

<i>1 неделя/Понедельник</i>		<i>от 1 до 3 лет</i>						<i>от 3 до 7 лет</i>			
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>											
194 Пермь 2001 г.	Макаронные изделия отвар	150	5,52	5,3	35,33	211,1	180	6,62	6,36	42,4	253,3
	Батон	15	0,53	0,99	4,93	39,5	20	1,06	1,98	9,86	52,7
6 Могильный 2016	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05	37,5
393 УРЦП 2004 г.	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	180	0,12	0,02	10,2	41
	<i>Итого:</i>	350	6,22	10,41	50,51	329,1	385	7,85	12,46	62,51	384,5
<i>2 завтрак</i>											
251 УРЦП 2004 г.	Кефир	100	2,9	3,2	4,00	59	100	2,9	3,2	4,00	59
<i>Обед</i>											
34 Пермь 2001 г.	Свекольник	150	2,54	3,9	8,3	87	200	1,54	5,07	8,04	83,33
179 УРЦП 2004 г.	Птица в соусе с томатом	60	6,36	7,99	2,2	90,76	80	8,48	10,66	2,95	121,01
206 Пермь 2001 г.	Картофельное пюре	120	2,52	4,8	18,6	128,4	150	3,2	6	23,15	160,5
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58	113,4
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	30	1,53	1,25	10,02	78,6
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	0,77	6,82	65,75	25	1,26	0,77	6,82	65,75
	<i>Итого:</i>	520	13,6	18,15	54	505,71	665	16,19	23,82	66,56	622,59
<i>Полдник</i>											
43 Пермь 2001 г.	Суп молочный с крупой	150	3,71	4,55	13,97	111,41	180	4,45	5,45	16,76	133,7
452 Могильный 2011	Яблоко	50	0,2	0,2	4,90	27,7					
386 Могильный 2011	Апельсин						50	0,9	0,2	8,1	36
	Печенье	16	0,6	2,32	4,70		88,22	16	0,6	2,32	4,7
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	150	0,09	0	9,03	36,48	180	0,1	0	10,84	43,78
	<i>Итого:</i>	350	3,8	4,55	23	175,59	410	4,55	5,45	27,6	213,48
	<i>Итого за день:</i>	1320	26,52	36,31	131,51	1069,4	1560	31,49	44,93	160,67	1279,57

<i>1 неделя Вторник</i>		<i>от 1 до 3 лет</i>					<i>от 3 до 7 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая Ккал	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая Ккал
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>											
90 Пермь 2001 г.	Каша манная молочная жидкая	150	7,1	11,5	54,2	141	200	9,4	15,3	72,3	188
	Батон	15	0,53	0,99	4,93	39,5	20	0,7	1,31	6,57	52,6
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	18,75	5	1,2	2,25	0	18,75
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	180	0,8	1	13,5	56
	<i>Итого:</i>	350	9,63	15,74	72,63	255,25	405	12,1	19,86	92,37	315,35
<i>2 завтрак</i>											
399 Тутельян 2011 г.	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1	42,22
	<i>Итого:</i>	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1	42,22
<i>Обед</i>											
42 Пермь 2001 г.	Суп крестьянский с крупой	150	6,1	6,4	13,1	134	200	8,09	7,82	17,45	178,7
276 д/питания детей в дошк.орг. 2011 г.	Жаркое по-домашнему	160	19,57	5,01	17,41	192	200	22,02	6,79	19,95	259
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58	113,4
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	30	1,53	1,25	10,02	78,6
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	0,77	6,82	65,75	25	1,26	0,77	6,82	65,75
	<i>Итого:</i>	500	27,85	12,87	55,41	525,55	635,00	33,08	16,70	69,82	695,45
<i>Полдник</i>											
117 Пермь 2001 г.	Запеканка из творога	150	28,5	6,6	159,1	129,7	170	32,3	7,48	181,7	152,54
	джем	20	0	0	10,4	41,6	20	0	0	10,4	41,6
452 Могильный 2011	Яблоко	50	0,2	0,2	4,9	27,7	50	0,2	0,2	4,9	27,7
251 УРЦП 2004 г.	Кефир	150	4,35	4,8	6	88,5	180	5,2	5,8	7,2	106,2

	Итого:	370	33,05	11,6	180,4	287,5	420	37,7	13,48	204,2	328,04
	Итого за день:	1320,00	71,03	40,21	318,54	1110,52	1560,00	83,38	50,04	376,49	1381,06

<i>1 Неделя Среда</i>		<i>от 1 до 3 лет</i>					<i>от 3 до 7 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетичес Ккал	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче Ккал
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1 завтрак											
96 Челябинск 2006	Каша пшеничная жидкая	150	4,53	5,45	25,72	170,37	200	6,04	7,27	34,29	227,16
	Батон	15	0,53	0,99	4,93	39,5	20	0,7	1,31	6,57	52,6
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	18,75	5	1,2	2,25	0	18,75
253 Пермь 2001 г.	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	17,74	106,8	180	2,51	2,87	17,74	106,8
	Итого:	350	8,77	11,56	48,39	335,42	405	10,45	13,7	58,6	405,31
2 завтрак											
452 Могильный 2011	Яблоко	50	0,2	0,2	4,90	27,7	50	0,2	0,2	4,90	27,7
Обед:											
17 УРЦП 2004 г.	Салат из кукурузы с луком	30	2,44	3,62	14,26	99	50	3,05	6	23,76	165
56 Пермь 2001 г.	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,25	3,8	6,38	64,7	200	1,67	5,06	8,5	86,26
143 Пермь 2001 г.	Рыба тушеная в сметанном соусе	50	5,5	4,81	2	73,32	70	7,7	6,74	2,8	102,66
191 Пермь 2001 г.	Рис отварной	110	3,59	3,99	26,95	154	130	3,16	4,65	31,79	182
240 УРЦП 2004 г.	Компот из свежих фруктов/яблоки	150	0,12	0,12	11,92	50	180	0,14	0,14	14,3	60
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	0,77	6,82	65,75	25	1,26	0,77	6,82	65,75
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	30	1,53	1,25	10,02	78,6
	Итого:	530	14,93	17,74	73,34	546,07	685	18,51	24,61	97,99	740,27
Полдник											
112 Пермь 2001 г.	Омлет с морковью	130	10,41	15,2	6,72	111,21	150	12	17,54	7,75	128,38
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	15	0,77	0,63	5,01	39,3
397 Тутельян 2011 г.	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	180	3,67	3,19	15,82	107

	Итого:	295	14,33	18,55	24,69	239,51	345	16,44	21,36	28,58	274,68
	Итого за день:	1225	38,23	48,05	151,32	1148,7	1485	45,6	59,87	190,07	1447,96

<i>1 неделя Четверг</i>		<i>от 1 до 3 лет</i>					<i>от 3 до 7 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1 завтрак											
93 Пермь 2001 г.	Каша овсяная "Геркулес" жид	150	4,75	5,8	19,12	155,54	200	6,33	7,71	25,49	207,38
	Батон	15	0,53	0,99	4,93	39,5	20	0,7	1,31	6,57	52,6
6 Могильный 2016	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05	37,5
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	180	0,8	1	13,5	56
	Итого:	350	6,13	11,89	37,6	288,54	405	7,88	14,12	45,61	353,48
2 завтрак											
251 УРЦП 2004 г.	Бифилайф	100	2,8	2,5	4,00	50	100	2,8	2,5	4,00	50
Обед											
38 Пермь 2001 г.	суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,69	1,71	13,05	74,45	200	2,26	2,29	17,41	99,27
183 Пермь 2001 г.	Суфле из кур	50	17,15	19,83	1,15	251,67	70	23,01	26,64	1,58	338,1
200 Пермь 2001 г.	Капуста тушенная	120	3,14	3,84	16,8	104,64	150	3,9	4,8	20,1	130,8
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58	113,4
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	30	1,53	1,25	10,02	78,6
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	0,77	6,82	65,75	25	1,26	0,77	6,82	65,75
	Итого:	510	24,16	26,84	55,9	630,31	655	32,14	35,82	71,51	825,92
Полдник											
274 УРЦП 2004 г.	Булочка дорожная	60	4,15	8,03	34,2	345,87	60	4,15	8,03	34,2	345,87
452 Могильный 2011	Яблоко	50	0,2	0,2	4,90	27,7	50	0,2	0,2	4,90	27,7
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	150	0,09	0	9,03	36,48	180	0,1	0	10,84	43,78
	Итого:	260	4,44	8,23	48,13	410,05	290	4,45	8,23	49,94	417,35

Итого за день:	1220	37,53	49,46	145,63	1378,9	1450	47,27	60,67	171,06	1646,75
-----------------------	-------------	--------------	--------------	---------------	---------------	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------

<i>1 неделя Пятница</i>		<i>от 1 до 3 лет</i>					<i>от 3 до 7 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1 завтрак											
84 Пермь 2001 г.	Каша «Дружба»	150	4,8	6,7	19,3	162,3	200	6,4	8,9	25,7	216,4
	Батон	15	0,53	0,99	4,93	39,5	20	0,7	1,31	6,57	52,6
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	18,75	5	1,2	2,25	0	18,75
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	180	0,8	1	13,5	56
	Итого:	350	7,33	10,94	37,73	276,55	405	9,1	13,46	45,77	343,75
2 завтрак											
386 Могильный 2011	Апельсин						50	0,9	0,2	8,1	36
452 Могильный 2011	Яблоко	50	0,2	0,2	4,9	27,7					
Обед											
35 Пермь 2001 г.	Суп из овощей	150	1,16	3,52	7,55	69,14	200	1,54	4,69	10,07	92,19
97 Москва 2002 г.	Биточки из рыбы с творогом запеченные	60	11,76	4,13	0,36	85,2	80	15,68	5,5	0,48	113,6
206 Пермь 2001 г.	Картофельное пюре	120	2,52	4,8	18,6	128,4	150	3,2	6	23,15	160,5
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58	113,4
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01	39,3	30	1,53	1,25	10,02	78,6
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	0,77	6,82	65,75	25	1,26	0,77	6,82	65,75
	Итого:	520	17,62	13,91	51,41	482,29	665	23,39	18,28	66,12	624,04
Полдник											
186 Пермь 2001 г.	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	180	10,48	6,52	54	316,58
	Молоко	150	4,35	4,8	7,05	88,8	180	5,22	5,76	8,46	106,56
	Итого:	450	17,43	15,03	59,1	441,41	510	20,92	18,04	70,92	676,99
	Итого за день:	1370	42,58	40,08	153,14	1227,95	1580	53,41	49,78	182,81	1644,78
итого за 1 неделю		1291,00	43,18	42,82	180,03	1187,09	1527,00	52,23	53,06	216,22	1480,02

