

Утверждаю:  
Заведующий: В. Хелкина

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием  
пище

**НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная с маслом сливс	150	4,91	7,83	29,18	206,81	7/4/1
Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>53</b>	<b>392</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп-пюре гороховый	150	9,66	7,03	10,55	144,07	29/2/1
Морковь тушенная со сметаной	110	2,10	3,73	10,46	83,85	10/3/1
Котлеты из мяса говядины паровые	50	13,44	12,23	4,39	181,36	14/8/1
Компот из кураги	150	0,35	0,02	10,46	43,41	4/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>500</b>	<b>28</b>	<b>23</b>	<b>51</b>	<b>527</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка домашняя	50	1,38	5,55	3,59	69,80	5/12/1
Кисель	150	0,76	0,08	5,92	27,43	8/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>97</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1135</b>	<b>41</b>	<b>44</b>	<b>124</b>	<b>1060</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша манная молочная с маслом сливо	150	5,22	7,77	23,19	183,56	5/4/1
Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>338</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>48</b>	<b>372</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Фрукты	100	0,90	0,20	8,10	37,80	1/1
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих огурцов с растительны	30	0,26	2,03	0,80	22,49	14/1/1
Борщ со сметаной	150	3,36	4,72	10,20	96,59	2/2/1
Бефстроганов из отварного говяжьего с	50	0,97	2,64	2,59	37,95	7/8/1
Макаронные изделия отварные	90	3,57	4,77	22,38	146,69	43/3/1
Компот из сухофруктов	150	0,16	0,03	7,00	28,88	6/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>58</b>	<b>407</b>	
ПОЛДНИК							
	Батон с повидлом	50	2,38	0,90	26,73	124,55	2/13/1
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>34</b>	<b>213</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1148</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>148</b>	<b>1030</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша гречневая молочная с маслом сли	150	7,11	8,64	26,51	212,24	2/4/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>13</b>	<b>16</b>	<b>52</b>	<b>402</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							
	Салат из отварной свеклы с маслом рас	30	0,62	4,04	3,61	53,22	20/1/1
	Суп картофельный с макаронными изде.	150	4,07	4,72	12,46	108,58	18/2/1
	Рыба по-польски	50	17,16	4,34	0,80	110,59	4/7/1
	Картофельное пюре	110	3,49	4,93	23,81	153,42	3/3/1
	Компот из свежих яблок и ягод	150	0,09	0,09	9,24	38,15	2/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>28</b>	<b>19</b>	<b>65</b>	<b>539</b>	
ПОЛДНИК							
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с	50	4,92	3,51	21,62	137,94	-
	Чай с сахаром	150	0,09	0,02	6,01	24,59	10/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	<b>163</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1165</b>	<b>47</b>	<b>38</b>	<b>154</b>	<b>1147</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>						
ЗАВТРАК							
	Омлет запеченый	170	12,52	14,85	4,78	202,79	2/6/1
	Хлеб с маслом и сыром	43	4,42	6,00	14,83	130,94	4/13/1
	Чай с лимоном	150	0,12	0,02	6,12	25,20	11/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>363</b>	<b>17</b>	<b>21</b>	<b>26</b>	<b>359</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							

Утверждаю:  
Заведующий Е. В. Холкина

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из свежих помидоров с маслом ра	30	0,36	2,07	1,25	25,04	15/1/1
Щи из свежей капусты со сметаной (с ку	150	3,29	3,97	10,59	91,23	8/2/1
Каша перловая с курой	150	16,69	18,41	14,74	291,41	14/2/1
Отвар из шиповника	150	0,23	0,10	9,27	38,87	15/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>23</b>	<b>25</b>	<b>51</b>	<b>521</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Плетенка с творогом	50	7,91	5,31	23,03	171,60	2/12/1
Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>33</b>	<b>262</b>	
<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1183</b>	<b>52</b>	<b>55</b>	<b>120</b>	<b>1185</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Запеканка из творога	120	19,01	11,23	16,08	241,41	9/5/1
Соус молочный сладкий	50	1,68	2,50	5,55	51,33	2/11/1
Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>26</b>	<b>21</b>	<b>47</b>	<b>483</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Фрукты	100	0,90	0,20	8,10	37,80	1/1
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	<b>81</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	3,22	5,86	11,61	112,07	31/2/1
Биточки из мяса говядины паровые	50	11,06	10,67	0,95	144,05	14/8/1
Картофельное пюре (сложный гарнир)	60	1,71	2,05	11,91	72,90	3/3/1
Капуста тушеная (сложный гарнир)	60	1,57	2,27	4,45	44,44	8/3/1
Компот из чернослива и изюма	150	0,26	0,06	14,15	58,18	5/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>58</b>	<b>506</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Вафли	35	0,98	1,16	27,06	122,54	
Чай с молоком без сахара	150	3,28	3,54	5,19	65,76	12/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>185</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>32</b>	<b>188</b>	
<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1250</b>	<b>53</b>	<b>48</b>	<b>155</b>	<b>1258</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						

Утверждаю:  
Заведующий *В. Холина*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием  
пищи



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Горошек зеленый	20	1,50	0,06	2,49	16,50	1/1/1
Омлет запеченый	170	12,52	14,85	4,78	202,79	2/6/1
Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>378</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>32</b>	<b>404</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0,26	2,03	0,80	22,49	14/1/1
Суп-пюре из разных овощей	150	5,05	6,00	7,89	105,65	27/2/1
Гуляш из печени	50	14,95	5,55	2,45	119,40	11/8/1
Макаронные изделия отварные	90	3,57	4,77	22,38	146,69	43/3/1
Компот из сухофруктов	150	0,16	0,03	7,00	28,88	6/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>27</b>	<b>19</b>	<b>55</b>	<b>498</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Ватрушка с картофелем	50	4,84	5,93	26,21	177,45	1/3/3/1
Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>33</b>	<b>266</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1188</b>	<b>58</b>	<b>50</b>	<b>131</b>	<b>1211</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша молочная ассорти (рис, геркулес)	150	5,11	8,26	24,37	192,24	18/4/1
Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>49</b>	<b>382</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Фрукты	100	0,90	0,20	8,10	37,80	1/1
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Кукуруза консервированная	20	0,68	0,12	3,47	17,73	1/1/1
Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	3,22	5,86	11,61	112,07	31/2/1
Биточки из мяса говядины паровые	50	11,06	10,67	0,95	144,05	14/8/1
Морковь тушенная со сметаной	110	2,10	3,73	10,46	83,85	10/3/1
Отвар из шиповника	150	0,23	0,10	9,27	38,87	15/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1

Утверждаю:  
Заведующий: *Е. В. Холкина*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>51</b>	<b>471</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Батон с маслом	33	2,33	3,08	15,07	97,29	2/13/1
	Яйцо отварное	1	7,62	6,90	0,42	94,26	1/6/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>184</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>26</b>	<b>278</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1139</b>	<b>45</b>	<b>50</b>	<b>134</b>	<b>1169</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая молочная с маслом сливс	150	5,45	7,88	24,00	188,66	14/4/1
	Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
	Чай с сахаром	150	0,09	0,02	6,01	24,59	10/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>338</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>45</b>	<b>311</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из белокочанной капусты с растите	30	0,79	3,04	2,07	38,81	3/1/1
	Свекольник со сметаной	150	3,58	4,81	14,13	114,08	5/2/1
	Рыба, запеченная в молочном соусе	50	5,93	1,61	2,90	49,79	6/7/1
	Картофельное пюре	110	3,49	4,93	23,81	153,42	3/3/1
	Компот из свежих яблок и ягод	150	0,09	0,09	9,24	38,15	2/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>17</b>	<b>15</b>	<b>67</b>	<b>469</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба "Сластена"	50	4,75	4,05	25,43	157,14	/5
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>246</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1168</b>	<b>36</b>	<b>34</b>	<b>154</b>	<b>1069</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная с маслом сли	150	7,11	8,64	26,51	212,24	2/4/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Чай с лимоном	150	0,12	0,02	6,12	25,20	11/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>47</b>	<b>341</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	

Утверждаю:  
Заведующий: Е.В. Холкина

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

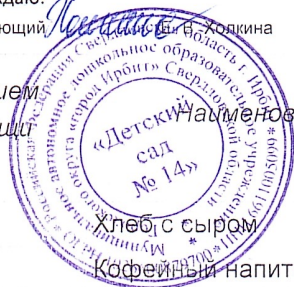
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ОБЕД</b>							
	Суп-лапша с курой	150	5,21	5,37	12,92	120,81	20/2/1
	Рагу из овощей с говядиной	150	13,61	12,64	13,81	223,30	18/3/1
	Компот из кураги	150	0,35	0,02	10,46	43,41	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>490</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>52</b>	<b>462</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Ватрушка "Лакомка"	50	7,44	3,37	24,98	160,06	ТТК-2/1
	Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>250</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>1125</b>	<b>43</b>	<b>38</b>	<b>145</b>	<b>1097</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Запеканка из творога	120	19,01	11,23	16,08	241,41	9/5/1
	Соус молочный сладкий	50	1,68	2,50	5,55	51,33	2/11/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>26</b>	<b>21</b>	<b>46</b>	<b>478</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп картофельный с мясными фрикадел	150	6,57	5,94	11,82	127,02	12/2/1
	Капуста тушеная	110	3,19	5,62	8,89	98,85	8/3/1
	Зразы из говядины	50	12,82	14,65	2,15	191,61	18/8/1
	Компот из чернослива и изюма	150	0,26	0,06	14,15	58,18	5/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	Печенье	160	10,24	26,88	109,60	721,28	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>36</b>	<b>54</b>	<b>162</b>	<b>1272</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	Кекс апельсиновый	50	4,55	13,64	29,20	257,66	ТТК-2/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	<b>36</b>	<b>346</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1</b>	<b>1315</b>	<b>72</b>	<b>93</b>	<b>254</b>	<b>2139</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиям	150	4,14	6,24	15,41	134,42	21/2/1

Утверждаю:  
Заведующий *Ирина Владимировна*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием  
пищи



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>338</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>40</b>	<b>319</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих помидоров с маслом рапсовым	30	0,36	2,07	1,25	25,04	15/1/1
Суп из овощей со сметаной	150	3,78	4,79	11,33	103,45	14/2/1
Тефтели из мяса говядины	50	11,50	12,51	2,19	167,34	20/8/1
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	4,46	6,18	20,34	154,75	44/3/1
Соус томатно-сметанный с овощами	30	0,35	0,15	1,98	10,60	/1
Компот из сухофруктов	150	0,16	0,03	7,00	28,88	6/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>23</b>	<b>26</b>	<b>59</b>	<b>565</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка дорожная	50	1,47	5,65	6,73	83,55	5/12/1
Кисель	150	0,76	0,08	5,92	27,43	8/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>111</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1198</b>	<b>38</b>	<b>44</b>	<b>122</b>	<b>1038</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	6,17	8,47	26,33	206,28	11/4/1
Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
Чай с лимоном	150	0,12	0,02	6,12	25,20	11/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>47</b>	<b>335</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Фрукты	100	0,90	0,20	8,10	37,80	1/1
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Рассольник со сметаной	150	3,59	4,35	14,23	110,28	9/2/1
Рулет мясной фаршированный омлетом	50	16,50	15,58	2,17	214,81	28/8/1
Свекла, тушеная со сметаной	110	2,40	4,17	13,28	100,25	16/3/1
Компот из кураги	150	0,35	0,02	10,46	43,41	4/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>500</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>55</b>	<b>543</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						

Утверждаю:  
Заведующий

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием  
пищи



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Батон с маслом	33	2,33	3,08	15,07	97,29	2/13/1
Яйцо отварное	1	7,62	6,90	0,42	94,26	1/6/1
Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>184</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>26</b>	<b>282</b>	
<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1119</b>	<b>49</b>	<b>51</b>	<b>136</b>	<b>1198</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Омлет запеченый	170	12,52	14,85	4,78	202,79	2/6/1
Горошек зеленый	20	1,50	0,06	2,49	16,50	1/1/1
Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>378</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>399</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свежих огурцов с растительным	30	0,26	2,03	0,80	22,49	14/1/1
Борщ со сметаной	150	3,36	4,72	10,20	96,59	2/2/1
Тефтели рыбные в соусе	50	16,45	2,93	2,96	103,97	11/7/1
Картофельное пюре	110	3,49	4,93	23,81	153,42	3/3/1
Компот из свежих яблок и ягод	150	0,09	0,09	9,24	38,15	2/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>26</b>	<b>15</b>	<b>62</b>	<b>489</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Ватрушка с повидлом	50	4,01	2,24	28,29	149,38	462/3
Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>238</b>	
<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1208</b>	<b>57</b>	<b>43</b>	<b>139</b>	<b>1170</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая молочная с маслом сливс	150	5,45	7,88	24,00	188,66	14/4/1
Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
Чай с сахаром	150	0,09	0,02	6,01	24,59	10/10/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>317</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>						



Утверждаю:  
Заведующий: *Ирина В. Хоткина*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Салат из белокачанной капусты с растите	30	0,79	3,04	2,07	38,81	3/1/1
	Суп с зеленым горошком и яйцом	150	2,65	4,24	8,39	82,31	32/2/1
	Гуляш из мяса кур	50	7,59	7,54	1,77	105,38	11/8/1
	Макаронные изделия отварные	90	3,57	4,77	22,38	146,69	43/3/1
	Отвар из шиповника	150	0,23	0,10	9,27	38,87	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>59</b>	<b>487</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сырники из творога со сгущенным молоком	60	13,30	7,87	22,07	212,29	6/5/1
	Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>32</b>	<b>303</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1155</b>	<b>43</b>	<b>44</b>	<b>146</b>	<b>1149</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Запеканка из творога	120	19,01	11,23	16,08	241,41	9/5/1
	Соус молочный сладкий	50	1,68	2,50	5,55	51,33	2/11/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>26</b>	<b>21</b>	<b>47</b>	<b>483</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из отварной свеклы с маслом рас	30	0,62	4,04	3,61	53,22	20/1/1
	Суп "Волна"	150	4,41	5,17	11,34	109,55	ТТК-10/
	Суфле из сердца	50	1,61	2,22	2,66	36,97	35/8/1
	Картофельное пюре	110	3,49	4,93	23,81	153,42	3/3/1
	Компот из чернослива и изюма	150	0,26	0,06	14,15	58,18	5/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>71</b>	<b>486</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	Печенье	35	2,24	5,88	23,98	157,78	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>185</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>31</b>	<b>247</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1170</b>	<b>47</b>	<b>49</b>	<b>158</b>	<b>1259</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием  
пищи

Наименование блюда

Вес  
блюда

Пищевые вещества, г  
Б Ж У

Энергет.  
ценность  
(ккал)

№  
рецептуры

	Омлет запеченный	170	12,52	14,85	4,78	202,79	2/6/1
	Горошек зеленый	20	1,50	0,06	2,49	16,50	1/1/1
	Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>378</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>32</b>	<b>404</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							
	Салат из белокочанной капусты с растите	30	0,79	3,04	2,07	38,81	3/1/1
	Суп-пюре из картофеля	150	5,03	5,56	10,64	112,64	25/2/1
	Фрикадельки из мяса говядины тушеные	50	11,40	11,37	2,07	156,09	23/8/1
	Рис припущенный с овощами	90	2,54	4,35	24,49	147,19	19/1/1
	Компот из сухофруктов	150	0,16	0,03	7,00	28,88	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>23</b>	<b>25</b>	<b>61</b>	<b>558</b>	
ПОЛДНИК							
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с	50	10,29	4,72	22,31	172,76	1,22/1
	Чай с сахаром	150	0,09	0,02	6,01	24,59	10/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>28</b>	<b>197</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1188</b>	<b>55</b>	<b>50</b>	<b>132</b>	<b>1203</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с м	150	5,17	8,07	25,36	194,70	16/4/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>49</b>	<b>380</b>	
II ЗАВТРАК							
	Фрукты	100	0,90	0,20	8,10	37,80	1/1
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	
ОБЕД							
	Салат из отварной свеклы с маслом рас	30	0,62	4,04	3,61	53,22	20/1/1
	Суп картофельный с макаронными изде	150	4,07	4,72	12,46	108,58	18/2/1
	Запеканка капустная с говядиной	130	12,51	11,99	5,56	180,16	39/8/1
	Соус томатно-сметанный с овощами	30	0,35	0,15	1,98	10,60	/1
	Компот из кураги	150	0,35	0,02	10,46	43,41	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>Итого за обед</b>	<b>530</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>49</b>	<b>471</b>	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Майская"	50					
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>89</b>	
	<b>Итого за 2 день</b>	<b>1165</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>114</b>	<b>977</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная с маслом сливоч.	150	5,22	7,77	23,19	183,56	5/4/1
	Хлеб с сыром	38	4,38	2,37	14,76	97,89	3/13/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,41	3,56	10,22	86,61	13/10/1
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>338</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>48</b>	<b>368</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	30	0,57	3,67	2,31	44,54	TK-9/1
	Суп картофельный с бобовыми	150	5,46	6,11	13,34	130,22	17/2/1
	Омлет с рыбой	160	29,59	13,62	4,69	259,74	438/4/4
	Компот из свежих яблок и ягод	150	0,09	0,09	9,24	38,15	2/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>Итого за обед</b>	<b>530</b>	<b>38</b>	<b>24</b>	<b>45</b>	<b>547</b>	
ПОЛДНИК							
	Булочка с конфетой	50	4,73	3,06	25,33	147,73	462/1/3
	Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>229</b>	
	<b>Итого за 3 день</b>	<b>1168</b>	<b>60</b>	<b>44</b>	<b>137</b>	<b>1188</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4</b>						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиям	150	4,14	6,24	15,41	134,42	21/2/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Чай с лимоном	150	0,12	0,02	6,12	25,20	11/10/1
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>335</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>36</b>	<b>263</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							
	Салат из свежих огурцов с растительны	30	0,26	2,03	0,80	22,49	14/1/1

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Свекольник со сметаной	150	3,58	4,81	14,13	114,08	5/2/1
	Запеканка картофельная с курой	130	12,62	16,59	19,07	275,95	37/8/1
	Соус томатно-сметанный с овощами	30	0,35	0,15	1,98	10,60	/1
	Отвар из шиповника	150	0,23	0,10	9,27	38,87	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>60</b>	<b>537</b>	
ПОЛДНИК							
	Ватрушка с творогом	50	8,09	5,67	27,08	191,64	5/12/1
	Какао с молоком	150	3,65	3,81	10,35	90,27	14/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>37</b>	<b>282</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1165</b>	<b>39</b>	<b>44</b>	<b>144</b>	<b>1125</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5</b>						
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога	120	19,01	11,23	16,08	241,41	9/5/1
	Соус молочный сладкий	50	1,68	2,50	5,55	51,33	2/11/1
	Хлеб с маслом	35	2,32	3,87	14,83	103,37	1/13/1
	Чай с молоком	150	3,28	3,54	9,18	81,73	12/10/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>26</b>	<b>21</b>	<b>46</b>	<b>478</b>	
II ЗАВТРАК							
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	<b>ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
ОБЕД							
	Салат из свежих помидоров с маслом рапсовым	30	0,36	2,07	1,25	25,04	15/1/1
	Суп картофельный с мясными фрикаделками	150	6,57	5,94	11,82	127,02	12/2/1
	Гуляш из отварного говяжьего сердца	50	0,43	1,86	2,57	28,80	12/8/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	4,46	6,18	20,34	154,75	44/3/1
	Компот из чернослива и изюма	150	0,26	0,06	14,15	58,18	5/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	1/13/1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	1/13/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>468</b>	
ПОЛДНИК							
	Пряник	35	2,07	1,65	26,25	128,07	
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>185</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>33</b>	<b>217</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1170</b>	<b>48</b>	<b>44</b>	<b>154</b>	<b>1206</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>23522</b>	<b>951</b>	<b>942</b>	<b>2901</b>	<b>23879</b>	

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад №14"

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	1176	48	47	145	1194	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		16	36	49		

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1 часть и 2 часть  
Методические рекомендации и технические документы.  
Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г
- 3 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:Дели принт, 2005.
- 4 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания/ А. И. Здобнов, В. А. Циганенко, М. И. Пересичный 2018г.
- 5 Сборник рецептур на хлеб и хлебобулочные изделия/ Сост II. П. С. Ершов. – СПб. 1998 г.