

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МКДОУ №1  
Кокшарова О.В.  
11 ноября 2024г.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная  
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,83	4,49	25,48	161,76	14/4
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,39	2,40	10,88	77,52	514
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	30	1,37	0,36	17,69	78,34	102
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>8,59</b>	<b>7,25</b>	<b>54,05</b>	<b>317,62</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)	150	3,95	4,51	8,86	92,62	147/2
	Каша гречневая вязкая	120	3,82	3,60	18,68	124,33	254
	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	50	6,08	5,61	5,72	98,09	16/8
	Компот из яблок и чернослива	150	0,11	0,03	12,51	50,69	3/10
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>500</b>	<b>16,22</b>	<b>14,16</b>	<b>57,87</b>	<b>427,33</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет с отварным картофелем	130	8,76	13,26	11,09	198,9	276
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,04	0,00	19,72	79,27	516
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
	Печенье	20	1,48	1,88	14,62	81,4	609
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>11,88</b>	<b>15,44</b>	<b>53,43</b>	<b>401,17</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1250</b>	<b>37,19</b>	<b>36,95</b>	<b>175,45</b>	<b>1192,12</b>	

День 2							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,66	5,34	27,93	178,75	233
	Хлеб с маслом и сыром	30	2,59	3,90	8,83	81,55	4/13
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,40	10,55	73,88	134
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>9,59</b>	<b>11,64</b>	<b>47,31</b>	<b>334,18</b>	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	30	0,41	3,02	2,42	38,53	57
	Суп картофельный с крупой (с рисовой крупой, пшеном или хлопьями "Геркулес")	150	3,30	3,79	10,68	90,28	60
	Макаронные изделия отварные	120	4,66	3,76	28,45	165,98	43/3
	Курица в соусе с томатом	50	7,34	4,86	1,40	78,53	410
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0,06	17,09	69,92	527
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>18,39</b>	<b>15,90</b>	<b>72,14</b>	<b>504,84</b>	
ПОЛДНИК	Картофельное пюре	120	2,58	3,16	17,32	108,28	434
	Кнели рыбные припущенные	50	9,13	2,20	2,52	67,9	340/1
	Компот из свежемороженых ягод	150	0,42	0,06	8,23	33,78	123
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>12,13</b>	<b>5,42</b>	<b>28,07</b>	<b>209,96</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>40,61</b>	<b>33,06</b>	<b>157,62</b>	<b>1094,98</b>	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,90	5,31	23,28	156,62	236
	Какао с молоком	150	2,68	2,67	11,20	80,21	462
	Салат фруктовый	30	0,19	0,13	3,61	17,04	12/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>6,77</b>	<b>8,11</b>	<b>38,09</b>	<b>253,87</b>	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	55	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>13,10</b>	<b>55</b>	
ОБЕД	Суп-пюре из картофеля (с курицей)	150	5,26	6,81	14,72	141,79	165/3
	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,89	0,35	9,45	49,14	176
	Капуста тушеная	110	2,42	3,74	10,81	88,02	428
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	8,23	7,22	7,76	129	282/2
	Компот из яблок и кураги	150	0,21	0,03	12,21	50,13	1/10
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>505</b>	<b>20,27</b>	<b>18,56</b>	<b>67,05</b>	<b>519,68</b>	
ПОЛДНИК	Запеканка творожная	130	17,48	12,01	13,55	230,88	79
	Молоко сгущенное	25	1,80	2,12	13,88	82	490
	Чай с лимоном (2-й вариант)	150	0,12	0,00	9,17	38,51	505/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>305</b>	<b>19,40</b>	<b>14,13</b>	<b>36,60</b>	<b>351,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1240</b>	<b>46,85</b>	<b>40,88</b>	<b>154,84</b>	<b>1179,94</b>	

День 4							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	5,40	6,81	21,69	169,98	234
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,39	2,40	10,88	77,52	514
	Бутерброды с маслом (сливочным)	25	1,56	4,93	10,16	91,62	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>325</b>	<b>9,35</b>	<b>14,14</b>	<b>42,73</b>	<b>339,12</b>	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	118
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>	
ОБЕД	Рассольник ленинградский (с курицей)	150	3,95	5,49	16,95	133,58	139/3
	Картофельное пюре	120	2,58	3,16	17,32	108,28	434
	Тефтели из говядины с рисом («ежики»)	50	6,54	7,18	6,20	115,79	395
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0,06	17,09	69,92	527
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	12,00	62,4	114
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>510</b>	<b>16,55</b>	<b>16,45</b>	<b>73,66</b>	<b>509,97</b>	
ПОЛДНИК	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	40	0,61	4,08	4,02	55,54	29/1
	Ватрушка с творогом	50	7,19	7,24	24,52	193	5/12 (1)
	Чай	150	0,08	0,00	7,52	30,72	10/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>240</b>	<b>7,88</b>	<b>11,32</b>	<b>36,06</b>	<b>279,26</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1175</b>	<b>34,18</b>	<b>42,31</b>	<b>162,25</b>	<b>1175,35</b>	
День 5							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150	4,73	5,40	23,33	161,31	230
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,40	10,55	73,88	134
	Хлеб с маслом и сыром	30	2,59	3,90	8,83	81,55	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>9,66</b>	<b>11,70</b>	<b>42,71</b>	<b>316,74</b>	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	20	0,20	1,40	1,40	19,4	121
	Борщ с капустой и картофелем (с курицей)	150	2,62	3,49	7,89	74	55/110 (1)
	Плов из отварной говядины	150	9,35	9,38	30,49	243,5	375/1
	Компот из свежемороженых ягод	150	0,42	0,06	8,23	33,78	123
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>500</b>	<b>14,85</b>	<b>14,74</b>	<b>60,11</b>	<b>432,28</b>	
ПОЛДНИК	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	3,06	7,52	18,27	153,48	208
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,04	0,00	19,72	79,27	516
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,8	607
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>340</b>	<b>5,26</b>	<b>8,48</b>	<b>61,45</b>	<b>345,15</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1270</b>	<b>30,27</b>	<b>35,02</b>	<b>174,37</b>	<b>1140,17</b>	

<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным	150	3,85	5,01	20,22	141,77	17/4
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,39	2,40	10,88	77,52	514
	Бутерброды с маслом (сливочным)	25	1,56	4,93	10,16	91,62	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>325</b>	<b>7,80</b>	<b>12,34</b>	<b>41,26</b>	<b>310,91</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп из овощей со сметаной (с курицей)	150	3,38	3,85	10,15	89,56	14/2(2)
	Макаронные изделия отварные	120	4,66	3,76	28,45	165,98	43/3
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	8,23	7,22	7,76	129	282/2
	Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	15	0,54	1,03	1,40	17,15	444
	Компот из чернослива и изюма	150	0,30	0,08	17,09	69,3	5/10
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	12,00	62,4	114
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>525</b>	<b>20,17</b>	<b>16,50</b>	<b>80,95</b>	<b>553,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	30	0,49	2,13	1,46	27,28	11
	Омлет натуральный	110	7,60	9,56	3,45	130,53	77
	Чай с лимоном (2-й вариант)	150	0,12	0,00	9,17	38,51	505/1
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>9,81</b>	<b>11,99</b>	<b>22,08</b>	<b>237,92</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1260</b>	<b>38,28</b>	<b>40,93</b>	<b>154,39</b>	<b>1148,22</b>	
<b>День 7</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,60	5,96	26,61	182,85	235
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,40	10,55	73,88	134
	Батон нарезной	15	1,20	0,31	8,06	40,2	117
	Сыр (порциями)	8	1,84	2,32	0,00	28,8	7
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>323</b>	<b>10,98</b>	<b>10,99</b>	<b>45,22</b>	<b>325,73</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	150	3,69	3,36	12,90	96,81	17/2
	Рис отварной с овощами	110	2,77	4,15	21,87	136,2	58
	Суфле рыбное	50	11,65	6,66	3,99	124,37	341/2
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0,06	17,09	69,92	527
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>490</b>	<b>20,79</b>	<b>14,64</b>	<b>67,95</b>	<b>488,9</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,51	4,70	14,51	118,77	171
	Компот из свежих плодов и ягод	150	0,12	0,12	10,44	44,1	486
	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	50	3,40	5,34	32,90	192,37	561/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>8,03</b>	<b>10,16</b>	<b>57,85</b>	<b>355,24</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1263</b>	<b>40,30</b>	<b>35,89</b>	<b>181,12</b>	<b>1215,87</b>	

День 8							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,60	5,37	27,02	179,06	232
	Какао с молоком	150	2,68	2,67	11,20	80,21	462
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	30	1,37	0,36	17,69	78,34	102
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>9,65</b>	<b>8,40</b>	<b>55,91</b>	<b>337,61</b>	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
ОБЕД	Суп-пюре из овощей с крупой (с курицей)	150	3,93	4,71	10,90	101,94	28/2
	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,89	0,35	9,45	49,14	176
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	120	2,42	4,03	14,26	103,87	440
	Фрикадельки из говядины паровые	50	8,07	7,59	3,46	114,52	396
	Компот из яблок и кураги	150	0,21	0,03	12,21	50,13	1/10
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,30	8,00	41,6	114/2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>515</b>	<b>18,78</b>	<b>17,12</b>	<b>62,38</b>	<b>481,2</b>	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с рисом	110	15,72	11,98	20,74	252,25	324/1
	Молоко сгущенное	25	1,80	2,12	13,88	82	490
	Чай	150	0,08	0,00	7,52	30,72	10/10
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>285</b>	<b>17,60</b>	<b>14,10</b>	<b>42,14</b>	<b>364,97</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1230</b>	<b>46,53</b>	<b>39,72</b>	<b>170,53</b>	<b>1229,78</b>	
День 9							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150	4,73	5,40	23,33	161,31	230
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,39	2,40	10,88	77,52	514
	Хлеб с маслом и сыром	30	2,59	3,90	8,83	81,55	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>9,71</b>	<b>11,70</b>	<b>43,04</b>	<b>320,38</b>	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	80	1,20	0,40	16,80	76,8	118
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>80</b>	<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,8</b>	
ОБЕД	Свекольник со сметаной	150	1,40	3,54	9,64	76,2	5/2
	Рагу из мяса кур	150	14,82	12,09	17,43	237,81	3/9
	Компот из свежемороженых ягод	150	0,42	0,06	8,23	33,78	123
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	12,00	62,4	114
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>490</b>	<b>19,70</b>	<b>16,25</b>	<b>51,40</b>	<b>430,19</b>	
ПОЛДНИК	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	40	1,69	3,32	11,78	81,94	27/1
	Чай с лимоном (2-й вариант)	150	0,12	0,00	9,17	38,51	505/1
	Коржик молочный	50	3,46	5,59	34,65	204,6	598
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>240</b>	<b>5,27</b>	<b>8,91</b>	<b>55,60</b>	<b>325,05</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1140</b>	<b>35,88</b>	<b>37,26</b>	<b>166,84</b>	<b>1152,42</b>	

День 10							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	4,07	5,01	20,86	144,98	16/4
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,40	10,55	73,88	134
	Батон нарезной	15	1,20	0,31	8,06	40,2	117
	Сыр (порциями)	8	1,84	2,32	0,00	28,8	7
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>323</b>	<b>9,45</b>	<b>10,04</b>	<b>39,47</b>	<b>287,86</b>	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46</b>	
ОБЕД	Яйца вареные	25	3,17	2,88	0,17	39,25	306
	Суп-лапша на курином бульоне	150	5,67	5,37	9,54	109,21	20/2 (1)
	Картофельное пюре	120	2,58	3,16	17,32	108,28	434
	Суфле из печени	50	8,57	3,57	3,84	81,51	35/8
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0,06	17,09	69,92	527
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	12,00	62,4	114
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,11	4,10	20	115
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>535</b>	<b>23,47</b>	<b>15,60</b>	<b>64,06</b>	<b>490,57</b>	
ПОЛДНИК	Уха с крупой	150	5,48	2,81	10,71	91,3	158
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,04	0,00	19,72	79,27	516
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	12,00	62,4	114
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>7,92</b>	<b>3,26</b>	<b>42,43</b>	<b>232,97</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1288</b>	<b>41,34</b>	<b>29,00</b>	<b>156,06</b>	<b>1057,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>12396</b>	<b>391,43</b>	<b>371,02</b>	<b>1653,47</b>	<b>11586,25</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1239,6</b>	<b>39,14</b>	<b>37,10</b>	<b>165,35</b>	<b>1158,63</b>	

Среднесуточное содержание витаминов и микроэлементов в меню:

витамины		минеральные вещества		Перечень продуктов обогащенных витаминами и микроэлементами и их кратность включения в меню:
С (мг/сут)	45,907	Кальций (мг/сут)	454,984	
В1 (мг/сут)	5,094	Фосфор (мг/сут)	396,465	Перечень продуктов обогащенных лакто и бифидобактериями:
В2 (мг/сут)	1,033	Магний (мг/сут)	115,745	
А (рет. экв/сут)	582	Железо (мг/сут)	7,481	<p>Использованные сборники рецептов:  <b>ЕДИНЫЙ СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ</b> для образовательных учреждений, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений                      Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007.                      Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/М.П. Могильный, В.А. Тутельян                      Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/Могильный, Тутельян                      Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под ред. Ф.Л.Марчука и В.Т.Лапшиной. - Изд. Хлебпродинформ, 2004.                      Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях: методические рекомендации и технические документы. Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева - Екатеринбург, 2011 год.                      Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г.</p>
Д (мкг/сут)	718	Фтор (мг/сут)	0,698	Возможные замены блюд:

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060064

Владелец Кокшарова Ольга Валентиновна

Действителен с 23.12.2024 по 23.12.2025