

1 неделя/Понедельник		от 1 до 3 лет						от 3 до 7 лет		
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У			Б	Ж	У
1 завтрак										
256 УРЦП 2021	Макаронные изделия отвар	150	5,55	4,95	29,55	184,5	200	7,4	6,6	39,4
576 УРЦП 2021	Батон	15	1,13	0,44	7,71	39,15	20	1,5	0,58	10,28
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	41	180	0,12	0,02	10,2
	Итого:	350	6,85	9,51	47,51	302,15	405	9,07	11,3	59,93
2 завтрак										
399 Тутельян 2011 г.	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1
	Итого:	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1
Обед										
32 Петербург 1999 г.	Морковь отварная (кусочком)	30	0,23	0	1,6	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
180 Пермь 2001 г.	Плов из отварной птицы	180	21,5	28	112,6	296,6	230	27,47	35,78	143,88
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
575 УРЦП 2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,33	9,95	49,5	25	1,7	0,33	9,95
	Итого:	550	27,26	32,41	152,9	573,2	700	32,41	41,37	187,53
Полдник										
43 Пермь 2001 г.	Суп молочный с крупой	150	3,71	4,55	13,97	111,41	180	4,45	5,45	16,76
П/Ф	Печенье	15	0,56	2,18	4,41	82,71	15	0,56	2,18	4,41
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	345	4,37	6,73	29,22	237,9	375	5,11	7,63	32,01
	Итого за день:	1345	39	48,65	239,73	1155,47	1580	47,09	60,3	289,57

<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		
			Б	Ж	У			Б	Ж	У
1 завтрак										
212 УРЦП 2021	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	6,19	6,63	2,27	177,22	200	8,25	8,84	30,93
576 УРЦП 2021	Батон	15	1,13	0,44	7,71	39,15	20	1,5	0,58	10,28
6 Могильный 2016	Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	350	7,47	11,17	20,87	297,65	405	9,9	13,52	52,1
2 завтрак										
368 Сб. /для питания детей в доу 2011	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	100	0,4	0,4	9,8
	Итого:	100	0,4	0,4	9,8	44	100	0,4	0,4	9,8
Обед										
7 Пермь 2001 г.	Салат из квашенной капусты с	30	0,48	3	1,07	41,46	50	0,8	5	1,79
33 Пермь 2001 г.	Рассольник ленинград.	150	3,01	6,78	19,4	89,76	200	4,02	9,04	25,9
276 д/питания детей в	Жаркое по-домашнему	160	19,57	5,01	17,41	192	200	22,02	6,79	19,95
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
575 УРЦП 2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,33	9,95	49,5	25	1,7	0,33	9,95
	Итого:	530	26,05	15,3	68,28	502,32	670	29,86	21,35	80,55
Полдник										
117 Пермь 2001 г.	Запеканка из творога	150	28,5	6,6	159,1	129,7	170	32,3	7,48	181,7
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	330	28,6	6,6	169,94	173,48	350	32,4	7,48	192,54
	Итого за день:	1310,00	62,52	33,47	268,89	1017,45	1525,00	72,56	42,75	334,99

1 Неделя Среда		от 1 до 3 лет					от 3 до 7 лет			
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетичес Ккал	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У			Б	Ж	У
1 завтрак										

223 УРЦП 2021	Каша пшеничная вязкая	150	6,15	4,83	27,66	179,56	200	8,2	6,44	36,88
576 УРЦП 2021	Батон	15	1,13	0,44	7,71	39,15	20	1,5	0,58	10,28
7 Могильный 2016	Сыр	5	1,2	2,25	0	18,75	5	1,2	2,25	0
253 Пермь 2001 г.	Кофейн. напиток с молоком	180	2,51	2,87	17,74	106,8	180	2,51	2,87	17,74
	Итого:	350	10,99	10,39	53,11	344,26	405	13,41	12,14	64,9
399 Тутельян 2011 г.	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1
	Итого:	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1
Обед:										
42 УРЦП 2021	Салат картофельный с зел.горошком	30	0,75	1,89	2,49	30	50	1,25	3,15	4,15
120 УРЦП 2021	Уха рыбацкая	150	4,4	1,38	5	50	200	5,86	1,84	6,66
303 УРЦП 2021	Суфле из рыбы	60	8,4	3,6	1,8	67,72	80	11,2	4,8	2,4
136 Могильный 2005	Морковь припущенная	120	1,68	6,45	8,94	98,4	150	2,09	8,07	11,19
256 Пермь 2001 г.	Напиток из шиповника	150	0,5		15,76	35,15	180	0,6		18,9
575 УРЦП 2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,33	9,95	49,5	25	1,7	0,33	9,95
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
	Итого:	550	18,57	13,77	51,32	365,87	700	23,84	18,31	60,63
Полдник										
268 УРЦП 2021	Омлет натуральный	130	11,2	71,83	2,8	208	150	12,9	19,61	3,23
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	325	12,44	71,95	21,02	286,88	345	14,14	19,73	21,45
	Итого за день:	1325	42,5	96,11	135,55	1039,23	1550	51,89	50,18	157,08

1 неделя Четверг		от 1 до 3 лет						от 3 до 7 лет		
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У			Б	Ж	У
1 завтрак										
233 УРЦП 2021	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,45	4,83	27,15	169,9	200	5,93	6,44	36,2

576 УРЦП 2021	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
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	350	5,13	9,92	42,97	290,68	405	6,78	11,85	53,66
2 завтрак										
470 УРЦП 2021 г.	Снежок	100	2,9	2,5	11	77	100	2,9	2,5	11
	Итого:	100	2,7	2,5	10,80	79	100	2,7	2,5	10,80
Обед										
30 Уфа 2010 г.	Салат луковый	30	0,27	1,8	1,4	22,66	50	0,45	3	2,3
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
183 Пермь 2001 г.	Суфле из кур	50	17,15	19,83	1,15	251,67	70	23,01	26,64	1,58
200 Пермь 2001 г.	Капуста тушеная	120	3,14	3,84	16,8	104,64	150	3,9	4,8	20,1
240 УРЦП 2004 г.	Компот из свежих фр/яблоко	150	0,12	0,12	11,92	50	180	0,14	0,14	14,3
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
575 УРЦП 2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,33	9,95	49,5	25	1,7	0,33	9,95
	Итого:	540	25,21	27,75	61,65	588,02	690	32,6	37,32	73,02
Полдник										
п/ф	Булочка выборская	70	4,84	9,68	39,9	403,52	70	4,84	9,68	39,9
368 Сб. /для питания детей в доу 2011	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	100	0,4	0,4	9,8
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	350	5,34	10,08	60,54	491,3	350	5,34	10,08	60,54
	Итого за день:	1340	38,4	50,25	175,96	1449	1545	47,42	61,75	198,02

1 неделя Пятница		от 1 до 3 лет						от 3 до 7 лет		
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Вес блюда	Пищевые вещества		
			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

576 УРЦП 2021	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	18,75	5	1,2	2,25	0
391 Тутельян 2011 г.	Чай с сахаром	180	0,1	0	10,84	43,78	180	0,1	0	10,84
	Итого:	350	6,63	9,94	35,07	264,33	405	8,4	12,46	43,11
2 завтрак										
368 Сб. /для питания детей в доу 2011	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	100	0,4	0,4	9,8
	Итого:	100	0,5	0	10,1	42,22	100	0,5	0	10,1
Обед										
17 УРЦП 2004 г.	Салат из кукурузы с луком	30	2,44	3,62	14,26	99	50	4,06	6	23,8
120 УРЦП 2021	Уха рыбацкая	150	4,4	1,38	5	50	200	5,86	1,84	6,66
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
206 Пермь 2001 г.	Картофельное пюре	120	2,52	4,8	18,6	128,4	150	3,2	6	23,15
127 для доу Москвы	Компот из свежемор. Ягод	150	0,15	0,06	13,07	94,5	180	0,18	0,07	15,58
573 УРЦП 2021	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,1	15	1,14	0,12	7,38
575 УРЦП 2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,33	9,95	49,5	25	1,7	0,33	9,95
	Итого:	550	24,11	14,44	68,62	541,7	700	31,82	19,86	87
Полдник										
186 Пермь 2001 г.	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	180	10,48	6,52	54
468 УРЦП 2021	Молоко	180	5,22	5,76	8,46	106,56	180	5,22	5,76	8,46
	Итого:	330	13,95	11,19	53,46	370,37	360	15,7	12,28	62,46
	Итого за день:	1330	45,2	35,57	167,25	1218,62	1565	56,42	44,6	202,67
итого за 1 неделю		1330,00	45,51	52,81	197,48	1175,95	1553,00	55,08	51,92	236,47

Энергетическая ценность
246
52,2
37,5
41
376,7
42,22
42,22
17,5
83,33
378,99
113,4
35,1
49,5
677,82
133,7
82,71
43,78
260,19
1356,93

Энергетическая
Ккал
236
52,2
37,5
43,78
369,48
44
44
55,3
119,68
259
113,4
35,1
49,5
631,98
152,54
43,78
196,32
1241,78

Энергетическая
Ккал

239,41
52,2
18,75
106,8
417,16
42,22
42,22
50
67
89,6
123
42,18
49,5
35,1
456,38
240
35,1
43,78
318,88
1234,64

Энергетическая
226,54

52,6
37,5
43,78
360,42
77
79
37,76
99,27
338,1
130,8
60
35,1
49,5
750,53
403,52
44
43,78
491,3
1681,25

Энергетическая
216,4

52,6
18,75
43,78
331,53
44
42,22
165
67
113,6
160,5
113,4
35,1
49,5
704,1
316,58
106,56
423,14
1500,99
1403,12