34			
	Итого		<b>13,83</b>	<b>8,35</b>	<b>38,55</b>	<b>284</b>	<b>2,54</b>			
	Всего		<b>52,27</b>	<b>47,71</b>	<b>199,44</b>	<b>1455</b>	<b>97,19</b>			
	Всего за 10 дней		<b>521,3</b>	<b>475,71</b>	<b>2065,62</b>	<b>14713,66</b>	<b>392,93</b>			
	Среднее количество пищевых веществ за день		<b>52,13</b>	<b>47,57</b>	<b>206,56</b>	<b>1471,36</b>	<b>39,29</b>			

При составлении меню использованы : «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»

Москва ДеЛи принт 2011, «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» Москва ДеЛи 2007г