

<i>1 неделя/Понедельник</i>		<i>С 1-3 лет</i>						<i>С 3-8 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			вит С	Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			вит С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>												
194 Пермь 2001 г.	Макаронные изделия	150	5,52	5,3	35,33	0	211,1	180	6,62	6,36	42,4	0
	Батон	15	0,53	0,99	4,93		39,5	30	1,06	1,98	9,86	
6 Могильный 2016	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05		37,5	5	0,05	4,1	0,05	
393 УРЦП 2004 г.	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	2,83	41	180	0,12	0,02	10,2	2,83
	<i>Итого:</i>	350	6,22	10,41	50,51	2,83	329,1	395	7,85	12,46	62,51	2,83
<i>2 завтрак</i>												
251 УРЦП 2004 г.	Бифилайф	100	2,8	2,5	4,00	0,85	50	100	2,8	2,5	4,00	0,85
<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	3,3
34 УРЦП 2004г.	Свекольник с мясом и смет	150	2,54	3,9	8,3	6	87	200	3,38	5,2	11,03	7,97
179 УРЦП 2004 г.	Птица в соусе с том	60	6,36	7,99	2,2	1,28	90,76	80	8,48	10,66	2,95	1,71
194 Пермь 2001 г.	Макаронные изделия	110	4,05	3,88	25,91	0	154,81	130	4,78	4,59	30,62	0
127 для доу Москвы	Компот из свеж. мор. ягод	150	0,15	0,06	13,07	30	94,5	180	0,18	0,07	15,58	36
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	30	1,53	1,25	10,02	
	Хлеб ржаной	25	1,26	0,77	6,82		65,75	25	1,26	0,77	6,82	
	<i>Итого:</i>	540	15,4	19,03	62,71	39,28	554,78	695	20,06	25,54	79,32	48,98
<i>Полдник</i>												
43 Пермь 2001 г.	Суп молочный с круп	150	3,71	4,55	13,97	1,37	111,41	180	4,45	5,45	16,76	1,64
274 Пермь 2001 г.	Булочка домашняя	60	4,37	7,07	36,8	0	228,2	60	4,37	7,07	36,8	0
452 Могильный 2011	Яблоко	100	4	0,4	9,80	10,00	50,14					
386 Могильный 2011	Апельсин							100	1,8	0,4	16,2	20
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	150	0,09	0	9,03	0,15	36,48	180	0,1	0	10,84	0,18
	<i>Итого:</i>	460	8,17	11,62	59,8	1,52	426,23	520	8,92	12,52	64,4	1,82
	<i>Итого за день:</i>	1450	32,59	43,56	177,02	44,48	1360,11	1710	39,63	53,02	210,23	54,48

<i>1 неделя Вторник</i>		<i>С 1 – 3 лет</i>						<i>С 3 – 8 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			вит С	Энергетическая Ккал	Масса порции	Пищевые вещества			вит С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>												
86 Пермь 2001 г.	Каша гречневая вязкая	150	5,96	6,16	26,35	1,95	180,12	200	7,94	8,21	35,13	2,34
	Батон	15	0,53	0,99	4,93		39,5	20	0,7	1,31	6,57	
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	0,14	18,75	5	1,2	2,25	0	0,14
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	0,65	56	180	0,8	1	13,5	0,65
	<i>Итого:</i>	350	8,49	10,4	44,78	2,74	294,37	405	10,64	12,77	55,2	3,13
<i>2 завтрак</i>												
399 Тутельян 2011 г.	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	2	42,22	100	0,5	0	10,1	2
	<i>Итого:</i>	100	0,5	0	10,1	2	42,22	100	0,5	0	10,1	2
<i>Обед</i>												
32 Петербург 1999 г.	Морковь отварная	30	0,23	0	1,6	0,3	10,5	50	0,38	0	2,7	0,5
42 Пермь 2001 г.	Суп крестьянский с крупой, мясом,	150	6,1	6,4	13,1	0,1	134	200	8,09	7,82	17,45	0,13
276 Сб. для доу 2011	Жаркое по-домаш.	160	19,57	5,01	17,41	6,8	192	200	22,01	6,79	19,96	8,16
126 для доу Москвы	Компот из суш плодов	150	0,78	0	20,22	0,6	80,58	180	0,94	0	24,26	0,72
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	30	1,53	1,25	10,02	
	Хлеб ржаной	25	1,26	0,77	6,82		65,75	25	1,26	0,77	6,82	
	<i>Итого:</i>	530	28,71	12,81	64,16	7,80	522,13	685,00	34,21	16,63	81,21	9,51
<i>Полдник</i>												
117 Пермь 2001 г.	Запеканка из творога	150	28,5	6,6	169,5	1,5	171,3	170	32,3	7,48	192,1	1,6
	джем	15	0	0	7,8	6	31,2	15	0	0	7,8	6
386 Могильный 2011	Банан	100	1,5	0,5	21	10	115,42	100	1,5	0,5	21	10
	Зефир	30	0,3	0,03	18,69		99	30	0,3	0,03	18,69	
251 УРЦП 2004 г.	Кефир	150	4,35	4,8	6	1,05	88,5	180	5,2	5,8	7,2	1,26
	<i>Итого:</i>	445	33,15	11,43	194,19	2,55	474,22	495	37,8	13,81	246,79	18,86
	<i>Итого за день:</i>	1603	104	46,07	507,42	17,64	1332,94	1953	120,95	57,02	640,09	52,36

<i>1 Неделя Среда</i>		<i>С 1 – 3 лет</i>						<i>С 3 – 8 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			вит С	Энергети Ккал	Масса порции	Пищевые вещества			вит С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>												
96 Челябинск 2006	Каша пшеничная жидкая	150	4,53	5,45	25,72	1,47	170,37	200	6,04	7,27	34,29	1,95
	Батон	15	0,53	0,99	4,93		39,5	20	0,7	1,31	6,57	
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	0,14	18,75	5	1,2	2,25	0	0,14
253 Пермь 2001 г.	Кофейный напиток с	180	2,51	2,87	17,74	0,4	106,8	180	2,51	2,87	17,74	0,4
	<i>Итого:</i>	350	8,77	11,56	48,39	2,01	335,42	405	10,45	13,7	58,6	2,49
<i>2 завтрак</i>												
251 УРЦП 2004 г.	Снежок	100	2,7	2,5	10,80	0,85	79	100	2,7	2,5	10,80	0,85
<i>Обед:</i>												
136 Могильный 2005	овощи натуральные свежие огурец	30	0,24	0,03	0,75	3,02	4,21	50	0,4	0,05	1,26	5,01
39 Пермь 2001 г.	Суп картоф. с мясн. фрикад.	150	5,58	4,39	10,75	13,3	104,8	200	7,44	5,85	14,33	15,96
143 Пермь 2001 г.	Рыба туш. в сметан. соусе	50	5,5	4,81	2	1,11	73,32	70	7,7	6,74	2,8	1,56
191 Пермь 2001 г.	Рис отварной	110	3,59	3,99	26,95		154	130	3,16	4,65	31,79	
240 УРЦП 2004 г.	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	4,95	50	180	0,14	0,14	14,3	5,94
	Хлеб ржаной	25	1,26	0,77	6,82		65,75	25	1,26	0,77	6,82	
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	30	1,53	1,25	10,02	
	<i>Итого:</i>	555	17,06	14,74	64,2	9,08	491,38	690	21,63	19,45	81,32	12,51
<i>Полдник</i>												
110 Пермь 2001 г.	Омлет натуральный	100	8,95	13,88	2,34	0,44	170,06	100	8,95	13,88	2,34	0,44
196 Пермь 2001 г.	Горошек консерв.	30	0,94	0,99	2,1		23,36	50	1,57	1,65	3,5	
386 Могильный 2011	Банан	100	1,5	0,5	21	10	115,42	100	1,5	0,5	21	10
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	15	0,77	0,63	5,01	
397 Тутельян 2011 г.	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	1,2	89	180	3,67	3,19	15,82	1,43
269 Пермь 2001 г.	Булочка веснушка	60	4,61	4,41	35,3		199,3	60	4,61	4,41	35,3	
	<i>Итого:</i>	455	19,92	22,63	78,71	11,64	636,44	505	21,07	24,26	82,97	11,87
	<i>Итого за день:</i>	1460	48,45	51,43	202,1	23,58	1542,24	1700	55,85	59,91	233,69	27,72

<i>1 неделя Четверг</i>		<i>С 1 – 3 лет</i>						<i>С 3 – 8 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			вит С	Энергетическая	Масса порции	Пищевые вещества			вит С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>												
93 Пермь 2001 г.	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	150	4,75	5,8	19,12	1,04	155,54	200	6,33	7,71	25,49	1,39
	Батон	15	0,53	0,99	4,93		39,5	20	0,7	1,31	6,57	
6 Могильный 2016	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05		37,5	5	0,05	4,1	0,05	
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	0,65	56	180	0,8	1	13,5	0,65
	<i>Итого:</i>	350	6,13	11,89	37,6	1,69	288,54	405	7,88	14,12	45,61	2,04
<i>2 завтрак</i>												
251 УРЦП 2004 г.	Бифилайф	100	2,8	2,5	4,00	0,85	50	100	2,8	2,5	4,00	0,85
<i>Обед</i>												
136 Могильный 2005	овощи натуральные свежий огурец	30	0,24	0,03	0,75	3,02	4,21	50	0,4	0,05	1,26	5,01
76 для доу 2011 г.	Рассольник	150	1,2	3,06	10,15	4,52	73	200	1,59	4	13,5	6,2
183 Пермь 2001 г.	Суфле из кур	50	17,15	19,83	1,15	0,31	251,67	70	23,01	26,64	1,58	0,46
200 Пермь 2001 г.	Капуста тушеная	120	3,14	3,84	16,8	15,36	104,64	150	3,9	4,8	20,1	19,2
399 Тутельян 2011 г.	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	3	63,33	180	0,9	0	18,18	3,6
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	30	1,53	1,25	10,02	
	Хлеб ржаной	25	1,26	0,77	6,82		65,75	25	1,26	0,77	6,82	
	<i>Итого:</i>	540	24,51	28,16	55,83	26,21	601,9	705	32,59	37,51	71,46	34,47
<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	
43 Пермь 2001 г.	Суп молочный с круп	150	3,71	4,55	13,97	1,37	111,41	180	4,45	5,45	16,76	1,64
452 Могильный 2011	Яблоко	100	0,4	0,4	5,80	10,00	50,14	100	0,4	0,4	5,80	10,00
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	150	0,09	0	9,03	0,15	36,48	180	0,1	0	10,84	0,18
	<i>Итого:</i>	460	7,95	12,58	57,2	1,52	543,9	520	8,7	13,48	61,8	1,82
	<i>Итого за день:</i>	1450	41,39	55,13	154,63	30,27	1484,34	1730	51,97	67,61	182,87	39,18

<i>1 неделя Пятница</i>		<i>С 1-3 лет</i>						<i>С 3-8 лет</i>				
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			вит С	Энергети ческая	Масса порции	Пищевые вещества			вит С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<i>1 завтрак</i>												
84 Пермь 2001 г.	Каша «Дружба»	150	4,8	6,7	19,3	0,99	162,3	200	6,4	8,9	25,7	1,33
	Батон	15	0,53	0,99	4,93		39,5	20	0,7	1,31	6,57	
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	0,14	18,75	5	1,2	2,25	0	0,14
261 УРЦП 2004 г.	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	0,65	56	180	0,8	1	13,5	0,65
	Итого:	350	7,33	10,94	37,73	1,78	276,55	405	9,1	13,46	45,77	2,12
<i>2 завтрак</i>												
251 УРЦП 2004 г.	Кефир	100	2,9	3,2	4	1,05	59	100	2,9	3,2	4	1,26
<i>Обед</i>												
15 Тутельян 2011 г.	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,324	1,9	1,04	7,47	22,12	50	0,54	3,08	1,73	12,45
35 Челябинск, 2006г	Суп из овощей	150	1,16	3,52	7,55	7,8	69,14	180	1,71	5,21	11,89	11,56
97 Москва 2002 г.	Биточки из рыбы с творогом запеч.	60	11,76	4,13	0,36	0,34	85,2	80	15,68	5,5	0,48	0,44
206 Пермь 2001 г.	Картофельное пюре	120	2,52	4,8	18,6	14,52	128,4	150	3,2	6	23,15	18,15
126 для доу Москвы	Компот из сушеных плодов или ягод	150	0,78	0	20,22	0,6	80,58	180	0,94	0	24,26	0,72
	Хлеб пшеничный	15	0,77	0,63	5,01		39,3	30	1,53	1,25	10,02	
	Хлеб ржаной	25	1,26	0,77	6,82		65,75	25	1,26	0,77	6,82	
	Итого:	550	18,574	15,75	59,6	30,73	490,49	695	24,86	21,81	78,35	43,32
<i>Полдник</i>												
186 Пермь 2001 г.	Каша гречн. рассып.	150	8,73	5,43	45		263,81	180	10,48	6,52	54	
	Пряник	50	0,85	3,72	31,9		181,85	50	0,85	3,72	31,9	
	Молоко кип.	150	4,35	4,8	7,05	2,05	88,8	180	5,22	5,76	8,46	2,46
386 Могильный 2011	Банан	100	1,5	0,5	21	10	115,42					
386 Могильный 2011	Апельсин							100	1,8	0,4	16,2	20
	Итого:	450	13,93	13,95	83,95	2,05	649,88	510	16,55	16	94,36	2,46
	Итого за день:	1450	42,734	43,84	185,28	35,61	1475,92	1710	59,73	54,47	222,48	49,16
<i>итого за 1 неделю</i>		1482,60	53,83	48,01	245,29	30,32	1439,11	1760,60	65,63	58,41	297,87	44,58

Энергетическая ценность

253,3

79

37,5

41

410,8

50

37,8

116,11

121,01

182,95

113,4

78,6

65,75

715,62

133,7

228,2

72

43,78

477,68

1654,1

Энергети
после
Ккал

246,17

52,6

18,75

56

373,52

42,22

42,22

17,5

178,7

259

96,7

78,6

65,75

696,25

194,14

31,2

115,42

99

106,2

514,76

1626,75

Энергети
Ккал
227,16
52,6
18,75
106,8
405,31
79
7,02
139,6
102,66
182
60
65,75
78,6
635,63
170,06
38,93
115,42
39,3
107
199,3
670,01
<i>1789,95</i>

Энергетическая

207,38

52,6

37,5

56

353,48

50

7,02

77,79

338,1

130,8

75,1

78,6

65,75

773,16

345,87

133,7

50,14

43,78

573,49

1750,13

Энергетическая

216,4

52,6

18,75

56

343,75

59

36,86

102,43

113,6

160,5

96,7

78,6

65,75

654,44

316,58

181,85

106,56

72

676,99

1734,18

1711,02