

**Меню с 04.03.2024 по 15.03.2024**

04.03.2024	Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет								
	прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность	витамин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность	витамин, мг.	%
Гр.				Б	Ж	У					ккал	С	гр.			
завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150.0	4,5	5,10	21,45	149,70	0.91		190.0	5,70	6,46	27,17	189,62	1.11		233 Пермь
	Кофейный напиток с молоком	180.0	2,52	2,25	12,24	79,20	0.63		190.0	2,66	2,38	12,92	83,60	0.67		465Пермь
	Бутерброд с сыром	20.0	2,11	3,05	6,46	61,77	0.02		30.0	3,15	4,59	9,71	92,67	0.05		3 Тутельян
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>9,13</b>	<b>10,04</b>	<b>40,15</b>	<b>290,67</b>	<b>1.56</b>		<b>410.0</b>	<b>11,51</b>	<b>13,43</b>	<b>49,80</b>	<b>365,89</b>	<b>1.83</b>		
2-ой завтрак	Чай с сахаром	150.0	0,04	0,01	6,99	28,50	5.60		180.0	0,05	0,01	8.59	34.20			
	печенье	10,0	0,85	1,13	5,97	41,40			15,0	1,27	1,70	8,96	62,10			
	<b>итого</b>	<b>160.0</b>	<b>0,89</b>	<b>1,14</b>	<b>12,96</b>	<b>69,90</b>	<b>5.60</b>		<b>195.0</b>	<b>1,32</b>	<b>1,71</b>	<b>17,35</b>	<b>93,30</b>	<b>7.60</b>		
Обед сметана	Салат из свеклы с чесноком	40.0	0,56	2,44	3,00	36,00	2.08		50.0	0,70	3,05	3,75	45,00	2,60		34 Пермь
	Рассольник Ленинградский	160.0	1,19	3.26	8,47	68,00	4.45		200.0	1,49	4,08	10,59	85,00	5.56		100 Пермь
	Сметана 15%	10.0	0.24	1.50	0.32	15.76	0.02		10.0	0.24	1.50	0.32	15.76	0.02		433 Пермь
	Плов из говядины	150.0	10,00	8,50	23,16	206,15	0.59		210.0	12,60	11,00	32,42	285,16	0.82		330Пермь
	Компот из свежих яблок	180.0	0,27	0,18	22,39	87,84	1.55		200.0	0,30	0,20	24,88	97,60	1.72		390 Тутельян
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40.0	2,80	0,48	18,32	84,00	0		50.0	3,50	0,60	22,90	105,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>580.0</b>	<b>15,06</b>	<b>16,36</b>	<b>75,66</b>	<b>497,75</b>	<b>8,69</b>		<b>720.0</b>	<b>18,83</b>	<b>20,43</b>	<b>94,86</b>	<b>633,52</b>	<b>10,72</b>		
Полдник	Пряники заварные	35.0	2,06	1,64	26,15	128,10	0		50.0	2,94	2,34	35,50	183,00	0		б/н
	Ряженка 2,5 %	170.0	4,93	4,25	6,80	85,85	1.33		200.0	5,80	5,00	8,00	101.00	1.47		470 Пермь
	<b>Итого</b>	<b>220,0</b>	<b>6,99</b>	<b>6,89</b>	<b>32,95</b>	<b>213,95</b>	<b>1.33</b>		<b>250.0</b>	<b>8,74</b>	<b>7,34</b>	<b>43,50</b>	<b>284,00</b>	<b>1.47</b>		
Ужин	Омлет натуральный	130,0	11,20	18,00	2,80	218,00	0.23		150.0	12,92	20,77	3,23	251,54			268 Пермь
	Напиток из клюквы	150,0	0,07	0,03	7,42	30,75	2.97		200,00	0,09	0,04	9,89	41,00			487 Пермь
	Батон нарезной	20,0	1,52	0,56	10,18	52,40	0		30,00	2,28	0,84	15,27	78,60	0		б/н
	Салат из огурца солёного с луком	35.0	0,08	2,40	0,48	24,00	0.63		60.0	0,14	4,11	0,82	41.14			25 Пермь

	Апельсин	95.0	0	0.28	7.69	40.85	47.25		100.0	0	0.29	8.09	43.00	52.5		389 Тутельян
	<b>итого</b>	<b>430,0</b>	<b>12,87</b>	<b>21,01</b>	<b>28,57</b>	<b>366,00</b>	<b>51,08</b>		<b>540.0</b>	<b>15,45</b>	<b>26,05</b>	<b>37,30</b>	<b>455,28</b>	<b>57</b>		
<b>Итого за 1 день</b>			<b>44,94</b>	<b>54,44</b>	<b>190,40</b>	<b>1437,77</b>	<b>68.26</b>			<b>55.82</b>	<b>68.96</b>	<b>242.81</b>	<b>1834,99</b>	<b>78.81</b>		

05.03.2024		Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет							
прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность ккал	витамин, мг. С	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность ккал	витамин, мг. С	%	№ рец.
			Гр.	Б	Ж					У	гр.	Б				
завтрак	Каша из овсяныххл. «Геркулес» жидкая	150.0	4,80	6,15	19,20	151,35	1.19		190.0	7,08	6,79	24,32	191,71	1.46		232 Пермь
	Какао с молоком	180.0	2,97	2,61	12,42	84,0	0.63		190.0	3,14	2,76	13,11	89,30	0.67		462 Пермь
	Бутерброд с джемом	20.0	0,91	1,42	10,50	58,55	0.13		30.0	1,36	2,14	15,77	87,81	0.26		2 Тутелья
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>8,68</b>	<b>10,18</b>	<b>42,12</b>	<b>293,90</b>	1.95		<b>410.0</b>	<b>11,58</b>	<b>11,69</b>	<b>53,20</b>	<b>368,82</b>	2.39		
2-ой завтрак	Кефир 2,5%	150.0	4,35	3,75	6,00	75,75	0.35		180.0	5,22	4,50	7,20	90,90	0.43		б/н
	Итого	150.0	4,35	3,75	6,00	75,75	0.35		180.0	5,22	4,50	7,20	90,90	0.43		
	Салат картофельный с зелёным горошком	35.0	0,70	2,31	2,91	34,30	1.83		55.0	0,91	3,46	4,56	53,90	3.05		47Пермь
Обед	Свекольник	150.0	1,23	3,85	6,44	56,25	4.50		200.0	1,64	3,80	8,59	75,00	6.00		119ермь
	Сметана 15%	5.0	0,12	0,75	0,16	7,88	0,01		5,0	0,12	0,75	0,16	7,88	0,01		433 Пермь
	Рулет из говядины с луком и яйцом	50.0	5,98	4,93	4,43	86,67	4.75		70.0	8,17	6,90	6,20	121,36	6.45		308 Тутельян
	Соус сметанный	25.0	0,37	2,33	0,60	24,93	0.05		30.0	0,44	2,80	0,72	29,92	0.06		409Пермь
	Рис отварной	110,0	2,70	3,15	26,90	146,63			130,0	3,19	3,72	31,79	173,29			
	Напиток из шиповника	150.0	0,52	0,22	13,72	58,50	9.67		180.0	0,62	0,26	16,46	70,00	12.90		392Тутельян
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40.0	2,80	0,48	18,32	84,00	0		50.0	3,50	0,60	22,90	105,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>565.0</b>	<b>14,05</b>	<b>15,69</b>	<b>72,88</b>	<b>499,16</b>	<b>20.81</b>		<b>715.0</b>	<b>18,59</b>	<b>22,29</b>	<b>91,39</b>	<b>636,35</b>	28.47		
У Полдн к	Сок яблочный	170.00	0,85	0,17	17,17	73,10	3.20		200.0	1,00	0,20	20,20	86,00	4.00		501 Пермь
	Булочка дорожная	40.0	4,05	6,70	25,02	144,00	0		50.0	5,06	8,37	31,27	180,00	0		452Тутельян
	<b>итого</b>	<b>200.0</b>	<b>4,90</b>	<b>6,87</b>	<b>42,19</b>	<b>217,10</b>	<b>3.20</b>		<b>250.0</b>	<b>6,06</b>	<b>8,57</b>	<b>50,47</b>	<b>266,00</b>	4.00		
У Ж И Н	Запеканка	130.0	13,95	5,37	23,40	198,47	0.15		150.0	16,10	6,20	27,00	229,00	0.18		249

	морковная с творогом														Тутельян
	Соус молочный сладкий	20.0	0,51	0,97	1,79	17,84	0.10		35.0	0,89	1,69	3,13	31,22	0.18	406Пермь
	Кисель из сока яблочного	150.0	0,30	0,04	16,66	67.50	0		200.0	0,40	0,06	22,20	90,00	0	484Пермь
	Салат из моркови	30.0	0,36	1,83	3,36	31.20	1.24		60.0	0,72	3,66	6,72	62,40	1.86	21 Пермь
	Яблоко	95.0	0.38	0.38	9.31	41.80	7.00		100.0	0.40	0.40	9.80	44.00	8.40	82 Пермь
	<b>итого</b>	<b>410.0</b>	<b>15,50</b>	<b>8,59</b>	<b>54,52</b>	<b>356,34</b>	<b>8.49</b>		<b>510.0</b>	<b>18,51</b>	<b>12,01</b>	<b>68,85</b>	<b>456,62</b>	10.62	
<b>Итого за 2 день</b>			<b>47.48</b>	<b>45.08</b>	<b>217.71</b>	<b>1442.25</b>	<b>34.80</b>			<b>59.96</b>	<b>59.06</b>	<b>271.11</b>	<b>1818.69</b>	<b>45.91</b>	

06.03.2024		Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет							
прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность	витамин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценность	витамин, мг.	%	№ рец.
			Гр.	Б	Ж	У	ккал			С	гр.	Б	Ж	У		
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150.0	4.20	4,65	24,45	160,50	1.15		200.0	5,60	6,20	32,60	214,00	1.54	234Пермь	
	Чай с молоком	180.0	1,44	1,17	10,35	57,60	0.27		200.0	1,60	1.30	11,51	64,00	0.30	460Пермь	
	Бутерброд с маслом	20.0	1,22	3,77	7,31	68,85	0		25.0	1,53	4,71	9,14	86,06	0	71Пермь	
	<b>итого</b>	<b>355.0</b>	<b>6,86</b>	<b>9,59</b>	<b>42,11</b>	<b>286,95</b>	1.42		<b>425.0</b>	<b>8,73</b>	<b>12,21</b>	<b>53,25</b>	<b>364,06</b>	1.84		
2-ой завтрак	Сок абрикосовый	150.0	<b>0</b>	<b>0</b>	16.80	67,50	<b>0.39</b>		180.0	0	0	20,14	81,00	0.51	420 Тутельян	
	Винегрет овощной	30.0	0,39	1,86	1,95	26,10	3.08		50.0	0,65	3,10	3,25	43,50	4.62	26Пермь	
Обед	Суп крестьянский с крупой	150.0	1,43	3,00	6.18	57,47	4.87		200.0	1,90	4,00	8,24	76,60	6.49	98 Пермь	
	Сметана 15%	5.0	0.12	0.75	0.16	7.88	0.01		5.0	0.12	0.75	0.16	7.88	0.01	433 пермь	
	Запеканка картофельная с печенью	140.0	8,91	4,55	23,95	180,25	1.65		190.0	12,09	7,41	32,46	231,77	2.31	312 Тутельян	
															385Пермь	
	Соус сметанный натуральный	25.0	0,70	4,68	1,21	49,85	0.02		30.0	1,23	5,62	1,45	59,82	0.03	408Пермь	
	Компот из плодов консервированных	150.0	0,22	0,22	27,82	114,00	6.82		180.0	0,27	0,27	33,39	136,80	9.10	488 Пермь	
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30.0	2,10	0,36	13,74	63,00	0		40.0	2,80	0,48	18,32	84,00	0	б/н	
Полдник	<b>итого</b>	<b>530.0</b>	<b>13,87</b>	<b>15,42</b>	<b>75,01</b>	<b>498.53</b>	16.45		<b>745.0</b>	<b>19,06</b>	<b>21,63</b>	<b>97,27</b>	<b>640,37</b>	22.56		
	Простокваша м.д.ж. 2.5%	160.0	4.64	4,00	6,40	80.80	0.48		210.0	6,09	5,25	8,40	106,05	0.63	б/н	

	Булочка Осенняя	40.0	2,67	3,88	19,53	125.34	0		50.0	3,33	4,85	24,42	156,68	0		465 Тутельян
Ужин	<b>итого</b>	<b>200.0</b>	<b>7,31</b>	<b>7,88</b>	<b>25,93</b>	<b>206,14</b>	<b>0.48</b>		<b>260.0</b>	<b>9,42</b>	<b>10,10</b>	<b>32,82</b>	<b>262,73</b>	<b>0.63</b>		
	Рагу из овощей	130.0	2,99	6,43	13,00	123,50	6.06		190.0	4,37	9,40	19,00	180,50	9.09		176Пермь
	Батн нарезной	20.0	1,52	0,56	10,28	52,40	0		30.0	2,28	0,84	15,42	79,32	0		б/н
	Яйцо вареное	20.0	2,55	2,30	0,15	31,50	0		20.0	2,55	2,30	0,15	31,50	0		267Пермь
	Компот из яблок и апельсина	150.0	0.37	0.15	11,70	50,25	2.48		200.0	0,49	0,20	15,60	67,00	2.97		495 Пермь
	Банан	95.0	1,42	0,47	19,95	90,25	9.0		100.0	1,50	0,50	21,00	95,00	10.00		б/н
	<b>итого</b>	<b>400.0</b>	<b>8,74</b>	<b>9,91</b>	<b>55,08</b>	<b>347,90</b>	<b>17.53</b>		<b>540.0</b>	<b>11,19</b>	<b>13,24</b>	<b>71,17</b>	<b>453.30</b>	<b>22.06</b>		
<b>итого за 3 день</b>			<b>36,78</b>	<b>42,80</b>	<b>214,93</b>	<b>1407,02</b>	<b>36.00</b>			<b>48.40</b>	<b>57.18</b>	<b>274.69</b>	<b>1801.46</b>	<b>47,60</b>		

07.03.20 24	Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет									
	прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценност ь	вита мин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. Ценност ь	вита мин, мг.	%	№ рец.
				Гр.	Б	Ж	У	ккал			С	гр.	Ж	У	ккал		
завтрак		Каша пшеничная молочная жидкая	150.0	5,06	4,66	19,36	135,46	0.22		200.0	6,74	5,20	25,80	180,61	0.28		230Пермь
		Кофейный напиток с молоком	180.0	2,52	2,23	12,24	79,2	0.63		200.0	2,80	2,50	13,60	88,00	0.70		465Пермь
		Бутерброд с сыром	20.0	2,10	3,06	6,47	61,78	0.03		30.0	3,15	4,59	9,71	92,67	0.05		3Тутельян
		<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>9,68</b>	<b>9,95</b>	<b>38,07</b>	<b>276,40</b>	<b>0.88</b>		<b>430.0</b>	<b>12.69</b>	<b>12,29</b>	<b>49,11</b>	<b>361,28</b>	<b>1.03</b>		
		Чай с сахаром	150.0	0,04	0,01	6,99	28,00	<b>5.20</b>		180.0	0,06	0,02	9,39	40,20	6.80		418Тутельян
		Батон нарезной	10,0	0,50	0,28	5,14	26,44			15,0	1,14	0,42	7,71	39,30			
		Масло сливочное	3,0	0,02	2,17	0,04	19,83			3,0	0,02	2,17	0,04	19,83			
		<b>итого</b>	<b>163.0</b>	<b>0,56</b>	<b>2,46</b>	<b>12,17</b>	<b>74,27</b>	<b>5.20</b>		<b>190.0</b>	<b>1,22</b>	<b>2,61</b>	<b>17,14</b>	<b>99,23</b>	<b>6.80</b>		
Обед		Салат витаминный	30,0	0,39	1,86	1,83	25,5 0	4.28		50,0	0,65	3,10	3,05	42,50	6.42		73Пермь
		Суп картофельный с макарон .изделиями	150,0	1,60	1,55	9,88	62,70	2.48		200,0	2,03	1,96	12,73	79,42	3.68		116Пермь
		Бульон куриный	105,0	4,12	3,10	0,23	45,35			133,0	5,10	3,92	0,29	57,45			
		Суфле из птицы	50,0	7,40	9,75	1,87	119,75	0.50		70,00	10,37	12,25	2,62	159,25	0.70		368 Пермь
			Капуста тушёная	120.0	2.64	4.08	9.72	90.00	18.46		130.0	2.86	4.42	10.53	97.96	21.30	
		Компот из свежих яблок	160,0	0,24	0,16	19,90	78,08	1.36		190,0	0,28	0,19	23,64	92,72	1.72		390 Тутельян

	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40,0	2,80	0,48	18,32	84,00	0		50,0	3,50	0,60	22,87	105,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>570,0</b>	<b>19,19</b>	<b>19,12</b>	<b>61,75</b>	<b>499,33</b>	27.08		<b>735,0</b>	24,79	<b>26,44</b>	<b>75,73</b>	<b>634,30</b>	33.82		
Полдник	Ряженка 2.5%	170.00	4,93	4,25	6,80	85,85	1.33		200.0	5,80	5,00	8,00	101,00	1.47		470 Пермь
	Пряники заварные	35.00	2,06	1,64	26,25	128,10	0		50.0	2,94	2,34	37,50	180,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>205.00</b>	<b>6,99</b>	<b>5,89</b>	<b>33,05</b>	<b>213,95</b>	1.33		<b>250.0</b>	<b>8,74</b>	<b>7,34</b>	<b>43,50</b>	<b>281.00</b>	1.47		
Ужин	Апельсин	95.0	0	0.29	7.70	40.85	41.74		100.0	0	0,30	8,10	43,00	57.39		389 Тутельян
	Запеканка рисовая с творогом	130.0	8,75	3,99	34,14	207,13	7.10		16.0	77,93	4,91	42,02	254,93	9.94		275 Тутельян
	Соус молочный сладкий	20.0	0,51	0,97	1,79	17,84	2.97		35.0	0,89	1,69	3,13	31,22	3.78		378 Пермь
	Компот из сушеных фруктов	150.0	0,22	0,08	13,25	54,00	0.01		200.0	0,29	0,11	17,67	72,00	0.02		457 Пермь
	Салат из моркови и зелёного горошка	30.0	0,57	1,83	1,74	25,80	0		60.0	1,14	3,66	3,48	51,60	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>425.0</b>	<b>10,42</b>	<b>7,16</b>	<b>58,62</b>	<b>345,62</b>	51.82		<b>545.0</b>	<b>13,09</b>	<b>10,67</b>	<b>74,40</b>	<b>452,75</b>	71.13		
<b>итого за 4 день</b>			<b>46,73</b>	<b>44,58</b>	<b>203,66</b>	<b>1410,09</b>	86.31			55,12	<b>58,70</b>	<b>265,89</b>	<b>1828,46</b>	114.25		

11.03.2024	Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет								
прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	вита мин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	вита мин, мг.	%	№ рец.
			гр.	Б	Ж					У	ккал	С				
завтрак	Каша из овс. хлопьев Геркулес жидкая	150.0	4,80	6,15	19,20	151,35	1.15		190.0	7,08	6,79	24,32	191,71	1.46		232 Пермь
	Кофейный напиток с молоком	180.0	2,52	2,25	12,24	79,20	0.63		190.0	2,66	2,38	12,92	83,60	0.67		465 Пермь
	Бутерброд с джемом	20.0	0,91	1,43	10,51	58,55	0.17		30.0	1,36	2,14	15,77	87,81	0.26		2 Тутельян
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>8,23</b>	<b>9,83</b>	<b>41,95</b>	<b>289,10</b>	1.95		<b>410.0</b>	<b>11,10</b>	<b>11,31</b>	<b>53,01</b>	<b>363,12</b>	2.39		
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	140.0	0	0	16,75	66,99	5.20		190.0	0	0	22,72	90,92	6.80		418 Тутельян
	<b>итого</b>	<b>140.0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16,75</b>	<b>66,99</b>	5.20		<b>190.0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>22,72</b>	<b>90,92</b>	6.80		
Обед	Винегрет овощной	40.0	0,53	2,48	2,60	34,80	2.44		50.0	0,65	3,10	3,25	43,50	3.05		47 Пермь
	Суп картофельный с вермишелью	160.0	1,71	1,81	10,97	67,20	5,28		190.0	2,03	2,15	13,09	84,00	6.27		88 Тутельян

	Печень в сметанном соусе	50.0	8.12	6,25	3.75	103,75	1.86		70.0	10,38	8,75	5,25	145,25	2.60		359 Пермь
	Рис отварной	110.0	2,96	3,98	28,49	160,82	0		130.0	3,26	4,70	33,63	190,06	0		385 Пермь
	Компот из свежих яблок	180.0	0,14	0,14	22,39	87,84	1.55		200.0	0,16	0,16	24,88	97,60	1.72		390 Тутьельян
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	20.0	1,40	0,24	9,16	42,00	0		35.0	2,45	0,42	16,03	73,50	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>560.0</b>	<b>14,86</b>	<b>14,90</b>	<b>77,36</b>	<b>496,41</b>	11.13		<b>675.0</b>	<b>18,93</b>	<b>19,28</b>	<b>96.13</b>	<b>633,91</b>	13.64		
<b>Полдник</b>	Кефир 2,5% жирность	190.0	5,51	4,75	7,60	95,95	1.33		210.0	6,09	5,25	8,40	106,05	1.47		470 Пермь
	Пряники заварные	30.0	1,77	1,41	22,50	109,80	0		45.0	2,65	2,11	33,75	164,70	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>210.0</b>	<b>7,28</b>	<b>6,16</b>	<b>30,10</b>	<b>205,75</b>	1.33		<b>255.0</b>	<b>8,74</b>	<b>7,36</b>	<b>42,15</b>	<b>270,75</b>	1.47		
<b>Ужин</b>	Макаронные изделия отварные с сыром	140.0	8.60	7.00	25.13	198.10	0.14		190.0	11,68	9,50	34,10	268,85	0.19		259 Пермь
	Банан	70.0	1.05	0.35	14.70	66.50	7.00		90.0	1,35	0,45	18,90	85,50	9.00		б/н
	Салат из свеклы с солёным огурцом	50.0	0.65	3,05	3.10	42,50	2.35		60.0	0,78	3,66	3,72	51,00	2.82		31 Пермь
	Кисель из концентр.плодов ого или ягодн.	150.0	0	0	11,25	45,00	0		190.0	0	0	14,25	57,00	0		484Пермь
	<b>итого</b>	<b>410.0</b>	<b>10,30</b>	<b>10,40</b>	<b>54,18</b>	<b>352,10</b>	9.49		<b>530.0</b>	<b>13,81</b>	<b>13,61</b>	<b>70,97</b>	<b>462,35</b>	12.01.		
<b>Итого за 6 день</b>			<b>40,67</b>	<b>41,29</b>	<b>220,34</b>	<b>1410,35</b>	29.11			<b>52,58</b>	<b>51,56</b>	<b>284,98</b>	<b>1821,05</b>	36.30		

прием пищи	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет						Возрастная категория: с 3 до 7 лет						№ рец.		
		масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	витами н, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность		вита мин, мг.	%
			гр.	Б	Ж					У	ккал	С				
<b>завтрак</b>	Каша пшеничная молочная жидкая	145.0	3,92	4,51	18,71	130,94	0.85		200.0	5,40	5,20	25,80	180,61	1.17		230 Пермь
	Какао с молоком	180.0	2,97	2,61	12,42	84,60	0.63		200.0	3,30	2,90	13,80	94,00	0.70		462 Пермь
	Бутерброд с	25.0	2,63	3,82	8,08	77,22	0.04		30.0	3,15	4,59	9,71	92,66	0.05		3 Тутьельян

	сыром															
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>9,52</b>	<b>10,94</b>	<b>39,21</b>	<b>292,76</b>	1.52		<b>430.0</b>	<b>11,85</b>	<b>12,69</b>	<b>49,31</b>	<b>367,27</b>	1.92		
2-ой завтрак	Молоко кипячёное м.д.ж.3.2%	130.0	3,77	4,16	5,92	69,55	<b>0.35</b>		160.0	4,64	5,12	7,28	85,60	0.43		б\н
	<b>итого</b>	<b>130.0</b>	<b>3,77</b>	<b>4,16</b>	<b>5,92</b>	<b>69,55</b>	0.35		<b>160.0</b>	<b>4,64</b>	<b>5,12</b>	<b>7,28</b>	<b>85,60</b>	0.43		
Обед	Салат из свеклы отварной	40.0	0,56	2,44	3,04	36,40	3.08		60.0	0,84	3,66	4,56	54,60	4.62		26 Пермь
	Рассольник домашний	150.0	1,17	3,04	8,07	68,64	5.92		200.0	1,56	4,05	10,76	91,52	7.90		101 Пермь
	Сметана 15%	5.0	0.12	0.75	0.18	7.88	0.01		7.0	0.16	1.05	0.25	11.03	0.02		433Пермь
	Зразы из говядины с рисом	50.0	6,50	5,00	8,00	103,00	0		70.0	9,10	7,00	11,20	144,20	0		336 Пермь
	Капуста тушёная	120.0	2,64	4,08	9,02	86,40	17.04		140.0	2,86	4,42	10,53	86 ,40	19.88		380 Пермь
	Соус сметанный	20.0	0.59	3.74	0.97	39.88	0.02		25.0	0.73	4.68	1.21	49.85	0.03		408 Пермь
	Компот из апельсинов	170.0	0.36	0.07	30.59	116.62	10.96		200.0	0.43	0.08	35.99	137.20	12.90		392Тутельян
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	20.0	1,40	0,24	9,16	42,00	0		40.0	2,80	0,48	18,32	84,00	0		б\н
	<b>итого</b>	<b>575.0</b>	<b>13,34</b>	<b>19,36</b>	<b>68,06</b>	<b>500,82</b>	37.03		<b>730.0</b>	<b>18,48</b>	<b>25,42</b>	<b>92,82</b>	<b>658,80</b>	45.34		
Полдник	Сок яблочный	170.0	0,85	0,17	17,17	73,10	3.40		200.0	1,00	0,20	20,20	86,00	4.00		501 Пермь
	Ватрушка лакомка	35.0	4,88	8,12	10,08	136,73	0		50.0	8,40	11,60	13,40	195,33	0		546 Пермь
	<b>итого</b>	<b>205.0</b>	<b>5,73</b>	<b>8,29</b>	<b>27,25</b>	<b>209,83</b>	3.40		<b>250.0</b>	<b>9,40</b>	<b>11,80</b>	<b>33,60</b>	<b>281,33</b>	4.00		
	Пудинг творожный запечённый	70.0	9.61	7.53	18,03	178,50	0.13		100.0	13.74	10.74	25,76	255,00	0.18		249 Тутельян
	Соус молочный сладкий	30.0	0,76	1,44	2,68	26,76	0.15		30.0	0,76	1,44	2,68	26,76	0.15		406 Пермь
Ужин	Салат из моркови	40.0	0,48	2,44	4,48	41,60	1.24		50.0	0,60	3,05	5,60	52,80	1.86		21 Пермь
	Компот из апельсинов и яблок	180.0	0,58	0,28	15,44	70,20	6.69		200.0	0,64	0,31	17,16	78,00	7.43		488 Пермь
	Яблоко	100.0	0.40	0.40	9.80	44.00	7.00		120.0	0.48	0.48	11.76	52.80	8.40		82 Пермь
	<b>итого</b>	<b>420.0</b>	<b>11,83</b>	<b>12,09</b>	<b>50,43</b>	<b>361,06</b>	15.21		<b>500.0</b>	<b>16,22</b>	<b>16,02</b>	<b>62,96</b>	<b>465,36</b>	18.02		
<b>Итого за 7 день</b>			<b>44,19</b>	<b>54,84</b>	<b>190,87</b>	<b>1434,02</b>	34.84			<b>60,59</b>	<b>71,05</b>	<b>245,97</b>	<b>1858,36</b>	43.40		

13.03.2024	Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет								
прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	витамины, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	витамины, мг	%	№ рец.
			гр.	Б	Ж					У	ккал	С				
завтрак	Каша гречневая вязкая молочная	150.0	6,60	5,70	24,00	173,70	0.45		200.0	8,80	7,60	32,40	231,60	0.60		213 Пермь
	Чай с сахаром	180.0	0,18	0,09	8,37	34,20	0		200.0	0,20	0,10	9,30	38,00	0		457 Пермь
	Бутерброд с маслом	20.0	1,22	3,77	7,31	68,85	0		25.0	1,52	4,71	9,14	86,06	0		1 Тутьельян
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>8,00</b>	<b>9,56</b>	<b>39,68</b>	<b>276,75</b>	0.45		<b>425.0</b>	<b>10,52</b>	<b>12,41</b>	<b>50,84</b>	<b>355,66</b>	0.60		
2-ой завтрак	Ряженка м.д.ж. 2.5%	130.0	3.77	3.25	5,46	66,40	<b>0.39</b>		170.0	4.93	4.38	7,14	86,89	0.51		420 Тутьельян
Обед	Салат картофельный с солеными огурцами	40.0	0,60	2,52	3,28	38,40	3.16		60.0	0.90	3,78	4,92	57,60	4.74		43 Пермь
	Свекольник	150.0	1,23	2,85	6,43	56,25	4.88		200.0	1,64	3,80	8,57	75,67	6.50		98 Пермь
	Сметана 15%	5.0	0,12	0,75	0,18	7,88	0.01		5.0	0,12	0,75	0,16	7,88	0.01		433 Пермь
	Котлеты «Пермские»	60.0	9,00	9,00	7,20	145,80	0.08		70.0	10,50	10,50	8,40	170,10	0.09		341 Пермь
	Свекла тушеная в сметанном соусе	120.0	1,99	3,97	12,20	92,53	1.37		140.0	2,32	4,63	15,24	107,59	1.48		358 Тутьельян
	Компот из сушеных фруктов	180.0	0,40	0,10	24,80	101,70	0.36		200.0	0,44	0,11	27,76	113,00	0.40		394 Тутьельян
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	25.0	1,75	0,30	11,45	52,50	0		40.0	2,80	0,48	18,32	84,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>580.0</b>	<b>15,09</b>	<b>19,49</b>	<b>65,54</b>	<b>495,06</b>	9.86		<b>715.0</b>	<b>18,72</b>	<b>24,05</b>	<b>83,37</b>	<b>616,22</b>	13.33		
Полдник	Простокваша м.д.ж.2,5%	160.0	4,64	4,00	6,40	80,80	1.28		210.0	6,09	5,25	8,40	106,05	1.68		420 Тутьельян
	Булочка осенняя	40.0	2,67	3,88	19,53	125,34	0		50.0	3,33	4,85	24,42	156,68	0		465 Тутьельян
	<b>итого</b>	<b>200.0</b>	<b>7,31</b>	<b>7,88</b>	<b>25,93</b>	<b>206,14</b>	1.28		<b>260.0</b>	<b>9,42</b>	<b>10,10</b>	<b>32,82</b>	<b>262,73</b>	1.68		
Ужин	Рагу из овощей	140.0	3,11	6,93	14,00	133,00	7.07		180.0	4,15	8,92	18,00	171,00	9.09		176 Пермь
	Яйцо варёное	20.0	2,55	2,30	0,15	31,50	0		20.0	2,55	2,30	0,15	31,50	0		267 Пермь
	Напиток из шиповника	150.0	0,52	0,25	13,73	58,50	60.00		190.0	0,65	0,29	17,39	74,10	76.00		496 Пермь



	Батон «Рябиноушка» вит., йодированный	20.0	1,60	0,36	10,66	52,88	0		30.0	2,40	0,54	15,99	79,32	0		б/н
	Апельсин	90.0	0,70	0,15	18,54	76,70	67.5		110.0	0,85	0,19	22,66	93,74	82.50		389 Тутьельян
	<b>Итого</b>	<b>420.00</b>	<b>8,48</b>	<b>9,99</b>	<b>57,08</b>	<b>352,58</b>	134.57		<b>530.0</b>	<b>10,60</b>	<b>12,24</b>	<b>74,19</b>	<b>449,66</b>	167.59.		
<b>итого за 8 день</b>			<b>42,65</b>	<b>50,17</b>	<b>193,69</b>	<b>1395,93</b>	146.55			<b>54,19</b>	<b>63,18</b>	<b>248,36</b>	<b>1771,16</b>	183.71		
<b>14.03.2024</b>	Возрастная категория: с 1 до 3 лет							Возрастная категория: с 3 до 7 лет								
прием пищи	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	витамин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	витамин, мг.	%	№ рец.
			Б	Ж	У					г.	Б	Ж				
завтрак	Каша манная молочная жидкая	150.0	4,65	4,95	23,40	156,75	1.04		200.0	6,20	6,60	31,20	209,00	1.39		227Пермь
	Чай с молоком	180.0	1,44	1,17	10,35	57.60	0.27		200.0	1,60	1,30	11,50	64.00	0.30		460Пермь
	Бутерброд с джемом	20.0	0,91	1,43	10,51	58,55	0.17		30.0	1,36	2,14	15,77	87,81	0.25		2 Тутьельян
	<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>7,00</b>	<b>7,55</b>	<b>44,26</b>	<b>272,90</b>	1.48		<b>430.0</b>	<b>9,16</b>	<b>10,04</b>	<b>58,47</b>	<b>360,81</b>	1.94		
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	140.0	0	0	16,75	66,99	5.60		190.0	0	0	22,72	90,92	6.40		418Тутьельян
	<b>итого</b>	140.0	0	0	16.75	66.99	5.60		190.0	0	0	22.72	90.92	6.40		
Обед	Винегрет овощной	40.0	0,53	2,48	2,60	34,80	2.44		50.0	0,65	3,10	3,25	43,50	3.06		47 Пермь
	Борщ с капустой и картофелем	150.0	1,22	3,00	8,47	66,00	5.27		200.00	162	4,00	11,29	88,00	7.03		64 Тутьельян
	Птица в соусе с томатом	50.0	6,80	7,20	1,20	96,80	0.40		70.00	9,52	10,08	1,68	135,52	0.56		367 Пермь
	Макаронные изделия отварные	110.0	4,07	0,33	21,61	139,59	0		130.00	4,81	0,39	25,65	164,97	0		385 Пермь
	Компот из свежих яблок	180.0	0,14	0,14	22,39	87,84	1.54		200.00	0,16	0,16	24,88	97,60	1.72		390 Тутьелья
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30.0	2,10	0,35	13,74	63,00	0		40.00	2,80	0,48	18,32	84,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>560.0</b>	<b>14,86</b>	<b>13,50</b>	<b>70,05</b>	<b>488,03</b>	9.65		<b>690.00</b>	<b>19,56</b>	<b>18,21</b>	<b>85,07</b>	<b>613,59</b>	12.37		
<b>Итого</b>	Кефир м.д.ж 2,5%	190.0	5,51	4,75	7,60	95,95	1.33		210.00	6,09	5,25	8,40	106,05	1.47		470 Пермь

	Пряники заварные	30.0	1,77	1,41	22,50	109,80	0		45.00	2,65	2,11	33,75	164,70	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>220.0</b>	<b>7,28</b>	<b>6,16</b>	<b>30,10</b>	<b>205,75</b>	1.33		<b>255.00</b>	<b>8,74</b>	<b>7,36</b>	<b>42,15</b>	<b>270,75</b>	147		
Ужин	Зразы из трески с яйцом	50.0	5,53	2,91	7,52	82,50	1.20		70.00	7.74	4,07	11,53	115,50	1.68		281 Тугельян
	Картофель отварной в молоке	120.0	3.54	5.50	16.23	129.14	14.51		130.0	3.83	5.96	18.66	139.90	15.72		154 Пермь
	Батон «Рябинушка» вит., йодированный	20.0	1,60	0,36	10,66	52,88	0		35.00	2,80	0,63	18,66	92,54	0		б/н
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180.0	0	0	13,50	54,00	0		180.00	0	0	13,50	54,00	0		484 Пермь
	Салат из огурцов с луком	50.0	0,10	3,00	0.60	30.00	0.55		60.00	0,12	3,60	0,72	36,00	0.66		16 Пермь
	<b>Итого</b>	<b>420.0</b>	<b>10,77</b>	<b>11,77</b>	<b>48,51</b>	<b>348,52</b>	<b>16.26</b>		<b>455.00</b>	<b>14,49</b>	<b>14,26</b>	<b>62,83</b>	<b>437,94</b>	<b>19.27</b>		
<b>Итого за 9 день</b>			<b>39.91</b>	<b>38,98</b>	<b>209,70</b>	<b>1382,19</b>	<b>34.32</b>			<b>51,95</b>	<b>49,87</b>	<b>271,24</b>	<b>1774,01</b>	<b>41.45</b>		

15.03.2024	прием пищи	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет						Возрастная категория: с 3 до 7 лет						№ рец.		
			масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность	вита мин, мг.	%	масса порции	пищевые вещества (г)			энерг. ценность		вита мин, мг.	%
				гр.	Б	Ж					У	ккал	С				
завтрак		Каша «Дружба»	150.0	3,90	4,95	20,70	142,95	0.99		190.0	4,94	6,27	26,22	181,07	1.25		226 Пермь
		Кофейный напиток с молоком	180.0	2,52	2,25	12,24	79,20	0.63		190.0	2,66	2,38	12,92	83,60	0.67		465 Пермь
		Бутерброд с сыром	20.0	2,10	3,06	6,47	61,78	0.03		30.0	3,15	4,59	9,71	92,67	0.05		3 Тугельян
		<b>итого</b>	<b>350.0</b>	<b>8,52</b>	<b>10,26</b>	<b>39,41</b>	<b>283,93</b>	1.65		<b>410.0</b>	<b>10,75</b>	<b>13,24</b>	<b>48,85</b>	<b>357,34</b>	1.97		
2-ой завтрак		Молоко м.д.ж.3.2%	130.0	3,77	4.16	5,92	69,55	<b>0.35</b>		170.0	4,99	5.44	7,74	90,95	0.45		б/н
		<b>итого</b>	<b>130.0</b>	<b>3,77</b>	<b>4,16</b>	<b>5,92</b>	<b>69,55</b>	<b>0.35</b>		<b>170.0</b>	<b>4,99</b>	<b>5,44</b>	<b>7,74</b>	<b>90,95</b>	0.45		
Обед		Салат из свеклы с чесноком	40.0	0,56	2,44	3,00	36,00	2.08		50.0	0,70	3,05	3,75	45,00	2.60		34 Пермь
		Суп картофельный с горохом	150.0	3,29	3,16	10,79	80,85	3.49		180.0	3,95	3,79	12,95	97,02	4.19		87 Тугельян
		Котлета рыбная	50.0	6,66	1,33	8,00	71,33	0		70.0	7,77	1,86	11,20	99,88	0		307 Пермь
		Пюре картофельное	110.0	2,31	4,40	6,71	74,86	2.75		130.0	2,73	5,20	7,93	88,47	3.25		377 Пермь
		Соус сметанный	20.0	0.59	3.74	0.97	39.88	0.02		20.0	0.59	3.74	0.97	39.88	0.02		408 Пермь

	Компот из апельсинов	180.0	0,39	0,07	30,59	123,48	2.48		200.0	0,43	0,08	33,99	137,20	2.08		392 Пермь
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30.0	2.10	0,36	13,74	63,00	0		50.0	3.50	0,60	22,90	105,00	0		б/н
	<b>итого</b>	<b>580.0</b>	<b>15,90</b>	<b>15,50</b>	<b>73,80</b>	<b>489,40</b>	10.82		<b>700.0</b>	<b>19,67</b>	<b>18,32</b>	<b>94,24</b>	<b>612,45</b>	12.14.		
Полд ник	Сок яблочный	160.0	0,80	0,16	16,16	68,80	3.20		200.0	1,00	0,20	20,20	86,00	4.00		501 Пермь
	Булочка дорожная	40.0	4,05	6,70	25,02	144,00	0		50.0	5,06	8,37	30,27	180,00	0		216 Тутельян
	<b>итого</b>	<b>200.0</b>	<b>4,85</b>	<b>6,86</b>	<b>41,18</b>	<b>212,80</b>	3.20		<b>250.0</b>	<b>6,06</b>	<b>8,57</b>	<b>50,47</b>	<b>266,00</b>	4.00		
Ужин	Омлет с морковью с маслом	100.0	7,32	13,61	3,49	165,88	1.21		120.0	7,58	16,33	4,19	199,06	1.45		231 Тутельян
	Батон «Рябинушка» вит., йодированный	30.0	2,40	0,54	15,66	79,32	0		40.00	3,20	0,72	21,32	105,76	0		б/н
	Яблоко	100.0	0,40	0,40	9,80	44,00	7.00		140.0	0,56	0,56	13,72	61,60	14.00		82 Пермь
	Компот из ябллок и апельсинов	180.0	0,46	0,18	14,04	60,30	8.19		200.0	0,51	0,20	14,49	67,00	9.10		488 Пермь
	<b>итого</b>	<b>410.0</b>	<b>10,58</b>	<b>14,73</b>	<b>42,99</b>	<b>349,50</b>	16.40		<b>500.0</b>	<b>12,25</b>	<b>17,81</b>	<b>53,72</b>	<b>433,42</b>	24.55		
<b>Итого за 10 день</b>			<b>43,62</b>	<b>51,51</b>	<b>203,30</b>	<b>1405,80</b>	32.42			<b>53,72</b>	<b>63,38</b>	<b>255,02</b>	<b>1760,16</b>	43.11		