

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
МУП «КШП №1»
МО г.Краснодар
Кунишова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МАДОУ МО г. Краснодар
Детский сад комбинированного
вида №64



Музыченко Г.Н.

02.02.2022

**Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
муниципального образования город Краснодар**

ПРИМЕРНЫЕ ЦИКЛИЧНЫЕ МЕНЮ

**ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В
ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЯХ**

*Примерное цикличное
меню
для детей от 3 до 7
лет*

Прием ищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Вит-н С	№ рецеп туры
			Б	Ж	У			
<i>День 1</i>								
Завтрак 1	Масло сливочное	10	0,08	7,2	0,1	66,0	0,0	6
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	227
	Суп молочный с крупой рисовой	250	7,2	6,5	24,5	186,6	2,2	101
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,3	91,0	1,2	414
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
Итого:		510	17,48	21,1	55,1	510,1	3,4	
Завтрак 2	Молоко кипяченое	180	5,4	4,8	9,0	102,0	2,4	419
Итого:		180	5,4	4,8	9,0	102,0	2,4	
Обед	Салат из овощей по сезону	75	0,7	4,6	2,8	55,7	12,6	15
	Борщ с картофелем	250	2,0	5,0	14,1	109,75	8,79	58
	Сметана	20	0,53	3,0	0,72	31,2	0,2	
	Тефтели мясные с соусом	80/80	11,8	12,9	14,9	223,0	1,1	303/3 48
	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,4	168,5	0,0	335
	Сок натуральный	180	0,9	0,0	18,1	76,8	3,6	418
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
Итого:		730	24,73	30,5	100,52	790,25	26,29	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,5	92,0	0,5	420
Уплот. полдник	Салат из овощей по сезону	75	0,57	4,6	1,8	50,5	7,1	13
	Рыба, запечённая в омлете	80	12,7	3,6	2,6	94,0	0,3	263
	Пюре картофельное	120	2,5	3,82	16,4	109,9	14,51	321
	Чай с лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	2,8	412
	Булочка «Веснушка»	50	3,9	3,1	26,9	151,0	0,0	456
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0	
Итого:		567	22,77	15,52	78,8	560,4	24,7	
Итого за день:		1987	70,38	71,9	243,42	1962,75	56,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<i>День 2</i>								
Завтрак1	Джем	20	1,5	0,2	9,8	47,0	0,0	
	Омлет натуральный	80	7,0	12,7	1,4	147,7	0,1	229
	Горошек зеленый конс.	75	2,3	0,0	4,9	28,5	0,0	
	Какао с молоком	180	3,7	3,2	15,8	107,0	1,4	416
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,5	21,2	138,0	0,0	
Итого:		395	17,6	19,8	53,1	468,2	1,5	
Завтрак2	Кондитерское изделие	40	3,2	6,0	26,0	172,0	0,0	
Итого:		40	3,2	6,0	26,0	172,0	0,0	
Обед	Икра свекольная	75	1,76	3,45	9,25	75,08	5,04	55
	Суп картофельный вегетарианский	250	1,7	5,6	9,1	93,5	9,3	84
	Запеканка из печени с рисом со сметанным соусом	180/30	22,47	9,14	24,73	271,0	10,45	294/354
	Кисель из свежих ягод и плодов	180	0,1	0,0	24,7	99,7	51,6	396
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
Итого:		770	30,0	18,9	96,6	699,1	76,4	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,5	92,0	0,5	420
Уплот. полдник	Пудинг из творога	100	15,1	10,8	24,3	255,0	0,2	235
	Сгущённое молоко	30	2,2	2,6	16,8	98,7	0,0	
	Чай с сахаром	180/15	0,2	0,02	12,0	49,0	0,03	411
	Булочка Дорожная	50	3,5	3,8	34,8	187,0	0,03	453
Итого		555	26,1	24,92	86,7	675,7	0,73	
Итого за день:		1760	76,9	69,62	262,4	2015,0	78,63	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<i>День3</i>								
Завтрак1	Масло сливочное	10	0,08	7,2	0,1	66,0	0,0	6
	Яйцо отварное	40	15,4	4,6	0,3	63,0	0,0	227
	Каша молочная гречневая вязкая	210	6,2	5,3	32,8	203,0	0,0	182
	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	9,9	40,0	0,0	411
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
Итого:		505	10,3	17,8	71,9	531,8	0,0	
Завтрак2	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед	Икра овощная	75	0,98	3,1	5,37	53,25	3,28	57
	Рассольник Ленинградский	250	2,0	5,1	16,9	121,8	7,5	82
	Рыба отварная	80	14,1	0,6	0,6	64,0	0,58	256
	Пюре картофельное	130	3,7	5,7	24,1	162,3	21,5	321
	Сок натуральный	180	0,9	0,0	18,1	76,8	3,6	418
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
Итого:		770	25,7	15,2	93,9	637,95	36,46	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,5	92,0	0,5	420
Уплот. полдник	Салат из овощей по сезону	75	0,57	4,6	1,8	50,5	7,1	13
	Сарделька отварная	70	7,7	16,7	0,3	182,0	0,0	291
	Капуста тушёная	150	2,8	4,8	10,8	97,8	15,4	354
	Чай с молоком	180	2,6	2,3	14,3	89,0	1,2	413
	Пирожок печённый из дрож. теста с курагой	60	3,9	3,8	30,8	173,0	0,05	437/506
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	5,3	34,5	0,0	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	10,3	45,0	0,0	
Итого:		715	24,4	32,98	96,3	785,25	8,35	
Итого за день:		2100	60,8	66,4	272,8	2003,4	55,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День4								
Завтрак1								
	Сыр	15	3,5	4,4	0,0	54,0	0,1	7
	Масло сливочное	10	0,08	7,2	0,1	66,0	0,0	6
	Суп молочный с вермишелью	250	7,2	6,5	23,5	181,5	1,1	100
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,3	91,0	1,2	414
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,5	21,2	138,0	0,0	
Итого:		495	16,68	21,0	59,1	530,5	2,4	
Завтрак2								
	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед								
	Салат из овощей по сезону	75	1,1	3,8	6,8	65,5	24,3	21
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	5,6	3,03	15,7	112,25	11,2	84/124
	Гуляш из отварного мяса	160	20,6	16,3	5,2	250	1,1	293
	Каша пшеничная рассыпчатая	120	2,9	3,5	30,0	162,8	0,0	138
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,01	25,0	101,7	0,4	394
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		865	60,04	28,5	74,87	711,95	80,48	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,5	92,0	0,5	420
Уплот. полдник	Лапшевник с творогом	200	17,4	14,4	41,1	363,9	0,2	226
	Печенье творожное	50	3,6	15,6	6,8	181,0	0,0	
	Сок натуральный	160	0,8	0,0	16,1	68,3	3,2	418
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0	
Итого:		610	23,4	30,2	74,6	682,2	3,4	
Итого за день:		2080	105,7	84,6	226,8	2065,0	97,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак1	Масло сливочное	10	0,08	7,2	0,1	66,0	0,0	6
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	227
	Каша молочная манная жидкая	210	3,2	3,9	26,4	153,0	0,0	199
	Чай с лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	2,8	412
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		492	11,7	16,2	55,9	435,5	2,8	
Завтрак2	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед	Салат из овощей по сезону	75	0,8	4,6	3,5	59,3	15,3	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,5	84,8	18,5	73
	Плов из птицы	210	22,3	7,7	35,7	301,0	1,0	321
	Кисель из свежих ягод и плодов	180	0,1	0,0	24,7	99,7	51,6	396
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		770	28,8	17,9	96,6	691,8	86,4	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
Уплот. полдник	Пудинг из творога с яблоками	100	13,6	10,67	14,63	209,0	1,33	254
	Сгущённое молоко	30	2,2	2,6	16,8	98,7	0,0	
	Какао с молоком	180	3,6	3,1	15,8	107,0	1,4	416
	Кондитерское изделие	40	3,2	6,0	26,0	172,0	0,0	
Итого:		530	27,8	26,9	80,43	676,7	4,03	
Итого за день:		1902	68,7	61,4	243,63	1852,4	104,23	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак1	Сыр	15	3,5	4,4	0,0	54,0	0,1	7
	Каша молочная рисовая вязкая	210	3,09	4,07	36,98	197,0	0,0	182
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,3	89,0	1,2	413
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0	
Итого:		450	12,49	11,27	70,18	452,5	1,3	
Завтрак2	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед	Овощи по сезону	50	0,4	0,0	1,67	8,0	0,006	
	Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,7	2,8	17,1	104,8	8,3	88
	Котлеты рубленые	70	10,9	8,05	10,94	160,13	0,09	299
	Капуста тушеная	150	2,8	4,8	10,8	97,8	15,4	354
	Кисель из кураги	180	0,8	0,05	25,7	106,6	0,4	398
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,5	21,2	138,0	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		725	21,5	16,2	96,61	656,3	18,3	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
Уплот. полдник	Птица тушёная в соусе с овощами	230/40	13,61	10,67	14,63	209,0	1,33	319/373
	Сок натуральный	160	1,6	0,2	4,6	26,7	16,0	418
	Пирожок печ. из дрож.теста с печенью	75	5,4	23,4	10,2	271,5	0,0	454/453/ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,9	103,5	0,0	
Итого:		715	28,21	39,1	52,53	700,7	18,63	
Итого за день:		2000	62,6	66,97	230,01	1857,9	49,23	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<i>День 7</i>								
Завтрак 1	Масло сливочное	10	10	0,08	7,2	0,1	66,0	6
	Джем	20	1,5	0,2	9,8	47,0	0,0	
	Икра кабачковая	75	0,7	3,5	4,4	52,2	4,1	54
	Драчена	80	8,0	11,0	4,7	150,6	0,3	242
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,3	91,0	1,2	414
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		420	27,0	17,78	64,6	487,9	71,6	
Завтрак 2	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед	Салат из овощей по сезону	75	0,6	3,8	2,0	44,9	4,2	20
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	12,7	102,5	10,3	63
	Сметана	20	0,53	3,0	0,72	31,2	0,2	
	Шницель рыбный натуральный	80	12,1	3,9	8,2	116,0	2,6	274
	Картофель отварной	120	2,3	3,5	18,5	113,9	16,8	318
	Сок натуральный	180	0,9	0,0	18,1	76,8	3,6	418
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
	Итого:		780	22,13	19,8	84,4	632,3	55,0
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
Уплот. полдник	Биточек рубленый из говядины	70	10,9	8,05	10,94	160,13	0,09	299
	Рагу из овощей	110/30	2,0	4,5	11,7	95,3	9,5	148/366
	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	9,9	40,0	0,0	411
	Пирожок печ. из дрож. теста с карт. фаршем	50	2,0	1,8	20,5	111,0	0,3	437/500
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	12,9	56,3	0,0	
Итого:		655	21,8	19,15	73,14	552,73	11,2	
Итого за день:		1965	71,33	57,13	232,8	1721,3	148,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак 1	Сыр	15	3,5	4,4	0,0	54,0	0,1	7
	Суп молочный с крупой кукурузной	250	6,0	6,3	21,0	165,5	1,1	101
	Какао с молоком	180	3,7	3,2	15,8	107,0	1,4	416
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
Итого:		475	15,5	14,3	52,7	430,0	2,6	
Завтрак2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,0	10,0	386
Итого:		100	0,4	0,4	9,8	44,0	10,0	
Обед	Салат из овощей по сезону	75	1,1	3,8	6,8	65,5	24,3	21
	Рассольник Домашний	250	2,07	5,09	14,77	113,25	11,81	75
	Тефтели мясные с соусом	80/80	11,8	12,9	14,1	218,0	1,1	303/348
	Каша гречневая рассыпчатая	120	7,45	5,28	33,49	211,25	0,0	330
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	21,5	87,8	1,5	390
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		720	21,8	27,39	92,17	729,35	54,11	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
Уплот. полдник	Овощи по сезону	50	0,6	0,13	2,27	13,0	0,013	
	Рыба припущенная	80	13,5	0,5	0,3	60,0	0,5	259
	Пюре картофельное	130	2,7	4,1	17,7	119,0	15,7	110
	Сок натуральный	160	0,8	0,0	16,1	68,3	3,2	418
	Кондитерское изделие	40	3,2	6,0	26,0	172,0	0,0	
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,4	9,9	52,2	0,0	
Итого:		670	27,9	15,6	79,5	574,5	20,7	
Итого за день:		1965	65,6	57,7	225,4	1676,0	87,4	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День9								
Завтрак 1	Масло сливочное	10	10	0,08	7,2	0,1	66,0	6
	Салат по сезону с сухофруктами	75	1,2	3,9	14,7	98,6	6,5	29
	Запеканка из творога	100	17,5	12,0	17,1	247,0	0,24	251
	Сгущенное молоко	30	2,2	2,6	16,8	98,7	0,0	
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,3	89,0	1,2	413
	Хлеб пшеничный	35	3,5	0,5	23,8	155,2	0,0	
Итого:		440	37,1	21,38	93,9	688,6	73,94	
Завтрак 2	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	386
Итого:		110	0,4	0,4	10,7	48,4	11,0	
Обед	Овощи по сезону	50	0,6	0,13	2,27	13,0	0,013	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	5,3	16,3	134,8	5,8	250
	Жаркое домашнему	220	27,5	7,4	21,9	265,0	8,9	292
	Кисель из кураги	180	0,8	0,05	25,7	106,6	0,4	398
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0	
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		755	28,3	18,82	93,0	683,0	31,13	
	Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
Уплот. полдник	Салат из овощей по сезону	75	0,8	4,6	3,5	59,3	15,3	14
	Котлета, рубленая из птицы	80	15,5	3,67	13,31	148,0	0,13	322
	Рагу из овощей	110/45	2,0	4,5	11,7	95,3	9,5	330
	Чай с лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	2,8	412
	Сдоба обыкновенная	50	3,9	2,4	26,2	141,0	0,0	449
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0	
Итого:		762	33,9	14,7	70,1	549,8	27	
Итого за день:		2092	105,5	59,8	276,6	2067,8	144,4	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-н С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День10									
Завтрак 1	Сыр	15	3,5	4,4	0,0	54,0	0,1	7	
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	227	
	Каша молочная пшеничная жидкая	210	3,8	5,5	24,0	160,0	0,0	199	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,3	91,0	1,2	414	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0		
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0		
	Итого:		500	19,1	17,6	62,8	515,0	1,3	
Завтрак2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,0	10,0	386	
Итого:		100	0,4	0,4	9,8	44,0	10,0		
Обед	Овощи по сезону	50	0,6	0,13	2,27	13,0	0,013		
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1	95	
	Фрикадельки мясные в соусе	80/80	12,7	12,1	11,2	204,0	0,6	305/ 348	
	Каша ячневая рассыпчатая	120	3,9	3,5	24,7	146,0	0,0	330	
	Компот из свежих ягод	180	0,3	0,1	19,9	81,7	23,2	393	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,4	15,9	103,5	0,0		
	Хлеб ржаной	25	1,6	0,3	8,3	43,5	0,0		
	Итого:		725	30,0	24,9	96,6	759,0	32,9	
		Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,2	90,0	1,3	420
	Уплот. полдник	Салат по сезону с сухофруктами	100	1,5	0,1	14,3	64,2	4,6	43
Пудинг из творога с рисом		100	15,1	10,8	24,3	255,0	0,2	249	
Соус абрикосовый		30	0,1	0,02	19,4	78,1	0,6	377	
Чай с сахаром		180/10	0,0	0,0	9,9	40,0	0,0	411	
Кондитерское изделие		40	3,2	6,0	26,0	172,0	0,0		
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	10,6	69,0	0,0		
Итого:			660	26,5	21,02	118,8	790,3	6,7	
Итого за день:		1985	76,0	63,9	288,0	2108,3	52,2		
Итого за весь период:		19811	756,0	651,7	2500,5	19224,95	882,23		
Среднее значение за период:		1981,1	75,6	65,17	250,05	1922,5	88,223		

Приложение А

Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюда	Соль, г
1	2	3
1	Холодные блюда (на 1 порцию)	2-3
2	Супы (на 1000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Гречневая каша:	
	▪ Рассыпчатая из ядрицы	21
	▪ Вязкая	40
	Пшённая каша:	
	▪ Рассыпчатая	25
	▪ Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	▪ Рассыпчатая	28
	▪ Вязкая	45
	Перловая каша:	
	▪ Рассыпчатая	30
	▪ вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кукурузная каша:	
	▪ Рассыпчатая	30
	▪ Вязкая	35
5	Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3-4
6	Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30
7	Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25
8	Блюда из творога (на 1 кг)	10
9	Блюда из рыбы (на 1 порцию)	3
10	Блюда из мяса (на 1 порцию)	4
11	Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5

Список литературы:

1. Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2016.-640 с.
2. Скурихин И.М., Тутельян В.А. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи принт, 2008.-276 с.
3. СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»