

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Дюймовочка» Котельниковского муниципального района
Волгоградской области
404370, Волгоградская область, Котельниковский район, х. Нижнеяблочный, ул. Сталинградская д.25 телефон: 7-56±25
E-mail: mbdouds.dyuimowochka@yandex.ru, ИНН 3413009459, КПП 341301001,
БИК 011806101, ОГРН 1073458000330



Десятидневное основное меню для детей дошкольного возраста от 3-7 лет,
10,5 часовой режим функционирования

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада «Дюймовочка» Котельниковского муниципального района
Волгоградской области

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Дюймовочка» Котельниковского муниципального района
Волгоградской области
404370, Волгоградская область, Котельниковский район, х. Нижнеблочный, ул. Сталинградская д.25 телефон: 7-56-25
E-mail: mbdouds.dyuimowochka@yandex.ru, ИНН 3413009459, КПП 341301001,
БИК 011806101, ОГРН 1073458000330

Утверждаю.

Заведующий МБДОУ ДС «Дюймовочка»

_____ Т.А.Ким

Приказ от 09.01.2025г. № 1/8

Десятидневное основное меню для детей дошкольного возраста от 3-7 лет,
10,5 часовой режим функционирования

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада «Дюймовочка» Котельниковского муниципального района
Волгоградской области

Десятидневное меню МБДОУ ДС «Дюймовочка» для детей дошкольного возраста от 3-7 лет

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДС «Дюймовочка»
_____ Т.А.Ким

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	4,3	4,4	15,0	118,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 414
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,0	2,5	15,6	97,3		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 393
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60/5	2,4	7,5	15,2	145,8		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	180/100	0,9/0,9	0,2/0,2	17,7/23,7	75,1/98,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,8	2,4	12,1	44,1		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 20
	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,6	1,8	14,5	92,9		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 81
	ПЛОВ С МЯСОМ КУР	170	11,5	11,6	11,5	197,9		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 304
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	17,0	81,6		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
Полдник	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	0,1	0,0	9,8	39,4		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 213
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 53
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 434
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 2								
Завтрак	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	7,8	5,5	29,0	197,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 413
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 392
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	80/5	2,3	3,7	27,4	156,7		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	180/100	0,9/0,9	0,2/0,2	17,7/23,7	75,1/98,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 33
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕННОЙ) НА КУР/Б	200	1,6	1,9	12,2	73,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 80
	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР	60	12,8	12,3	12,0	217,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 305
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	5,9	8,1	31,2	229,7		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 204
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180	0,1	0,0	25,7	102,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 376
Полдник	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	200	22.0	19,0	25,3	380,7		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 458
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,4	17,1	103,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 395

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 3								
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	7,8	5,5	29,0	197,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 189
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80/10	3,6	2,9	14,9	101,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,5	0,6	10,3	52,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 393
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	180/100	0,9/0,9	0,2/0,2	17,7/23,7	75,1/98,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 20
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б	200	1,7	5,1	9,2	94,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 57
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	170	11,6	11,7	11,0	198,2		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 302
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180/10	0,2	0,0	10,0	41,7		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,3	0,2	8,5	40,8		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
Полдник	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	75	0,8	1,7	5,2	40,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А.Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- 584с. номер рецептуры № 462
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,0	0,0	42,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 392

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 7								
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	1,0	4,5	3,9	59,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 189
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 392
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	80/5	2,3	0,9	15,4	78,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	180/100	0,9/0,9	0,2/0,2	17,7/23,7	75,1/98,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	250	6,6	6,3	12,8	134,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 82
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	180	3,7	6,0	15,6	132,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 132
	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР	80	16,8	17,1	13,1	272,7		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 305
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,7	0,3	24,3	114,8		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
Полдник	СЫРНИКИ С ТВОРОГОМ	150/25	19,1	17,8	39,4	401,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 231
	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	200	3,0	2,5	15,6	97,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 378

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 8								
Завтрак	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180/5	7,8	5,5	29,0	195,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 413
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 392
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	80/5	1,5	0,6	10,3	52,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	100	0,9	0,2	17,7	75,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 9
	БОРЩ НА К/Б	250	1,4	4,4	6,6	74,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 57
	ЖАРКОЕ ПО – ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	180	10,3	12,4	11,0	205,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 276
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	17,0	81,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
Полдник	МАННИК	60	0,6	0,3	18,1	88,3		Сборник технологических нормативов, рецептов, блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений в 2-х частях под редакцией доцента Коровка Л.С., доцента Добросердова И.И., и др. уральский региональный центр питания. 2004 г. Номер рецептуры № 274
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,4	17,1	103,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 434

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 9								
Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	8,3	4,2	35,7	213,4		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 414
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	5,0	4,4	8,3	94,3		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 393
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	2,3	0,9	15,4	78,6		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК/ФРУКТЫ	100	0,9	0,2	17,7	75,1		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,7	2,9	4,1	45,6		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 10
	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б	250	1,4	3,6	8,8	74,3		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 85
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	19,6	11,4	16,9	276,5		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 321
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	0,1	0,0	25,7	102,6		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 256
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,5	0,1	10,0	47,4		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецепта № 376
Полдник	КЕКС ТВОРОЖНЫЙ	60	14.4	9.7	37.3	298.1		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 488
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	5,6	4,9	7,8	102,8		Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Де.Ли принт, 2012.- номер рецептуры № 397

Приём пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ДЕНЬ 10								
Завтрак	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	8,3	4,2	35,7	213,4		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 418
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	5,0	4,4	8,3	94,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 393
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80/10	2,3	0,9	15,4	78,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 3
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 399
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 20
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	200/10	2,7	2,0	15,2	90,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 71
	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/5	19,6	11,4	16,9	276,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 315
	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	80	13,2	3,43	3,18	96,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 277
	КОМПОТ ИЗ С/С ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,1	60,3		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	17,0	81,6		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,7	0,3	24,3	114,8		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 1
Полдник	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70/5	11,6	15,2	11,0	234,5		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 469
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	0,1	9,7	46,0		Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- номер рецептуры № 434