

## Примерное десятидневное меню МБДОУ ДС «Катюша» г.Волгодонска

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
ДС «Катюша» г. Волгодонска  
  
С.М.Самарская  
«29» \_\_\_\_\_ 20 22 г.

Сезон : май 2022г.- сентябрь 2022г.  
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

При создании данного документа использовался Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений под руководством доц. Коровка 2008 г., Сборник технологических нормативов, для дошкольных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений под руководством доц.Коровка, проф. академик РАЕН А.Я. Перевалов, Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г., Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с. и Сборник рецептов кулинарных изделий для предприятий общественного питания под руководством А.И.Здобного, 2005г., сборник рецептов, под ред. В.Т. Лапшиной. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		белки	жиры	углеводы			
<b>1 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша овсяная из Геркулеса <sup>1</sup>	180	5,68	7,99	22,93	186,48		65
Кофейный напиток с молоком	180	2,79	3,19	19,71	118,69	0,40	176
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,86</b>	<b>15,07</b>	<b>57,62</b>	<b>477,67</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Сок фруктовый	180	0	0	22,4			
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>22,4</b>	<b>22,4</b>		
<b>Обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем	250	1,61	4,84	10,93	93,75	10,53	63
Жаркое по-домашнему	160	19,13	15,43	21,86	302,92	7,82	106
Компот из плодов сушёных	180	0,30	0,00	20,39	82,78		239
С-т из свежих овощей	60	0,71	3,05	3,33	43,7	4,25	6
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
<b>Итого за обед:</b>	<b>690</b>	<b>24,87</b>	<b>23,68</b>	<b>76,39</b>	<b>700,75</b>		
<b>Углотенный полдник</b>							
Рыба, тушённая в томате с овощами	120	10,35	5,72	5,33	114,35		98
Рис припущенный	120	3,16	6,00	23,30	160,40	5,60	133
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77		184
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Пирожок с начинкой	50						213
<b>Итого за углотенный полдник:</b>	<b>500</b>	<b>15,95</b>	<b>11,99</b>	<b>54,37</b>	<b>391,72</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1765</b>	<b>51,68</b>	<b>50,74</b>	<b>210,78</b>	<b>1592,54</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		белки	жиры	углеводы			
<b>2 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с гречневой крупой <sup>1</sup>	180	4,46	5,47	16,77	133,92	0,57	29
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	171
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
Сыр	15	3,67	4,27	0	53,1		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,24</b>	<b>12,41</b>	<b>55,10</b>	<b>444,94</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>205</b>	<b>7,42</b>	<b>7,1</b>	<b>7,02</b>	<b>298,8</b>		
<b>Обед</b>							
Рассольник "Ленинградский"	250	2,31	4	13,6	98,8	1	24
Тефтели из печени с рисом	80	10,44	15,41	10,76	223,52		118
Капуста тушеная	150	5,77	5,51	37,10	221,37		134
Компот из свежих плодов							
Хлеб ржаной							
<b>Итого за обед:</b>	<b>480</b>	<b>18,52</b>	<b>24,92</b>	<b>61,46</b>	<b>543,69</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Омлет натуральный <sup>12</sup>	100	10,74	16,64	2,79	204,00		75
С-т из свежих овощей	80	0,54	2,82	3,55	46,02	3,31	138
Булочка Российская	50	6,50	3,03	24,79	153,00	0,04	470
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77		184
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>440</b>	<b>20,22</b>	<b>22,76</b>	<b>56,87</b>	<b>519,99</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1520</b>	<b>56,40</b>	<b>67,19</b>	<b>180,45</b>	<b>1807,42</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		белки	жиры	углеводы				
<b>3 День</b>								
<b>Завтрак</b>								
Каша вязкая с крутой	180	5,43	6,53	30,45	5,43		66	
Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	20,32	106,82	0,36	176	
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2			
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3			
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,33</b>	<b>13,29</b>	<b>65,75</b>	<b>284,75</b>			
<b>Второй завтрак</b>								
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8			
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,5</b>	<b>7,02</b>	<b>16,92</b>			
<b>Обед</b>								
Свекольник <sup>11</sup>	250	1,92	6,33	10,05	104,16	7	22	
Котлета из говядины	70	7,49	7,64	5,63	121,38		103	
Картофельное пюре <sup>10</sup>	150	3,16	6,00	23,30	160,40	5,60	142	
Компот из плодов сушёных	180	0,30	0,00	20,39	82,78		239	
С-т свежих овощей	60	0,55	0,05	1,20	50,16		10	
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60			
<b>Итого за обед:</b>	<b>710</b>	<b>13,42</b>	<b>20,02</b>	<b>60,57</b>	<b>518,88</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>								
Сырники из творога запечёные <sup>14</sup>	120	22,94	5,97	31,66	272,28		89	
Фрукты <sup>4</sup>	120	0,40	0,00	11,30	46,00			
Молоко сгущеное	30	1,50	2,55	16,80	96,15			
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	171	
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>450</b>	<b>28,23</b>	<b>11,57</b>	<b>83,11</b>	<b>552,95</b>			
<b>Итого за День</b>	<b>1735</b>	<b>57,38</b>	<b>49,38</b>	<b>216,45</b>	<b>1373,50</b>			

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		Белки	жиры	Углеводы			
<b>4 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с крупой	180	4,46	5,47	16,77	133,92	0,57	<b>29</b>
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	<b>171</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
Сыр	15	3,67	4,27	0	53,1		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,24</b>	<b>12,41</b>	<b>55,10</b>	<b>444,94</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>205</b>	<b>7,42</b>	<b>7,16</b>	<b>24,82</b>	<b>195,3</b>		
<b>Обед</b>							
Суп "Любительский" с цыпленком бройлером <sup>11</sup>	250	8,83	6,83	25,66	198,5	6	<b>93</b>
Запеканка картофельная с мясом	160	14	11,36	9,36	237	1,52	<b>308</b>
С-т из свежих овощей	60	3,87	4,83	20,00	52,80	25,50	<b>138</b>
Компот из свежих плодов или яблок	180	0,14	0,00	13,49	54,57	4,86	<b>167</b>
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
<b>Итого за обед:</b>	<b>690</b>	<b>29,96</b>	<b>23,38</b>	<b>88,39</b>	<b>720,47</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Котлеты рыбные	80	9,20	6,66	11,86	143,86		<b>99</b>
Икра свекольная	100	2,76	0,03	25,03	147,00		<b>334</b>
Сок фруктовый	180	0,10	0,00	10,83	43,77		<b>184</b>
Булочка "Российская"	50	2,64	0,4	18,08	176,9		<b>213</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>440</b>	<b>17,04</b>	<b>7,36</b>	<b>80,71</b>	<b>584,73</b>		
<b>Итого за День</b>	<b>1730</b>	<b>64,66</b>	<b>50,31</b>	<b>249,02</b>	<b>1945,44</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		Белки	жиры	Углеводы			
<b>5 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Омлет натуральный	100	8,95	13,87	2,33	204,00		78
Икра кабачковая <sup>10</sup>	60	0	4,2	4,2	54,6		
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77		184
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>370</b>	<b>11,39</b>	<b>18,34</b>	<b>32,27</b>	<b>375,57</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>205</b>	<b>7,42</b>	<b>7,12</b>	<b>25</b>	<b>195,3</b>		
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с бобовыми	250	9,26	9,7	23,59	98,8		24
Котлета куриная	80	14,62	16,58	6,75	234,65		121
Макаронны отварные	100	6,98	4,34	36,00	211,20		127
Компот из плодов сушёных	180	0,30	0,00	20,39	82,78		239
С-т из свежих овощей	60	0,16	1,10	1,57	16,84		160
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
С-с томатный	30	2,2	3,2	11	36,2		
<b>Итого за обед:</b>	<b>670</b>	<b>31,32</b>	<b>31,72</b>	<b>88,30</b>	<b>644,27</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Пудинг творожный запеченный	120	22,92	17,76	22,08	346,08		87
Молоко стуженое	30	1,50	2,55	16,80	96,15		
Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	20,32	106,82	0,36	176
Фрукты <sup>4</sup>	120	0,40	0,00	11,30	46,00		
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>450</b>	<b>27,33</b>	<b>23,18</b>	<b>70,50</b>	<b>595,05</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		Белки	жиры	Углеводы			
<b>6 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша "Дружба"№1	180	5,88	7,49	31,53	216,99		56
Кофейный напиток с молоком	180	2,79	3,19	19,71	118,69	0,40	176
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>11,06</b>	<b>14,57</b>	<b>66,22</b>	<b>508,18</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Сок фруктовый	180	0	0	14,8	64,2		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>14,8</b>	<b>14,8</b>		
<b>Обед</b>							
Щи из свежей капусты	250	1,61	4,84	10,93	93,75	10,53	82
Плов из отварной говядины	120	19,13	15,43	21,86	302,92	7,82	115
Компот из плодов сушёных	180	0,30	0,00	20,39	82,78		239
С-т из свежих овощей	60	0,71	3,05	3,33	43,7	4,25	14
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
<b>Итого за обед:</b>	<b>650</b>	<b>24,87</b>	<b>23,68</b>	<b>76,39</b>	<b>700,75</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Рыба под овощами	120	10,35	5,72	5,33	114,35		250
Свекла отварная	100	3,16	6,00	23,30	160,40	5,60	142
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77		184
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Булочка "Российская"	50	2,65	0,27	15,3			197
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>480</b>	<b>18,60</b>	<b>12,26</b>	<b>69,67</b>	<b>391,72</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1705</b>	<b>54,53</b>	<b>50,51</b>	<b>227,08</b>	<b>1615,45</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность(ккал)	Витамины С	№ рец.
		белки	жиры	углеводы			
<b>7 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша манная	180	4,46	5,47	16,77	133,92	0,57	<b>29</b>
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	<b>171</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
Сыр	15	3,67	4,27	0	53,1		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,24</b>	<b>12,41</b>	<b>55,10</b>	<b>444,94</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,5</b>	<b>7,02</b>	<b>16,92</b>		
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с бобовыми <sup>11</sup>	250	2,31	4	13,6	98,8	1	<b>24</b>
Тефтели из говядины с рисом <sup>13</sup>	80	10,44	15,41	10,76	223,52		<b>118</b>
Рагу из свежих овощей	120	3,34	13,39	20,20	215,06	14,40	<b>54</b>
Компот из свежих плодов или яблок	180	0,14	0,00	13,49	54,57	4,86	<b>167</b>
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
<b>Итого за обед:</b>	<b>670</b>	<b>19,35</b>	<b>33,16</b>	<b>77,93</b>	<b>769,55</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Омлет натуральный <sup>12</sup>	100	10,74	16,64	2,79	204,00		<b>75</b>
Икра свекольная <sup>10</sup>	60	0,54	2,82	3,55	46,02	3,31	<b>54</b>
Пирожок печённый <sup>6,9</sup>	50	2,16	3,73	12,69	197,51		<b>213</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77		<b>184</b>
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>420</b>	<b>15,88</b>	<b>23,46</b>	<b>44,77</b>	<b>564,50</b>		
<b>Итого за День</b>	<b>1665</b>	<b>50,87</b>	<b>73,53</b>	<b>184,82</b>	<b>1795,91</b>		

Наименование Блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность(ккал)	Витамины С	№ ре
		Белки	жиры	Углеводы			
<b>8 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная с крупной	180	6,69	7,25	31,75	219,52		<b>63</b>
Кофейный напиток с молоком	180	2,79	3,19	19,71	118,69	0,40	<b>176</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>11,87</b>	<b>14,33</b>	<b>66,44</b>	<b>510,71</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,5</b>	<b>7,02</b>	<b>16,92</b>		
<b>Обед</b>							
Свекольник <sup>11</sup>	250	1,92	6,33	10,05	104,16	7	<b>22</b>
Шницель из говядины	80	7,49	7,64	5,63	121,38		<b>308</b>
Картофельное пюре	120	3,16	6,00	23,30	160,40	5,60	<b>247</b>
Компот из плодов сушеных	180	0,30	0,00	20,00	82,00		<b>239</b>
Овощи натуральные	60	0,55	0,05	1,02	8,00		<b>4</b>
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	8,00		
<b>Итого за обед:</b>	<b>550</b>	<b>16,24</b>	<b>20,38</b>	<b>59,88</b>	<b>401,94</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Сырники из творога запечённые <sup>14</sup>	150	19,11	4,98	26,39	226,90		<b>89</b>
Фрукты <sup>4</sup>	100	0,40	0,00	11,30	46,00		
Молоко стуженое	30	1,50	2,55	16,80	96,15		
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	<b>171</b>
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>460</b>	<b>24,40</b>	<b>10,58</b>	<b>77,84</b>	<b>507,57</b>		
<b>Итого за День</b>	<b>1585</b>	<b>57,91</b>	<b>49,79</b>	<b>211,18</b>	<b>1437,14</b>		

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ рещ.
		белки	жиры	углеводы			
<b>9 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с крупой	180	4,46	5,47	16,77	133,92	0,57	29
Какао с молоком	180	3,39	3,05	23,35	138,52	2,34	171
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3		
Сыр	15	3,67	4,27	0	53,1		
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>10,24</b>	<b>12,41</b>	<b>55,10</b>	<b>444,94</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8		
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,5</b>	<b>7,02</b>	<b>16,92</b>		
<b>Обед</b>							
Рассолюни Ленинградский	250	8,83	6,83	25,66	198,5	6	93
Гуляш из говядины	70/40	10,68	11,72	5,74	176,75		105
Каша гречневая	150	3,87	4,83	20,00	131,00	25,50	142
Компот из свежих плодов или яблоч	180	0,14	0,00	13,49	54,57	4,86	167
Хлеб ржаной	40	3,12	0,36	19,88	177,60		
С-т из овощей	60						
<b>Итого за обед:</b>	<b>640</b>	<b>26,64</b>	<b>23,74</b>	<b>84,77</b>	<b>738,42</b>		<b>4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
Тефтели рыбные тушёные	80	9,20	6,66	11,86	143,86		99
С-т из овощей	100	3,16	6,00	23,30	160,40	5,60	320
Сок фруктовый	180	4,95	3,38	45,73	233,10		184
Булочка "Российская" <sup>9</sup>	50	2,64	0,4	18,08	86,4		196
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2		
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>440</b>	<b>22,29</b>	<b>16,71</b>	<b>113,88</b>	<b>696,96</b>		
<b>Итого за День</b>	<b>1655</b>	<b>64,57</b>	<b>57,36</b>	<b>260,77</b>	<b>1897,24</b>		

Наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины С	№ реч.
		Белки	жиры	Углеводы				
<b>10 День</b>								
<b>Завтрак</b>								
Омлет натуральный <sup>12</sup>	100	8,95	13,87	2,33	170,00			<b>75</b>
Икра кабачковая <sup>10</sup>	60	0	4,2	4,2	54,6			
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,83	43,77			<b>184</b>
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,27	14,91	73,2			
Масло сливочное	5	0,05	3,62	0,07	99,3			
<b>Итого на завтрак:</b>	<b>370</b>	<b>11,39</b>	<b>18,34</b>	<b>32,27</b>	<b>341,57</b>			
<b>Второй завтрак</b>								
Кисло-молочный продукт <sup>5</sup>	180	5,4	4,5	7,02	91,8			
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>205</b>	<b>7,6</b>	<b>7,12</b>	<b>15</b>	<b>195,3</b>			
<b>Обед</b>								
Суп Любительский с цыпленком	250	9,26	9,7	23,59	218,85			<b>123</b>
Котлеты из птицы	80	12,6	14,2	8,56	212		0,64	<b>122</b>
Макаронны отварные	120				221,37			
Компот из плодов сушёных	180	0,30	0,00	20,39	82,78			<b>239</b>
Овощи натуральные	60	0,70	2,45	3,00	38,00		6,75	<b>247</b>
Хлеб ржаной	0	3,12	0,36	19,88	177,60			
<b>Итого за обед:</b>	<b>690</b>	<b>22,86</b>	<b>26,35</b>	<b>55,54</b>	<b>773,00</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>								
Пудинг из творога с рисом <sup>14</sup>	120	17,56	4,29	23,06	201,33			<b>86</b>
Молоко стуженое	30	1,50	2,55	16,80	96,15			
Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	20,32	106,82		0,36	<b>176</b>
Фрукты	120	0,40	0,00	11,30	46,00			<b>170</b>
<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	<b>450</b>	<b>21,97</b>	<b>9,71</b>	<b>71,48</b>	<b>450,30</b>			
<b>Итого за день</b>	<b>1715</b>	<b>63,82</b>	<b>61,52</b>	<b>174,29</b>	<b>1760,17</b>			

1. При использовании рецептов для приготовления каши молочной учитывается наличие круп на складе.
2. Место соуса молочного сладкого возможно использование молока стуженного или повидла фруктового.
3. Закуски, овощи или салаты могут изменяться, в зависимости от наличия составляющих или сезонности.
4. Название фруктов зависит от наличия на складе, согласно спецификации.
5. Возможна замена на молоко кипяченое.
6. При приготовлении пирожков печеных могут использоваться различные фарши кондитерские, а также повидло фруктовое.
7. В суп картофельный возможно добавление любой сайры консервированной, либо говядины тушеной.
8. Возможна замена на любую крупу имеющуюся на складе.
9. Возможна замена на любую другую выпечку по сборнику рецептов.
10. Возможна замена на любое блюдо из овощей.
11. Возможна замена на любое первое блюдо, при использовании технологических карт.
12. Возможна замена блюда "Омлета натуральной" на яйцо отварное.
13. Возможна замена на любое блюдо из говядины.
14. Блюда из творога могут изменяться, на запеканки творожные и пудинги.