

| <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 |
| 391 Тутельян 2011 г. | Чай с сахаром | 180 | 0,1 | 0 | 10,84 | 43,78 | 180 | 0,1 | 0 | 10,84 | 43,78 |
| | <i>Итого:</i> | 350 | 6,2 | 10,39 | 51,15 | 331,88 | 385 | 7,83 | 12,44 | 63,15 | 387,28 |
| <i>2 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 399 Тутельян 2011 г. | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0 | 10,10 | 42,22 | 100 | 0,5 | 0 | 10,10 | 42,22 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | | | | |
| 30 Уфа 2010 г. | Салат луковый | 30 | 0,27 | 1,8 | 1,4 | 2 | 22,66 | 50 | 0,45 | 3 | 2,3 |
| 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 | 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> | 530 | 28,12 | 14,67 | 56,81 | 527,55 | 657,66 | 83,08 | 17,15 | 72,82 | 697,75 |
| <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 | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 27,7 |
| | Печенье | 16 | 0,6 | 2,32 | 4,70 | 88,22 | 16 | 0,6 | 2,32 | 4,7 | 88,22 |
| 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> | 300 | 3,8 | 4,55 | 23 | 147,89 | 360 | 4,55 | 5,45 | 27,6 | 177,48 |
| | <i>Итого за день:</i> | 1280 | 38,62 | 29,61 | 141,06 | 1049,54 | 1502,66 | 95,96 | 35,04 | 173,67 | 1304,73 |

| <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 молоч. 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> | | | | | | | | | | | |
| 452 Могильный 2011 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 27,7 | | | | | |
| 386 Могильный 2011 | Апельсин | | | | | | 50 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 36 |
| | <i>Итого:</i> | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 27,7 | 50 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 36 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | | | | |
| 32 Петербург 1999 г. | Морковь отварная (кусочком) | 30 | 0,23 | 0 | 1,6 | 0,3 | 10,5 | 50 | 0,38 | 0 | 2,7 |
| 34 Пермь 2001 г. | Свекольник | 150 | 2,54 | 3,9 | 8,3 | 87 | 200 | 1,54 | 5,07 | 8,04 | 83,33 |
| 180 Пермь 2001 г. | Плов из отварной птицы | 180 | 21,5 | 28 | 112,6 | 296,6 | 230 | 27,5 | 35,7 | 143,9 | 379 |
| 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> | 550 | 26,45 | 33,36 | 147,4 | 583,45 | 675,5 | 82,01 | 43,24 | 184,36 | 722,78 |
| <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 |
| 251 УРЦП 2004 г. | Кефир | 150 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | 180 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 106,2 |
| | <i>Итого:</i> | 320 | 32,85 | 11,4 | 175,5 | 259,8 | 370 | 37,5 | 13,28 | 199,3 | 300,34 |
| | <i>Итого за день:</i> | 1270,00 | 69,13 | 60,70 | 400,43 | 1126,20 | 1500,50 | 132,51 | 76,58 | 484,13 | 1374,47 |

| <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 | | | Энергетичес Ккал |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| <i>1 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 350 | 8,77 | 11,56 | 48,39 | 335,42 | 405 | 10,45 | 13,7 | 58,6 | 405,31 |
| 251 УРЦП 2004 г. | Кефир | 100 | 2,9 | 3,2 | 4,00 | 59 | 100 | 2,9 | 3,2 | 4,00 | 59 |
| <i>Обед:</i> | | | | | | | | | | | |
| 17 УРЦП 2004 г. | Салат из кукурузы с луком | 30 | 2,44 | 3,62 | 14,26 | 99 | 50 | 4,06 | 6 | 23,8 | 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 |
| 206 Пермь 2001 г. | Картофельное пюре | 120 | 2,52 | 4,8 | 18,6 | 128,4 | 150 | 3,2 | 6 | 23,15 | 160,5 |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 540 | 13,86 | 18,55 | 64,99 | 520,47 | 705 | 19,56 | 25,96 | 89,39 | 718,77 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 386 Могильный 2011 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 27,7 | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 27,7 |
| 397 Тутельян 2011 г. | Какао с молоком | 150 | 3,15 | 2,72 | 12,96 | 89 | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |
| | <i>Итого:</i> | 295 | 14,33 | 18,55 | 24,69 | 239,51 | 345 | 16,44 | 21,36 | 28,58 | 274,68 |
| | <i>Итого за день:</i> | 1285 | 39,86 | 51,86 | 142,07 | 1154,4 | 1555 | 49,35 | 64,22 | 180,57 | 1457,76 |

| <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 | |
| <i>1 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 350 | 6,13 | 11,89 | 37,6 | 288,54 | 405 | 7,88 | 14,12 | 45,61 | 353,48 |
| <i>2 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 251 УРЦП 2004 г. | Ряженка | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,00 | 50 | 100 | 2,8 | 2,5 | 4,00 | 50 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | | | | |
| 7 Пермь 2001 г. | Салат из квашенной капусты с луком | 30 | 0,48 | 3 | 1,07 | 41,46 | 50 | 0,8 | 5 | 1,79 | 55,3 |
| 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 | 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 |
| | <i>Итого:</i> | 550 | 18,1 | 16,91 | 52,48 | 523,75 | 715 | 24,19 | 23,28 | 67,91 | 679,34 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 260 | 4,44 | 8,23 | 48,13 | 410,05 | 290 | 4,45 | 8,23 | 49,94 | 417,35 |
| | <i>Итого за день:</i> | 1260 | 31,47 | 39,53 | 142,21 | 1272,34 | 1510 | 39,32 | 48,13 | 167,46 | 1500,17 |

| <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 | |
| <i>1 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 350 | 7,33 | 10,94 | 37,73 | 276,55 | 405 | 9,1 | 13,46 | 45,77 | 343,75 |
| <i>2 завтрак</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | | | | |
| 32 петербург 1999 г. | Свекла отварная (кусочком) | 30 | 0,5 | 0 | 3 | 14,4 | 50 | 0,84 | 0 | 5 | 24 |
| 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 тушеная | 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 |
| | <i>Итого:</i> | 510 | 24,16 | 26,84 | 55,9 | 630,31 | 655 | 32,14 | 35,82 | 71,51 | 825,92 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | <i>Итого:</i> | 300 | 13,08 | 10,23 | 52,05 | 352,61 | 360 | 15,7 | 12,28 | 62,46 | 423,14 |
| | <i>Итого за день:</i> | 1210 | 44,77 | 48,21 | 150,58 | 1287,17 | 1470 | 57,84 | 61,76 | 187,84 | 1628,81 |
| | <i>итого за 1 неделю</i> | 1261,00 | 44,77 | 45,98 | 195,27 | 1177,93 | 1507,63 | 75,00 | 57,15 | 238,73 | 1453,19 |

