

"СОГЛАСОВАНО"

Генеральный директор ООО "Комбинат питания" /Зубавина И.А./



**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ г. ОРЕНБУРГА
СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ (возраст 3-7 лет)**

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
КАША "ДРУЖБА"	180	5,58	9,00	24,12	201,60	0,09	1,80	0,07	0,18	163,80	30,60	154,80	0,00	190
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	430
Итого за прием пищи:	415	8,06	14,10	56,38	377,60	0,12	1,80	0,11	0,29	175,10	38,50	183,25	1,31	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,98	69,41	0,02	3,23	0,00	0,16	11,30	6,45	11,30	2,26	442
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,98	69,41	0,02	3,23	0,00	0,16	11,30	6,45	11,30	2,26	
Обед														
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	26,20	101,98	0,09	0,00	0,00	1,10	9,00	9,50	43,50	2,00	171
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,70	2,24	3,92	38,90	0,01	1,60	0,40	1,13	19,14	12,06	22,96	0,53	55
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	4,89	2,54	17,51	100,43	0,10	7,43	0,17	1,08	27,91	32,14	95,03	1,10	84
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,81	18,22	36,84	406,98	0,11	14,63	0,29	5,85	49,21	49,21	250,04	15,96	311
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,84	86,08	0,01	1,44	0,00	0,23	17,82	5,33	3,56	0,71	372
Итого за прием пищи:	705	32,85	23,58	105,31	734,37	0,32	25,10	0,86	9,39	123,08	108,24	415,09	20,30	
Полдник														
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19	0,08	2,01	0,00	0,00	252,76	30,09	196,59	0,00	435
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
Итого за прием пищи:	250	9,77	1,65	36,72	193,19	0,14	2,01	0,00	0,00	262,26	36,59	229,09	0,50	
Ужин														
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,01	0,95	24,00	12,00	16,50	3,30	165
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,68	3,01	4,57	46,37	0,02	2,05	0,15	1,35	13,07	9,41	20,46	0,45	45
ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	7,15	7,47	49,31	250,48	0,10	3,73	0,04	1,20	21,29	17,30	74,60	1,06	406.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	0,00	1,14	0,00	0,00	13,29	4,58	5,10	0,43	377
Итого за прием пищи:	500	8,59	11,09	83,50	428,91	0,17	21,92	0,20	3,50	71,65	43,29	116,66	5,24	
Всего за день:		60,07	50,58	297,89	1803,48	0,77	54,06	1,17	13,34	643,39	233,07	955,39	29,61	

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,00	0,07	0,03	0,03	88,00	3,50	50,00	0,10	15
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,22	27,19	2,93	325,91	0,07	0,22	0,39	2,64	101,77	17,05	228,81	2,61	215
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,95	3,29	16,67	136,96	0,03	0,64	0,02	0,00	131,03	22,99	101,10	0,54	397
Итого за прием пищи:	400	23,74	34,30	36,82	577,87	0,13	0,93	0,44	2,67	326,50	47,44	399,41	3,55	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
КУКУРУЗА (ПОРЦИОННО)	50	1,50	0,10	3,15	19,40	0,05	2,00	0,00	0,60	9,00	9,45	27,90	0,32	172
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,47	4,34	9,73	82,18	0,05	6,05	0,20	1,68	34,45	18,13	35,87	0,86	57
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	13,46	8,38	1,91	135,89	0,11	0,00	0,06	0,38	29,21	20,32	149,86	0,64	250
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,79	3,35	3,28	46,78	0,01	0,00	0,03	0,06	18,84	2,43	16,40	0,18	368
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	130	3,02	6,93	31,57	200,68	0,03	0,00	0,04	0,38	11,77	20,82	61,28	0,46	171.2
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70	0,01	1,80	0,00	0,09	4,50	1,80	7,20	0,36	411
Итого за прием пищи:	680	22,98	23,54	95,71	668,21	0,33	9,85	0,33	4,07	114,97	80,55	333,31	4,42	
Полдник														
КЕФИР	180	5,41	0,18	7,21	55,86	0,07	1,80	0,00	0,00	227,05	27,03	176,60	0,00	435
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	6,11	9,51	50,97	273,80	0,06	0,00	0,05	0,25	11,78	7,39	41,95	0,50	469
Итого за прием пищи:	250	11,52	9,69	58,18	329,66	0,13	1,80	0,05	0,25	238,83	34,42	218,55	0,50	
Ужин														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,71	3,05	4,14	46,73	0,01	1,94	0,00	1,33	16,90	9,64	18,98	0,62	52
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	170	4,08	6,36	28,82	166,13	0,12	10,02	0,04	0,20	51,28	28,80	89,72	1,23	151
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	430
Итого за прием пищи:	450	7,24	10,38	65,18	351,46	0,16	11,96	0,04	1,53	78,88	46,34	136,20	3,15	
Всего за день:		66,38	78,09	273,85	2028,92	0,77	28,17	0,86	8,70	771,88	216,00	#####	14,16	

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,41	7,21	33,29	224,65	0,07	1,16	0,05	0,70	115,24	18,62	110,58	1,16	184
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	110,75	0,04	0,47	0,01	0,00	98,86	15,10	74,33	0,26	395
Итого за прием пищи:	400	11,52	14,39	65,98	451,40	0,14	1,63	0,10	0,81	220,40	37,62	205,36	1,73	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,20	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	4,20	12,60	0,30	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,03	2,13	16,55	85,20	0,06	4,75	0,14	0,87	18,98	16,85	42,63	0,75	82
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	16,26	15,73	24,28	315,68	0,08	20,03	0,03	0,67	69,81	40,47	176,28	2,87	298
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,01	0,00	39,69	162,68	0,00	0,00	0,01	0,00	7,66	1,65	0,00	0,00	376
Итого за прием пищи:	610	22,19	18,24	102,23	649,34	0,22	27,78	0,18	2,45	110,55	70,77	266,31	5,52	
Полдник														
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00	0,01	2,00	0,00	0,10	5,00	2,00	8,00	0,40	411
Итого за прием пищи:	250	3,85	1,55	56,60	244,00	0,07	2,00	0,00	0,10	14,50	8,50	40,50	0,90	
Ужин														
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	170/30	17,31	15,71	65,20	418,30	0,09	0,23	0,09	2,05	176,29	28,56	205,18	1,24	212
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,46	7,22	34,19	194,51	0,05	0,01	0,04	0,35	17,07	6,43	42,90	0,41	460
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	0,00	1,14	0,00	0,00	13,29	4,58	5,10	0,43	377
Итого за прием пищи:	450	21,93	22,94	114,31	674,37	0,14	1,38	0,13	2,40	206,65	39,57	253,18	2,08	
Всего за день:		60,39	57,30	357,08	2120,83	0,59	36,42	0,41	5,94	564,80	163,71	778,05	12,77	

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	2,60	13,00	0,20	170
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,19	9,16	29,81	230,84	0,15	1,16	0,05	0,23	126,44	61,48	201,84	2,32	184
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	430
Итого за прием пищи:	405	8,92	13,97	56,33	380,64	0,17	1,16	0,09	0,34	135,84	68,08	223,79	3,53	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	101,72	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,68	3,01	4,57	46,37	0,02	2,05	0,15	1,35	13,07	9,41	20,46	0,45	45
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,54	5,36	15,63	125,88	0,08	6,49	0,14	1,04	21,24	24,07	79,79	1,30	83
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	9,50	4,04	7,66	105,76	0,07	0,47	0,03	0,22	40,87	29,48	134,04	0,53	255
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,11	5,22	13,30	113,62	0,04	27,93	0,09	2,35	73,07	26,31	50,80	1,57	139
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,30	0,00	25,15	101,76	0,00	0,00	0,00	0,00	7,72	1,65	0,00	0,00	348
Итого за прием пищи:	650	21,78	17,98	87,27	574,97	0,28	36,94	0,41	5,84	163,17	98,52	319,89	5,45	
Полдник														
РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,24	0,04	1,00	0,00	0,00	248,74	28,08	184,55	0,00	435
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	1,61	4,71	24,72	142,92	0,02	0,10	0,04	0,11	7,20	4,00	15,75	0,41	2
Итого за прием пищи:	245	7,63	6,72	33,15	223,16	0,06	1,10	0,04	0,11	255,94	32,08	200,30	0,41	
Ужин														
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,70	2,54	4,32	43,38	0,01	7,40	0,00	1,08	19,54	5,98	11,57	0,37	45
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	10,17	16,42	10,22	235,75	0,05	0,00	0,03	2,01	12,89	15,81	99,58	1,62	268
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	0,00	1,14	0,00	0,00	13,29	4,58	5,10	0,43	377
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	130	14,52	4,79	30,37	222,82	0,40	0,00	0,02	6,02	54,50	51,60	133,33	4,13	199
Итого за прием пищи:	480	27,80	24,63	77,05	642,11	0,49	8,54	0,05	9,11	105,92	81,87	269,08	6,85	
Всего за день:		67,03	63,48	271,76	1922,60	1,02	51,37	0,59	15,58	673,57	287,80	#####	18,78	

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55	0,01	0,00	0,00	0,00	4,35	3,00	13,50	0,32	163
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	5,61	5,04	16,58	159,27	0,08	0,66	0,03	1,16	133,95	44,84	136,04	1,16	94
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	110,75	0,04	0,47	0,01	0,00	98,86	15,10	74,33	0,26	395
Итого за прием пищи:	380	9,60	12,82	43,21	369,97	0,13	1,13	0,08	1,27	237,76	62,94	224,82	1,75	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60	0,01	0,60	0,09	0,06	2,40	3,00	6,00	0,12	364
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,95	3,07	5,47	53,12	0,01	2,46	0,00	1,34	21,81	12,28	24,42	0,79	52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,72	5,51	8,45	87,16	0,04	9,90	0,22	1,81	41,62	17,95	38,82	0,80	67
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	70	18,18	15,26	19,72	257,54	0,04	0,10	0,01	0,06	27,58	10,23	44,36	0,68	305
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70	0,01	1,80	0,00	0,09	4,50	1,80	7,20	0,36	411
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,70	4,03	26,80	162,96	0,05	0,00	0,00	0,67	3,36	5,88	30,24	0,67	209
Итого за прием пищи:	700	28,83	31,25	108,67	780,66	0,23	14,86	0,32	4,91	108,47	58,74	185,84	5,02	
Полдник														
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19	0,08	2,01	0,00	0,00	252,76	30,09	196,59	0,00	435
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
Итого за прием пищи:	250	9,77	1,65	36,72	193,19	0,14	2,01	0,00	0,00	262,26	36,59	229,09	0,50	
Ужин														
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	7,67	30,91	0,00	0,01	0,00	0,00	1,63	1,32	2,47	0,24	392
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,42	2,55	3,83	40,62	0,03	1,39	0,53	1,36	15,27	10,61	15,30	0,66	40
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170/30	30,19	15,44	27,47	376,82	0,09	0,00	0,00	0,91	261,05	40,86	363,20	1,36	224
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	430
Итого за прием пищи:	650	30,88	18,09	53,97	508,35	0,12	1,40	0,53	2,27	282,95	56,79	388,97	3,26	
Всего за день:		79,98	63,99	260,53	1930,16	0,64	23,03	0,93	8,63	904,14	222,31	#####	13,07	

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,42	7,42	35,96	240,12	0,13	1,16	0,05	0,93	121,80	38,28	189,08	2,32	184
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55	0,01	0,00	0,00	0,00	4,35	3,00	13,50	0,32	163
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	7,67	30,91	0,00	0,01	0,00	0,00	1,63	1,32	2,47	0,24	392
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	183,60	20,16	129,60	0,14	400
Итого за прием пищи:	580	13,71	18,61	63,04	475,74	0,19	2,11	0,12	1,04	311,98	62,76	335,60	3,03	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,68	3,01	4,57	46,37	0,02	2,05	0,15	1,35	13,07	9,41	20,46	0,45	45
РАССОЛЬНИК МОСКОВСКИЙ	180	4,86	6,46	17,99	145,19	0,09	4,79	0,23	1,59	31,38	23,44	93,54	1,20	73
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	12,80	6,27	9,52	128,87	0,07	0,34	0,00	1,30	21,55	28,25	120,85	0,76	257
РИС С ОВОЩАМИ	130	3,21	5,57	32,61	193,60	0,03	0,47	0,21	1,34	13,76	24,02	68,80	0,58	168
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,84	86,08	0,01	1,44	0,00	0,23	17,82	5,33	3,56	0,71	372
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
Итого за прием пищи:	650	24,34	21,80	106,49	681,69	0,29	9,09	0,59	6,69	104,78	98,05	342,01	5,30	
Полдник														
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	0,00	0,00	5,80	4,00	18,00	0,42	163
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00	0,01	2,00	0,00	0,10	5,00	2,00	8,00	0,40	411
Итого за прием пищи:	220	1,60	2,06	42,78	196,40	0,03	2,00	0,00	0,10	10,80	6,00	26,00	0,82	
Ужин														
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,70	2,24	3,92	38,90	0,01	1,60	0,40	1,13	19,14	12,06	22,96	0,53	55
Котлеты рубленые из птицы	70	15,27	12,80	17,53	216,01	0,03	0,00	0,00	0,84	6,92	8,14	30,05	0,63	305
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,11	5,22	13,30	113,62	0,04	27,93	0,09	2,35	73,07	26,31	50,80	1,57	139
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	0,00	1,14	0,00	0,00	13,29	4,58	5,10	0,43	377
Итого за прием пищи:	480	21,49	21,14	66,89	508,69	0,11	30,67	0,49	4,32	118,12	54,99	128,41	3,46	
Ужин 2														
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	183,60	20,16	129,60	0,14	400
Итого за прием пищи:	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	183,60	20,16	129,60	0,14	
Всего за день:		67,10	69,38	305,37	2045,27	0,69	48,44	1,23	12,33	741,98	249,21	974,32	15,29	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,64	5,28	30,60	180,00	0,02	0,00	0,04	0,84	12,00	19,20	58,80	0,48	324
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,02	3,84	0,00	47,32	0,01	0,09	0,04	0,04	114,40	4,55	65,00	0,13	15
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,37	14,57	129,94	0,03	0,64	0,02	0,00	131,86	24,72	104,04	0,63	397
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	2,60	13,00	0,20	170
Итого за прием пищи:	413	11,24	13,07	56,65	409,66	0,08	0,73	0,10	0,88	262,06	51,07	240,84	1,44	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	50	1,19	3,41	4,33	53,31	0,05	4,19	1,09	1,92	26,36	20,86	36,59	0,58	42
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,26	7,16	18,11	162,06	0,18	4,18	0,24	3,76	31,13	30,37	89,58	1,99	81
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПОВ	10	1,10	0,10	7,90	37,00	0,02	0,00	0,00	0,30	3,00	2,00	10,00	0,20	73
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,03	5,04	24,60	142,47	0,12	9,64	0,03	0,23	39,32	27,56	81,22	1,13	128
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	21,74	19,90	11,55	316,84	0,06	0,22	0,00	1,67	14,86	23,23	158,69	2,48	268
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,05	0,05	9,41	38,67	0,00	0,56	0,00	0,09	2,09	0,97	1,34	0,27	348
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
Итого за прием пищи:	660	37,02	36,01	96,86	831,93	0,50	18,79	1,36	8,85	123,96	112,59	412,22	8,25	
Полдник														
РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,24	0,04	1,00	0,00	0,00	248,74	28,08	184,55	0,00	435
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
Итого за прием пищи:	250	9,77	3,46	37,13	211,24	0,10	1,00	0,00	0,00	258,24	34,58	217,05	0,50	
Ужин														
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	180	24,23	18,66	37,60	407,05	0,07	0,22	0,12	1,55	169,46	40,62	279,73	1,31	189
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,82	2,85	5,67	51,84	0,02	0,08	0,01	0,07	16,15	2,11	13,58	0,06	351
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,03	3,39	34,20	161,21	0,06	0,07	0,01	0,90	22,41	6,99	42,91	0,41	469
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	7,99	1,00	430
Итого за прием пищи:	460	30,28	25,00	92,46	680,04	0,15	0,37	0,14	2,52	213,02	53,72	344,21	2,78	
Всего за день:		89,21	77,72	301,06	2210,86	0,85	24,52	1,60	12,43	869,98	259,21	#####	15,51	

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	8,88	8,82	32,28	225,60	0,11	1,20	0,05	0,72	141,60	32,40	214,80	1,20	184
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55	0,01	0,00	0,00	0,00	4,35	3,00	13,50	0,32	163
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	7,99	1,00	430
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	183,60	20,16	129,60	0,14	400
Итого за прием пищи:	580	15,30	20,11	66,68	490,25	0,17	2,14	0,12	0,83	335,15	59,56	366,84	2,67	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,71	3,33	6,74	60,01	0,01	2,34	0,00	1,54	17,01	9,92	18,88	0,83	35
СУП С КЛЕЦКАМИ	180	14,58	16,22	18,70	265,54	0,12	5,90	0,45	2,01	44,97	33,97	160,98	2,02	118,2
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	13,49	3,76	9,51	123,11	0,09	0,56	0,01	1,38	33,00	44,02	189,63	1,00	257
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	130	3,60	3,64	37,59	179,07	0,03	0,00	0,02	0,29	7,61	20,98	63,57	0,45	171,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	11,55	48,92	0,01	1,46	0,00	0,23	5,33	2,59	3,56	0,71	372
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
Итого за прием пищи:	650	35,17	27,44	105,05	758,23	0,33	10,26	0,48	6,33	115,12	119,08	471,42	6,61	
Полдник														
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,87	112,89	0,01	2,00	0,00	0,10	5,00	2,00	7,99	0,40	411
Итого за прием пищи:	250	3,85	1,55	56,57	243,89	0,07	2,00	0,00	0,10	14,50	8,50	40,49	0,90	
Ужин														
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,29	23,81	2,24	278,83	0,06	0,17	0,31	2,19	79,70	13,49	184,07	2,11	215
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	2,60	13,00	0,20	170
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,01	0,95	24,00	12,00	16,50	3,30	165
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	8,81	35,96	0,00	0,36	0,00	0,00	2,51	1,63	3,04	0,28	393
Итого за прием пищи:	500	14,48	24,99	37,23	437,69	0,13	15,53	0,32	3,14	110,01	29,72	216,61	5,89	
Всего за день:		69,70	74,27	283,49	2008,05	0,72	33,56	0,92	10,58	587,48	224,11	#####	18,61	

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,64	5,28	30,60	180,00	0,02	0,00	0,04	0,84	12,00	19,20	58,80	0,48	324
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,04	0,11	0,60	0,00	0,95	0,01	14
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	15,00	114,46	0,04	0,52	0,02	0,00	109,81	16,78	82,59	0,29	395
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	0,02	4,00	0,01	0,63	14,40	7,20	9,90	1,98	
Итого за прием пищи:	515	8,45	13,10	72,37	456,05	0,11	4,52	0,11	1,58	142,51	47,08	171,74	3,06	
II Завтрак														
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,01	0,95	24,00	12,00	16,50	3,30	
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,01	0,95	24,00	12,00	16,50	3,30	
Обед														
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,51	2,22	2,90	33,95	0,01	1,19	0,26	1,07	13,88	8,50	17,11	0,39	55
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,83	7,10	16,79	147,15	0,10	11,21	0,25	1,82	50,86	30,40	80,85	1,64	57
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	18,94	19,68	9,38	303,68	0,06	0,51	0,04	1,84	19,65	22,25	175,40	2,46	286
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60	0,01	0,60	0,09	0,06	2,40	3,00	6,00	0,12	364
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,11	3,81	41,81	173,32	0,05	0,00	0,02	1,00	15,68	6,77	36,37	0,85	204
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,44	0,17	14,32	68,88	0,01	58,10	0,10	0,00	14,57	3,64	2,02	0,36	398
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
Итого за прием пищи:	680	33,02	36,27	108,32	845,16	0,31	71,61	0,76	6,67	124,24	82,16	352,55	7,42	
Полдник														
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19	0,08	2,01	0,00	0,00	252,76	30,09	196,59	0,00	435
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	2,68	1,01	31,09	143,38	0,05	8,04	0,01	0,40	10,05	6,03	24,79	0,00	453
Итого за прием пищи:	250	8,70	1,21	39,11	205,57	0,13	10,05	0,01	0,40	262,81	36,12	221,38	0,00	
Ужин														
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	0,02	5,00	0,01	0,05	11,50	7,00	21,00	0,50	71
РАГУ ОВОЩНОЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	15,57	16,29	25,47	295,72	0,17	10,90	0,90	0,70	48,65	50,90	191,00	2,61	309
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	7,99	1,00	430
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
Итого за прием пищи:	480	18,42	17,31	58,93	441,26	0,22	15,90	0,91	0,75	70,85	65,80	239,49	4,41	
Всего за день:		69,19	68,49	293,43	2018,54	0,82	117,08	1,80	10,35	624,41	243,16	#####	18,19	

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,28	6,77	20,87	175,05	0,05	0,66	0,04	0,39	136,64	16,55	104,31	0,40	93
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,02	3,84	0,00	47,32	0,01	0,09	0,04	0,04	114,40	4,55	65,00	0,13	15
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,13	3,41	13,58	126,91	0,03	0,65	0,02	0,00	133,65	24,92	105,32	0,63	397
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,05	0,94	0,03	0,00	183,60	20,16	129,60	0,14	400
Итого за прием пищи:	603	19,74	20,48	59,88	532,64	0,17	2,34	0,13	0,43	573,99	70,08	423,73	1,60	
II Завтрак														
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	442
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,96	77,99	0,02	3,63	0,00	0,18	12,70	7,25	12,70	2,54	
Обед														
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,82	3,34	4,51	49,68	0,02	2,10	0,14	1,57	11,42	9,48	21,96	0,41	45
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ	180	4,69	6,41	15,22	133,55	0,08	7,93	0,23	1,45	34,51	22,32	81,96	1,20	98
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	35/35	17,64	8,65	3,40	180,59	0,19	13,24	6,13	2,48	18,86	16,21	256,63	5,61	255
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,10	3,96	32,47	177,45	0,02	0,00	0,02	0,26	9,48	22,40	67,19	0,52	323
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,00	29,52	120,60	0,00	0,00	0,00	0,18	15,30	4,50	10,80	0,90	401
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	171
Итого за прием пищи:	650	29,18	22,71	106,08	743,45	0,38	23,27	6,52	6,82	96,77	82,51	473,34	10,24	
Полдник														
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,50	6,50	32,50	0,50	170
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,87	112,89	0,01	2,00	0,00	0,10	5,00	2,00	7,99	0,40	411
Итого за прием пищи:	250	3,85	1,55	56,57	243,89	0,07	2,00	0,00	0,10	14,50	8,50	40,49	0,90	
Ужин														
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	12,57	14,02	10,42	215,37	0,06	0,44	0,04	1,30	16,87	18,02	120,93	1,51	305
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60	0,01	0,60	0,09	0,06	2,40	3,00	6,00	0,12	364
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,32	4,92	27,31	151,82	0,13	10,73	0,04	0,23	42,84	30,54	89,33	1,25	128
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	7,67	30,91	0,00	0,01	0,00	0,00	1,63	1,32	2,47	0,24	392
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	19,50	0,30	170
Итого за прием пищи:	460	18,75	22,75	64,78	513,30	0,23	11,78	0,17	1,59	69,44	56,78	238,23	3,42	
Всего за день:		72,42	67,67	305,27	2111,27	0,87	43,02	6,82	9,12	767,40	225,12	#####	18,70	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
Итого за весь период	701,47	670,97	2949,73	20199,98	7,74	459,67	16,33	107,00	7149,03	2323,70	#####	174,69
Среднее значение за период	70,15	67,10	294,97	2020,00	0,77	45,97	1,63	10,70	714,90	232,37	1040,03	17,47
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,89	29,89	56,21									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Категория питающихся	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник	Ужин	Ужин 2
3-7 лет	469	175	664	247	491	30

«РЖДАО»

«Станция №1»

«Финансы»

«Иванко Н.С.»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«*»

«РГА, В»

**Сборник
рецептур**

2011
2023
2008
2008

2008

2023
2012
2012
2008
2012

2008
2023

2023
2012
2011
2011

Сборник рецептур

2012
2023
2012
2012

2008

2023
2023
2012
2008
2008
2011
2008

2008
2012

2011
2023
2012
2008

**Сборник
рецептур**

2011
2023
2008
2012

2008

2011
2023
2012
2012
2012

2023
2008

2012
2012
2011

**Сборник
рецептур**

2011
2023
2008
2008

2008

2023
2012
2012
2012
2011
2011

2008
2012

2023
2011
2011
2011
2011

Сборник рецептур

2011
2023
2012
2012

2008

2008
2023
2011
2012
2012
2008
2008

2008
2023

2012
2012
2008
2008

**Сборник
рецептур**

2008
2011
2023
2012
2012

2008

2012
2012
2012
2023
2012
2023

2023
2008

2012
2012
2011
2023
2011

2012

Сборник рецептур

2008
2011
2012
2023

2008

2012
2012
2008
2011
2011
2011
2023

2008
2023

2012
2012
2012
2008

Сборник рецептур

2008
2011
2023
2008
2012

2008

2012
2011
2012
2011
2012
2023

2023
2008

2012
2023
2023
2012

Сборник рецептур

2008
2011
2023
2012

2012
2012
2012
2008
2012
2012
2023

2008
2008

2011
2008
2008
2023

Сборник рецептур

2012
2011
2012
2023
2012

2008

2012
2011
2011
2008
2008
2023

2023
2008

2012
2008
2011
2012
2023