

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 47 г. Челябинска»
454076, г. Челябинск, ул. Маршала Чуйкова, 3, т. (351)247-98-75, e-mail: madou_47@mail.ru

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
МАДОУ «ДС № 47 г. Челябинска»
Е.В. Казакова
Приказ № 89 от 01.11.2023 г.

**ДВАДЦАТИОДНОДНЕВНОЕ МЕНЮ
(ОСЕННЕЕ, ЗИМНЕЕ)
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ**

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	**Каша ячневая молочная	174	4,69	5,38	23,44	160,98	РТ990/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	15	56	402	
10 ЧАСОВ							
	СНЕЖОК	100	2,70	2,50	10,80	76,50	/0
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	4	4	22	142	
ОБЕД							
	Икра морковная	50	0,81	4,62	4,88	64,40	78/5
	**Щи с капустой, картофелем и сметаной	180	1,95	3,88	10,56	84,89	РТ560/6
	Гуляш "Обжорка" из свинины	80	11,13	22,75	2,93	260,94	437/6
	Макаронные изделия отварные	130	3,86	2,33	34,87	175,92	РТ1949/
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	21	34	78	704	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Омлет натуральный нов.	150	12,09	13,60	5,85	194,18	ТР110/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	*!Чай с лимоном	180	0,04		10,14	40,73	РТ374/3
	**Шанежка с картофелем	50	4,37	3,10	28,39	158,90	НРТ29/6
	**Яблоко	150	0,53		12,94	53,86	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	570	20	17	77	541	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1750	56	70	233	1789	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	**Каша кукурузная молочная жидкая	174	4,35	5,36	24,56	163,92	РТ91/6
	**Батон с маслом с сыром	46	4,36	6,91	16,73	146,58	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	15	57	407	
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	**Икра кабачковая порционная "АРОМА"	50	0,99		4,02	20,03	РТ328/6
	**Суп "Гороховый"	180	4,79	4,98	18,98	139,80	РТ36/6

Утверждаю:
Руководитель



Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	80	11,07	21,33	3,29	249,38	РТ161/3
	**Картофельное пюре	130	3,27	2,97	24,76	138,88	РТ206/6
	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,44	42,30	РТ240/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	23	30	79	678	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Котлеты рыбные "Солнышко"	80	10,54	2,28	4,76	81,70	РТ134/6
	**Рис отварной с овощами	130	3,53	3,09	35,34	183,24	РТ191/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	РТ263/6
	Булочка "Осенняя"	50	2,90	1,73	24,24	124,08	271/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	480	20	7	91	511	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1660	57	57	243	1710	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	**Каша манная молочная жидкая	174	3,71	5,27	20,95	146,05	РТ900/6
	*!*Батон с маслом	46	2,53	5,06	22,26	144,68	РТ387/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	9	13	59	390	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	Винегрет овощной	50	0,95	4,88	5,65	70,23	45/4
	**Рассольник ленинградский со сметано	180	2,52	6,62	16,85	137,10	РТ330/6
	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из ку	70	11,08	11,66	6,48	175,24	ТК323/6
	**Рагу из овощей	130	2,39	6,04	14,66	122,58	РТ770/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	Кисель из замороженных ягод "Любимка	180	0,05	0,10	14,01	57,08	235/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	20	30	76	650	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Запеканка из творога	150	32,20	11,80	19,23	311,86	Р1170/6
	Соус из повидла	30	0,12		19,50	78,48	/0
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай с молоком	180	1,82	2,16	13,26	79,75	РТ261/6
	Булочка "Дорожная"	50	3,52	2,07	25,70	135,50	Р275/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	450	41	16	97	699	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1620	71	61	256	1854	

Утверждаю:
Руководитель



Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	**Каша пшенная молочная жидкая	174	4,99	5,78	23,66	166,66	РТ96/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	15	57	411	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	*!Салат из белокочанной капусты с ябл	50	0,71	3,80	4,46	54,85	Т6/6
	**Суп овощной со сметаной	180	2,56	3,78	12,85	95,55	Р3970/6
	Плов "Восторг" из отварной свинины	180	13,30	21,56	38,31	400,52	Т160/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Напиток из шиповника	180	0,51	0,21	13,24	56,86	РТ256/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	635	20	30	87	695	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Картофельная запеканка с печенью	180	16,29	9,55	26,62	257,45	ТК165/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	РТ263/6
	**Яблоко	120	0,42		10,35	43,08	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	20	10	64	422	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1670	54	59	223	1643	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиями	174	3,75	5,44	23,93	159,73	44/1
	Батон нарезной с маслом и повидлом	47	2,23	4,92	23,40	146,75	Т348/6
	Какао с молоком	180	2,34	2,57	12,90	84,05	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	401	8	13	60	391	
10 ЧАСОВ							
	СНЕЖОК	100	2,16	2,50	10,80	74,34	/0
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	22	140	
ОБЕД							
	**Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕ	50	1,50	2,48	3,14	40,77	РТ332/6
	**Свекольник со сметаной	180	2,34	5,36	13,87	113,02	РТ340/6
	**Азу по-татарски из курицы	210	12,23	14,15	23,79	271,37	НРТ36/3
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,44	42,30	РТ240/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	19	23	69	555	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Суфле из рыбы "Золотая рыбка"	180	21,69	6,55	15,68	208,35	РТ359/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Ватрушка с творогом	70	10,18	3,92	35,44	217,69	ТК531/6
	*!Чай с лимоном	180	0,04		9,14	36,74	РТ374/3
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	470	35	11	80	557	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1651	66	51	231	1642	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	174	4,16	6,16	24,76	171,12	РТ930/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,18	2,39	14,37	87,74	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	15	56	403	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Салат из соленого огурца с репчатым	50	0,42	2,90	1,16	32,42	ТТК3/6
	**Суп картофельный с клецками	180	3,21	2,48	20,69	117,72	РТ370/6
	**Котлета "Затейники" из свинины	80	11,10	20,49	6,55	254,90	Р282/6
	**Соус томатный	30	1,02	0,68	5,14	30,78	РТ228/6
	Макаронные изделия отварные	130	3,86	2,33	34,87	175,94	РТ1949/
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Напиток из шиповника	180	0,51	0,21	14,24	60,85	РТ256/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	695	23	30	101	760	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Омлет натуральный нов.	150	9,67	12,95	5,83	178,53	ТР110/6
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	/6
	**Шанежка с картофелем	70	5,25	3,49	35,98	196,31	НРТ29/6
	СНЕЖОК	180	4,86	4,50	19,44	137,70	/0
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	430	22	21	76	583	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1640	56	68	256	1861	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	**Каша гречневая рассыпчатая на молок	174	4,81	5,34	25,33	168,58	РТ86/6
	**Батон с маслом с сыром	44	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкольное

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Кофейный напиток с молоком	180	3,13	2,75	16,14	101,82	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	398	12	15	58	415	
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	**Салат "ЛИСИЧКА" из белокочанной капусты	50	0,66	3,81	5,20	57,70	ТК4/6
	**Суп-лапша домашняя	180	4,50	4,75	30,14	181,21	РТ470/6
	**Рагу из мяса птицы с картофелем	190	10,78	15,26	25,62	282,96	ТК376/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	645	19	24	86	639	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	*!!*Запеканка из творога	150	24,64	10,92	16,87	264,28	Р1170/0
	Молоко сгущенное	12	0,85	0,60	6,62	35,30	ТК2128/
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай с молоком	180	1,82	2,16	13,26	79,75	РТ261/6
	**Яблоко	150	0,53		12,94	53,86	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	532	31	14	69	527	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1690	65	58	230	1696	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	**Каша пшеничная молочная жидкая ноэ	174	4,46	5,38	23,94	162,02	РТ910/6
	*!!*Батон с маслом	46	2,52	5,06	22,26	144,65	РТ387/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	13	62	406	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Икра кабачковая порционная "АРОМА"	50	0,99		4,02	20,03	РТ328/6
	**Суп "ХАРЧО"	180	2,01	2,26	15,98	92,33	РТ371/6
	**Голубцы ленивые "КАК У БАБУШКИ"	190	13,10	20,44	13,49	290,25	ТТК314/
	Соус сметанный	30	0,60	2,72	2,31	36,12	600/5
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Кисель из замороженных ягод "Любим	180	0,23	0,07	13,54	55,71	Т34/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	675	20	26	67	582	

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкольное

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Тефтели рыбные	80	9,82	5,02	8,30	117,65	366/2
	Каша пшеничная рассыпчатая	120	5,55	4,18	32,01	187,89	297/5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Булочка "Дорожная"	50	3,44	2,72	28,02	150,27	P275/6
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	180	0,10	0,01	7,34	29,85	TK282/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	470	22	12	95	579	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1660	52	53	248	1682	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиями	174	3,60	5,26	23,41	155,42	160/5
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	PT337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	15	56	396	
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	2,10	2,50	5,00	50,90	PT251/6
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	2	3	5	51	
ОБЕД							
	Салат из квашенной капусты с яблоком	50	0,83	2,89	2,51	39,40	E3380/6
	**Борщ со сметаной	180	2,56	5,31	13,32	111,30	PT270/6
	**Фрикадельки "МАЛЕНЬКИЕ ЧЕРЕПАШ"	80	13,70	20,95	9,59	281,67	HP30/6
	Каша гречневая рассыпчатая	130	3,55	2,11	24,05	129,39	PT87/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	15,68	67,43	PT256/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	24	32	83	717	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Лакомка из творога	150	27,55	11,37	27,86	324,03	PT345/6
	Молоко сгущенное	12	0,85	0,60	6,62	35,30	TK2128/
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	PT263/6
	Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	PT336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	482	32	12	70	517	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1647	68	62	213	1681	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша ячневая молочная	174	3,96	5,35	22,13	152,55	PT 990/
	*!*Батон с маслом	36	1,90	4,77	16,73	117,44	PT387/6
	Яйцо отварное	20	2,03	2,30	0,14	29,39	PT327/6
	Какао с молоком	180	2,18	2,39	12,38	79,75	/0

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкольное

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	10	15	51	379	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Салат Пикантный	50	3,43	4,83	1,04	61,35	НРТ1/6
	**Суп кудрявый	180	3,15	6,59	14,14	128,34	ТТ372/6
	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кул	80	9,02	11,66	6,48	166,97	ТК323/6
	Капуста тушеная (гарнир)	130	3,61	2,65	16,99	106,34	336/4
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	22	26	64	581	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Печень говяжья по строгановски	110	13,87	10,24	7,53	177,72	162/1
	Картофельное пюре	130	2,92	2,90	21,91	125,44	РТ206/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Шарлотка с яблоками	70	2,93	3,81	18,10	118,38	НРТ77/6
	**Чай с лимоном	180	0,04		7,15	28,75	РТ374/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	530	23	17	74	544	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1720	56	60	213	1618	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	174	4,01	5,98	25,24	170,80	93/1
	*!!*Батон с маслом	36	1,91	4,77	16,73	117,47	РТ387/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42	РТ327/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	11	16	58	416	
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	*!!*Салат из моркови с зеленым горошкс	50	0,83	3,86	3,21	50,93	РТ3761/
	Щи с капустой, картофелем и сметаной	180	2,25	3,92	12,38	93,80	/6
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	10,22	20,64	4,58	244,82	НРТ15/0
	Макаронные изделия отварные	130	3,87	2,98	34,89	181,89	РТ1949/
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	20	32	80	689	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	*!*Запеканка из творога	150	24,13	11,02	20,79	278,80	P1170/0
	Соус из повидла	20	0,08		13,00	52,32	/0
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	*!*Чай с лимоном	180	0,04		7,15	28,75	PT374/3
	Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	PT336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	490	28	11	69	490	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1680	62	63	223	1709	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с крупой	174	4,62	5,93	25,01	171,87	43/1
	**Батон с маслом с сыром	46	4,36	6,91	16,73	146,58	PT337/6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	PT253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	12	16	58	418	
10 ЧАСОВ							
	СНЕЖОК	100	2,16	2,50	10,80	74,34	/0
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	22	140	
ОБЕД							
	**Икра кабачковая порционная "АРОМА"	50	0,99		4,02	20,03	PT328/6
	**Суп-лапша домашняя	180	4,74	4,78	31,31	187,15	PT470/6
	Плов из отварной птицы	200	12,43	16,89	39,34	359,02	180/1
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Кисель из замороженных ягод "Любим"	180	0,24	0,07	13,61	56,00	T34/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	21	22	106	710	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Омлет натуральный нов.	150	9,68	14,55	5,85	193,05	TP110/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай с молоком	180	1,82	2,16	13,26	79,75	PT261/6
	**Яблоко	150	0,53		12,94	53,86	PT336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	15	17	52	420	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1690	51	59	238	1688	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	**Каша "Здоровье"	174	4,36	5,57	27,96	179,37	PT390/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	PT337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	15	60	420	

Утверждаю:
Руководитель



Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	**Салат из соленого огурца с репчатым .	50	0,44	2,91	1,22	32,75	ТТК3/6
	**Суп "Гороховый"	180	5,08	5,02	20,29	146,55	РТ36/6
	Котлета "Затейники" из свинины	80	11,57	22,03	6,06	268,68	161/6
	*!*Овощи тушеные	130	3,06	3,31	12,49	91,94	РТ770/0
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	Напиток "Лимонный"	180	0,10	0,01	8,33	33,85	260/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	23	34	66	661	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Хлебцы рыбные	100	12,47	4,14	3,48	101,07	РТ100/6
	**Картофель отварной	130	3,07	3,21	24,85	140,53	-
	Соус сметанный с томатом	20	0,81	4,03	3,09	51,82	453п/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	РТ263/6
	Булочка "Нежная"	60	3,11	4,41	27,65	162,71	НРТ27/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	530	23	16	86	578	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1710	59	69	228	1774	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная жидкая	174	3,40	4,91	19,91	137,44	90/1
	Батон нарезной с маслом	36	1,91	4,77	16,73	117,47	РТ387/6
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42	РТ327/0
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,10	2,21	14,58	86,62	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	10	14	51	373	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Свекла на гарнир "ЛОМТИК"	20	0,77	0,05	4,49	21,47	/6
	**Суп полевой со сметаной	180	2,19	5,29	14,33	113,67	РТ370/6
	**Азу по-татарски со свининой	200	15,31	20,55	28,17	358,83	НРТ36/3
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	16,67	71,43	РТ256/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	22	27	82	653	

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкольное

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Суфле "ВКУСНЯШКА" из печени	80	14,24	5,66	8,68	142,57	РТ360/6
	**Рис отварной с овощами	120	2,84	3,64	27,97	155,94	РТ191/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	РТ263/6
	**Яблоко	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	20	10	72	456	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1670	53	52	228	1597	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиями	174	3,75	5,44	23,93	159,73	44/1
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	5,70	16,73	133,71	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	14	56	390	
10 ЧАСОВ							
	СНЕЖОК	100	2,16	2,50	10,80	74,34	/0
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	22	140	
ОБЕД							
	**Огурец соленый порционный	50	0,40	0,05	0,85	5,43	РТ329/6
	**Суп "ХАРЧО"	180	1,84	5,08	14,88	112,54	РТ371/6
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	15,43	12,29	21,10	256,64	302/4
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	21	18	62	492	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Запеканка рыбная с овощами	150	16,14	9,58	10,28	191,90	ТР100/0
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	Чай с лимоном	180	0,04		10,14	40,73	РТ374/6
	**Ватрушка с повидлом	70	4,55	1,92	44,67	214,11	НРТ28/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	440	24	12	85	541	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1610	58	48	225	1562	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	**Каша молочная "Дружба"	174	4,01	5,03	24,41	158,95	РТ840/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	5,70	16,73	133,71	РТ337/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	13	57	392	
10 ЧАСОВ							

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	Салат из квашенной капусты с яблоком	50	0,83	2,89	2,51	39,40	Е3380/6
	**Суп полевой со сметаной	180	2,38	6,95	14,40	129,61	РТ370/6
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	11,33	25,15	4,58	289,88	НРТ15/6
	Макаронные изделия отварные	130	3,86	1,94	34,87	172,41	РТ1949/
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смородины	180	0,27	0,11	8,96	37,87	НРТ393/
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	21	38	83	757	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Рыба тушеная в томате с овощами	110	14,82	6,23	6,32	140,55	РТ406/6
	*!*Картофельное пюре (ужин)	120	2,58	2,52	18,75	107,95	РТ206/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	/6
	**Ватрушка с творогом	70	12,40	6,25	34,07	242,00	ТК531/6
	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05	РТ263/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	510	32	15	81	589	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1690	65	68	245	1852	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	**Каша рисовая молочная жидкая	174	3,56	4,80	25,16	158,08	РТ980/6
	*!*Батон с маслом	46	2,52	4,28	22,26	137,63	РТ387/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	3,08	2,75	16,14	101,60	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	9	12	64	397	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Икра кабачковая порционная "АРОМА"	50	0,99		4,02	20,03	РТ328/6
	Свекольник со сметаной	180	2,71	5,42	16,23	124,45	РТ340/6
	Гуляш "Обедение" из куриных грудок	80	8,89	13,34	3,91	171,24	437/6
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,82	3,18	32,73	178,88	РТ87/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Кисель из замороженных ягод "Любим"	180	0,24	0,07	13,61	56,00	Т34/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	20	23	88	638	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Сырники из творога запеченные	180	25,92	8,12	35,45	318,49	130/1

Утверждаю:
Руководитель



Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкольное

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Соус из повидла	30	0,14		22,10	88,94	/0
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	*!Чай с лимоном	180	0,04		7,15	28,75	РТ374/3
	Банан	150	1,05	0,11	23,21	97,97	РТ7/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	580	30	9	108	628	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1760	61	45	283	1778	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	**Каша пшеничная молочная жидкая ноё	174	4,46	4,86	23,94	157,34	РТ910/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	15	56	398	
10 ЧАСОВ							
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	**Салат из соленого огурца с репчатым .	50	0,54	2,93	1,80	35,63	ТТК3/6
	**Суп картофельный с рыбой консервир	180	6,00	7,47	14,40	148,86	РТ369/6
	Мясной хлебец "Деликатесный" из сви	80	11,18	23,07	2,08	260,64	ТК297/6
	**Рагу из овощей	130	3,00	4,85	15,43	117,30	РТ770/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	24	39	59	680	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Омлет натуральный нов.	150	9,68	14,36	5,85	191,34	ТР110/0
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	Булочка "Дорожная"	50	3,41	1,81	26,70	136,74	Р275/6
	**Сок	200	0,40		24,20	98,40	НРТ41/6
	**Яблоко	150	0,53		12,94	53,86	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	590	17	16	89	574	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1770	54	74	221	1767	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	**Каша пшеничная молочная жидкая	174	4,53	5,26	23,66	160,11	РТ96/0
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	5,70	16,73	133,71	РТ337/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11	14	56	390	
10 ЧАСОВ							

Утверждаю:
Руководитель



Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Кефир	100	1,68	2,50	5,00	49,22	РТ251/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	3	4	16	115	
ОБЕД							
	**Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕ"	50	1,50	2,48	3,14	40,77	РТ332/6
	**Суп кудрявый	180	3,15	2,79	14,14	94,14	ТТ372/6
	Биточки паровые	80	11,95	17,44	8,26	237,81	289/4
	Капуста тушеная (гарнир)	130	3,79	4,13	13,67	107,10	336/4
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		7,17	29,96	РТ241/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	23	27	64	597	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Печень тертая	100	13,99	7,13	7,99	152,09	ТК358/6
	Соус сметанный с томатом	20	0,70	3,31	2,62	43,06	453п/2
	*!Картофельное пюре (ужин)	120	2,89	2,73	22,23	125,06	РТ206/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	**Чай с лимоном	180	0,04		7,15	28,75	РТ374/6
	Яблоки	120	0,42		10,35	43,08	РТ336/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	580	21	13	70	486	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1760	58	59	206	1588	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	**Каша молочная "Дружба"	174	3,78	4,96	23,08	152,12	РТ840/6
	**Батон с маслом с сыром	46	3,86	6,91	16,73	144,59	РТ337/6
	**Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,75	16,14	99,54	РТ253/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	10	15	56	396	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	100	0,20		12,10	49,20	НРТ41/6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,77	11,24	65,37	111/0
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	115	1	2	23	115	
ОБЕД							
	**Салат Пикантный	50	3,43	4,83	1,04	61,35	НРТ1/0
	Суп "Гороховый"	180	4,49	2,12	18,76	111,96	РТ36/6
	Рагу из мяса птицы с картофелем	190	11,04	14,93	19,35	255,85	ТК376/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	15,68	67,43	РТ256/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	645	22	23	73	584	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	Винегрет овощной	100	0,92	2,98	5,69	53,19	45/4

Утверждаю:
Руководитель

Казакова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад Муниципальное автономное дошкол

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	**Суфле из рыбы "Золотая рыбка"	140	14,44	4,60	8,13	131,80	РТ359/6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	/6
	Булочка "Российская"	50	3,62	2,81	31,61	166,17	276/1
	**Чай с молоком	180	1,82	2,16	13,26	79,75	РТ261/6
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	510	24	13	78	525	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1670	58	52	230	1620	
	НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	**Каша манная молочная жидкая	174	3,56	4,57	20,43	137,06	РТ900/6
	Батон нарезной с маслом и повидлом	42	1,92	3,99	20,63	126,12	Т348/6
	Какао с молоком	180	2,49	2,75	15,41	96,35	/0
	**Яйцо отварное	20	2,03	2,30	0,14	29,39	327/6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	416	10	14	57	389	
10 ЧАСОВ							
	**Сок	200	0,40		24,20	98,40	НРТ41/6
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	0		24	98	
ОБЕД							
	**Икра кабачковая порционная "АРОМА"	50	0,97		3,94	19,65	РТ328/6
	**Суп картофельный с клецками	180	3,21	2,46	20,31	116,14	РТ370/6
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	11,33	22,68	4,58	267,65	НРТ15/6
	Каша перловая рассыпчатая	130	4,21	2,06	30,18	156,01	НРТ17/6
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	/6
	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,44	42,30	РТ240/6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	23	28	87	689	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД							
	**Печень тертая	100	13,74	9,38	7,63	169,96	ТК358/6
	*!Картофельное пюре (ужин)	120	2,89	2,79	22,23	125,64	РТ206/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	/6
	Ватрушка с творожным фаршем	70	7,64	3,23	25,12	160,04	289/1
	*!Чай с лимоном	180	0,04		9,14	36,74	РТ374/3
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	500	27	16	79	563	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1781	60	57	247	1739	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	35499	1240	1246	4922	35853	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1690	59	59	234	1707	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		14	31	55		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;
- 2 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений (г.Пермь) Уральский региональный центр питания, 2013 год. Под редакцией А.Я.Перевалова.
- 3
- 4 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011
- 5 Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.
- 6 Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А Тутельян составитель Федоренко О.В

Составители:

Заместитель заведующего по АХФБежиашвили Д.А.

Повар _____